

# Novembro 2024

**Sesc Sorocaba**

**Guia de Programação**



**Sesc**



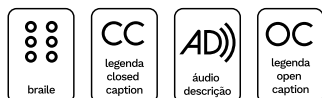
Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## 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

## Legendas de Acessibilidade



Em estabelecimentos de uso coletivo, é assegurado o acompanhamento de cão-guia. As unidades do Sesc estão preparadas para receber todos os públicos.

## Funcionamento

Terça a sexta, 9h às 22h.

Sábados, domingos e feriados, 10h às 19h.

Unidade aberta nos dias 2, 15 e 20.

## Ingressos

A venda de ingressos para shows e espetáculos no Sesc São Paulo tem início semanalmente, em dois lotes. On-line: às terças-feiras, a partir das 17h. Presencial, nas bilheterias das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h. Em caso de feriado, a venda presencial tem início no primeiro dia útil posterior.

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
29/10 a 3/11	22/10	23/10
5 a 10/11	29/10	30/10
12 a 17/11	5/11	6/11
19 a 24/11	12/11	13/11
26/11 a 1/12	19/11	21/11

Para temporadas de espetáculos, são consideradas as datas de estreia para início das vendas de toda a temporada. O portal do Sesc São Paulo traz informações completas sobre datas de venda, preços, limitações de ingresso por pessoa e meios de aquisição - on-line, via aplicativo Credencial Sesc SP ou Central de Relacionamento Digital, ou presencialmente nas unidades. Consulte a política de venda de ingressos na seção Termos de Uso em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br)

## 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

Virgínia Rodrigues - por Marcos Leoni



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.

6	<b>Iorubrá</b>
18	<b>Shows e Espetáculos</b>
19	<b>Exposição</b>
20	<b>Cinema</b>
23	<b>Cursos, Oficinas e Encontros</b>
28	<b>Esporte e Atividade Física</b>
36	<b>Crianças</b>
42	<b>Pessoas Idosas</b>
44	<b>Agenda de Destaques</b>

# Editorial

## **Sankofa para (re)sistir. Projeto lorubrá: uma década celebrando as raízes africanas do Brasil e de Sorocaba**

Há dez anos, o Sesc Sorocaba dava início a um movimento transformador com o projeto lorubrá. Nascido da necessidade de reconhecer e valorizar as contribuições africanas para a formação da cultura brasileira, o protagonismo da população negra, a diversidade, multiplicidade e pluralidade das potências do continente africano.

O nome lorubrá, inspirado no nome lorubá, dado a diversas populações com história e cultura compartilhadas, principalmente na Nigéria, Benin, Gana, Togo e Costa do Marfim, interligadas por uma língua comum, também chamada lorubá, simboliza a diáspora dos povos negros oriundos desses países para o Brasil.

Existe uma filosofia africana, mais especificamente do povo Akan, que transborda sentidos de vida por símbolos adinkras. Ao refletir sobre a trajetória do projeto, reverenciamos o passado, vivemos atentos no presente e olhamos para o futuro com uma perspectiva de mudança e garantia de direitos a vida. Esse é o significado de Sankofa, uma das simbologias adinkras.

Através de uma programação diversa e inclusiva, que engloba oficinas, espetáculos, bate-papos e vivências, shows e cursos o projeto tem conseguido atingir pessoas de todas as idades.

O lorubrá destaca-se por sua abordagem crítica ao contextualizar a diversidade como identidade e a pluralidade como raiz. Ao fazer isso, o projeto desafia narrativas simplistas, colonizadoras e estereotipadas da cultura e dos povos negros.

O projeto lorubrá do Sesc Sorocaba não apenas celebra suas ações e movimentos realizados, mas também olha para o futuro com renovada energia e propósito na potência que fundamenta o acontecer, o devir. Ao longo desses anos, caminhamos na coletividade com os movimentos negros que resistem e fortalecem a história da cidade de Sorocaba.

Em novembro, o Sesc traz uma programação potente e viva. Entre os destaques estão os espetáculos da grande cantora e compositora Alaíde Costa, o show “Poesia e nobreza” de Virgínia Rodrigues e uma celebração dos bailes blacks com o DJ Nelson Maça e DJ Easy Nylon.

Além disso, um bate-papo com o historiador Ademir Barros dos Santos sobre “Outros negros na história do Brasil” e nas artes visuais Nazura nos convida para um curso de criação de mural e mulheres ancestrais. Já no Espaço de Tecnologia e Artes teremos diversas oficinas manuais inspiradas no movimento dos Orixás, nos bordados do artista Arthur Bispo do Rosário e nas estamparias Afrikanas - Bolgolan. Também é um destaque a 2ª Feira Iorubá com iniciativas negras de Sorocaba e região.

Nos esportes, teremos a oportunidade de vivenciar uma aula aberta de corrida com Ademir Paulino e manhãs de dança negra com Fabiana Pacheco.

Nas próximas páginas, confira as atrações de novembro e aproveite tudo o que o Sesc Sorocaba preparou para você!



**Alaíde Costa**

# Iorubrá

Show

## GABRELÚ

### Caminhante Hi-Tech

Gabrelú é um artista áudio e visual, cria músicas e filmes sobre suas origens e de um futuro ancestral. Sua caminhada na arte começou em Votorantim e hoje mora na zona norte da capital. Tem o hip-hop como escola e o movimento urbano como influência, o que deu vida a um flow cadenciado e um estilo tecnológico.

Vivência

## VEM BRINCAR IBEJIS

### Com Núcleo Esporos

Vivência em cultura africana e afro-brasileira com jogos, músicas e contação de histórias.

Contação de história

## DA CRIAÇÃO DO MUNDO AO CORAÇÃO DO HOMEM

### Com Núcleo Esporos

Essas e outras histórias dos orixás estão nessa contação! Na mitologia dos orixás, quem criou o mundo foi Olodumaré, mas ele não criou sozinho... Venha descobrir como foi essa criação e conheça também a história de um menino que se transformou em um grande curandeiro.

Espectáculo

## TRAVESSIA

### Direção, dramaturgia e atuação: Felipe Oládélé. Músico: Fernando Alabê

O espetáculo parte de uma viagem para um país africano, mas também trata do reencontro com o Brasil sob outra perspectiva. Duração: 50 min.

Intervenção

## HIP-HOP MOVIMENTO CONSCIENTE

### Participação especial: Erick Jay

Neste projeto, artistas locais, representantes dos quatro elementos do hip-hop (DJ, MC, break e grafite), se apresentam e recebem convidados especiais, celebrando e reverenciando a importância do movimento em Sorocaba e Região.

**Dia 1. Sexta, 20h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A14

**Dia 2. Sábado, 10h30 às 12h.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.

Retirada de senhas 30 minutos antes.

Até 2 anos.

**Dia 2. Sábado, 16h.**

Convivência.

Grátis.

AL

**Dia 2. Sábado, 20h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A12

**Dia 3. Domingo, 15h30 às 18h30.**

Convivência.

Grátis.

AL

---

Curso

### **TRAMAS ANCESTRAIS: ESTAMPARIAS AFRIKANAS - ADIRE**

**Com Japhette Ozias, pesquisadora em têxteis e moda do continente africano, designer de moda e figurinista**

A África é um continente vasto, que desenvolveu diversas técnicas de estamparia marcadas pelas estampas valiosas, cheias de símbolos e peculiaridades ao longo de milhares de anos. O curso aborda técnicas de estamparias no contexto geral do continente africano, com atenção particular à técnica "Adire", que é praticada pelos povos de cultura Iorubá.

---

**Dias 5 e 12.**

**Terças, 10h às 13h. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas.

Inscrições on-line a partir do dia 29/10 às 14h.

● R\$ 3,60

■ R\$ 6,00

▲ R\$ 12,00

A partir de 12 anos.

---

Oficina

### **LETRAMENTO RACIAL - MÓDULO 2 - AS CONSEQUÊNCIAS DA INVISIBILIDADE**

**Com Maria Teresa Ferreira, escritora, educadora social e psicanalista e Rosângela B. Braga, nome indígena Pötyra, educadora social e ativista indígena**

Neste encontro, faremos uma breve introdução sobre a construção histórica dos corpos negros e da inviabilização das populações indígenas e culturas indígenas na sociedade brasileira, conectando com o contexto político e social.

---

**Dia 5. Terça, 19h às 21h.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas.

Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes.

A partir de 14 anos.

---

Curso

### **ORIXÁS EM MOVIMENTO: BONECOS ARTICULADOS DE PAPEL E ANIMAÇÃO STOP-MOTION**

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

No curso, as pessoas participantes experimentam duas técnicas: recriam os orixás de sua preferência em papel e, a partir dos princípios básicos da animação stop-motion, fazem pequenas animações com esses bonecos articulados.

---

**De 6 a 27.**

**Quartas, 10h às 13h. Exceto dia 20. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis.

Inscrições on-line a partir do dia 29/10 às 14h.

A partir de 12 anos.

Bate-papo

**CONVERSA COM O ESCRITOR RAPHAEL MONTES**

**Mediação: Fabiana Ferraz, escritora e leitora crítica**

Bate-papo sobre literatura policial e de terror. Durante a sessão, Raphael compartilhará suas experiências, insights sobre o processo de criação de suas obras, e discutirá os elementos que tornam o gênero tão fascinante para o público jovem.

**Dia 6. Quarta, 19h às 21h.**

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

**AL**

Oficina

**BORDANDO NAS LINHAS DE ARTHUR BISPO DO ROSÁRIO**

**Com Gleice Sales, educadora de tecnologias e artes**

Arthur Bispo do Rosário foi um artista brasileiro com destaque para suas obras que envolvem costura e bordado. Nessa oficina, o público é convidado a conhecer um pouco da trajetória dele e criar bordados coletivos ou/e individuais que sejam inspirados em suas obras.

**De 6 a 27.**

**Quartas, 19h às 21h. Exceto dia 20. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições on-line a partir do dia 29/10 às 14h. A partir de 16 anos.

Oficina

**SABERES E SABORES DA CULTURA ALIMENTAR QUILOMBOLA**

**Com Chef Aline Guedes**

Palestra sobre ancestralidade e oficina com degustação, com apresentação de alimentos da diáspora africana, junto à prática de fazeres ancestrais com foco na comida de alguns quilombos do Brasil.

**Dia 7. Quinta, 19h às 21h30.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 16 anos.



**Show Soweto**



Show

**ALAÍDE COSTA**

**A Dama da Canção**

Em um formato voz e violão, a cantora faz uma retrospectiva da sua carreira, cantando alguns de seus maiores sucessos, como "Retrato em Branco e Preto", "Insensatez", "A Noite" e "Onde Está Você?".

**Dia 8. Sexta, 20h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A12

Oficina

**ESTAMPANDO ADINKRAS**

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

Partindo de símbolos Adinkras, conjunto de imagens que formam um sistema de transmissão de valores do povo Akan do Oeste da África, as pessoas participantes são convidadas a usar os carimbos com símbolos Adinkras para estampar papéis e um tecido de algodão cru, procurando criar uma padronagem, vivenciando a arte milenar da estamparia a partir de repertórios e informações de saberes africanos.

**Dia 9. Sábado, 14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis.

Retirada de senhas 1 hora antes.

A partir de 10 anos.

Sarau

**PALCO ABERTO JOVEM: CELEBRANDO O HIP-HOP**

Neste mês homenagearemos o hip-hop, reunindo dançarinos de diferentes escolas e comunidades de Sorocaba e região, destacando esta cultura vibrante que influencia gerações desde 1970 até os dias atuais, e sua fundamental importância na formação de identidades e promoção da inclusão social.

**Dia 9. Sábado, 17h30.**

Convivência. Grátis.

A14

Show

**SOWETO**

O show celebra a trajetória do grupo nascido na zona leste de São Paulo em 1991 e apresenta, com sua formação atual, um repertório de sucessos como "Longe da Solidão", "Maçã do Amor", "Preciso de Amar", "Derê", "Dia Feliz", "Rachadinho", "Estrela da Paz", "Rodo Cotidiano", "Tempo de Aprender" e "Vento dos Areais". Show sem disponibilidade de assentos.

**Dia 10. Domingo, 19h.**

Ginásio. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A14

Bate-papo

**PSICANÁLISE E LITERATURA: PSICOLOGIA, NEGRITUDE E A COSMOLOGIA BANTU-KONGO**  
**Com Lucas Veiga, mestre em psicologia e em estudos da subjetividade, escritor e consultor**

Conversaremos sobre o processo de apagamento de estudos e pesquisas sobre saúde mental da população negra, apresentando intelectuais negros pioneiros na temática e articulações entre princípios de vida africanos e a promoção da saúde mental. Esta programação integra o programa público da exposição “Nise - A Revolução pelo Afeto”.

**Dia 12. Terça, 19h às 21h.**

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

A12

Palestra

**COMO SER UM EDUCADOR ANTIRRACISTA**  
**Com Bárbara Carine, idealizadora, sócia e consultora pedagógica da escola Maria Felipa, primeira escola afro-brasileira do Brasil**

O encontro convida à apresentação da ideia de racismo estrutural dentro da perspectiva social de raça, apontando caminhos de superação por meio da educação antirracista em todos os complexos sociais. Bárbara é conhecida pelo perfil @uma\_intelectual\_diferentona.

**Dia 13. Quarta, 19h às 21h.**

**Dia 14. Quinta, 9h às 11h.**

Dia 13 | Retirada de ingressos 1 hora antes

Dia 14 | Inscrições no horário e local da atividade.

Teatro. Lugares limitados. Grátis. A partir de 14 anos.

Bate-papo

**OUTROS NEGROS NA HISTÓRIA DO BRASIL**  
**Com Ademir Barros dos Santos, doutor em educação, coordenador da Câmara de Preservação Cultural do NUCAB**

Na narrativa tradicional sobre a escravidão atlântica, poucas são as menções sobre resistências, passando a certeza de que a negritude nada fez para romper com o destino que a Europa lhe impôs. Pois bem: como explicar Chica da Silva? Chico Rei? Luís Gama? Tereza de Benguela? Essa palestra lança luz sobre as pesadas sombras que a história oficial insiste em projetar sobre um rico passado de luta.

**Dia 14. Quinta, 19h às 21h30.**

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

A partir de 14 anos.

Espetáculo

**NUM CORRE**

**Com Núcleo Iêê**

O espetáculo usa capoeira, dança, brincadeiras de crianças, música ao vivo e poesia marginal falada para comunicar e apresentar o corre dos becos e vielas, para materializar em cena as experiências vividas na periferia. Duração: 50 min.

**Dia 15. Sexta, 16h.**

Convivência.  
Grátis.

AL

Encontro

**BAILE IORUBRÁ**

**Com DJ Nelson Maça e DJ Easy Nylon. Curadoria e produção do coletivo Afrocultural Aya**

Através da música, da dança e da arte, o baile proporciona momentos de encontros, reflexão, memória e celebração.

**Dia 15. Sexta, 19h.**

Convivência.  
Grátis.

AL

Feira

**FEIRA IORUBRÁ**

**Com iniciativas de Sorocaba e convidados. Curadoria do coletivo Afrocultural Aya**

Mostra de iniciativas de realizadoras e realizadores negros de Sorocaba e região, que apresentam seus fazeres e saberes nas mais variadas expressões artísticas. Participantes: Jorge Solyano, Ericson Mendes, Black Cacau, Telma Cristina, Kelvin da Silva, Lais da Lama, Obá Moda Afro, Mayara Toti, Viktor Rosa, Janaina Teixeira, Cristiane Janaine, Projeto Bunekas, Lidia Divino, Benedita Tozzi e Atelie Badayo.

**Dias 16 e 17. Sábado e domingo, 10h às 17h.**

Convivência.  
Grátis.

AL

Oficina

**COLAGEM - CABELO CRESPO**

**Com Gleice Sales, educadora de tecnologias e artes**

Nesta oficina, faremos colagens com materiais diversos para preencher o cabelo do desenho. Crianças até 12 anos precisam estar acompanhadas por responsáveis.

**Dia 16. Sábado, 14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 6 anos.

Contaçã de história

## **A LENDA DA PÉROLA NEGRA E OUTRAS HISTÓRIAS DA PRETA**

**Com Núcleo Esporos**

Venha descobrir como a rainha do mar lemanjá criou a primeira pérola negra, como se formou o rio dos Ibejis, entre outras histórias. Vamos contar histórias inspiradas nos mitos dos orixás para aguçar ainda mais o imaginário sobre nossa cultura afro-brasileira.

Espetáculo

## **DE MÃOS DADAS COM MINHA IRMÃ**

**Com Cia. Os Crespos. Participação: Ilú Obá de Mim. Direção: Aysha Nascimento**

Obá é uma heroína que sai de sua terra com a missão de salvar seu povo de uma terrível seca. Longe da sua gente, ela perde a memória e terá de entrar no fundo da floresta das feiticeiras ancestrais para encontrar água e reencontrar sua identidade. Mas, para salvar a si mesma e ao seu povo, Obá terá de escutar todas as águas do universo. Duração: 80 min.

Curso

## **TRAMAS ANCESTRAIS: ESTAMPARIAS AFRIKANAS - BOGOLAN**

**Com Japhette Ozias, pesquisadora em têxteis e moda do continente africano, designer de moda e figurinista**

A África é um continente vasto, que desenvolveu diversas técnicas de estamparia marcadas pelas estampas valiosas, cheias de símbolos e peculiaridades ao longo de milhares de anos. O curso aborda técnicas de estamparias no contexto geral do continente africano, com atenção particular à técnica "Bogolan", utilizada tradicionalmente na região do Mali (África Ocidental).

**Dia 16. Sábado,  
16h.**

Convivência.  
Grátis.

AL

**Dia 16. Sábado,  
20h.**

**Dia 17.  
Domingo, 16h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 12,00

■ R\$ 20,00

▲ R\$ 40,00

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

AL

**Dias 19 e 26.**

**Terças, 10h às 13h. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas.

Inscrições on-line a partir do dia 12/11 às 14h.

● R\$ 3,60

■ R\$ 6,00

▲ R\$ 12,00

A partir de 12 anos.

Encontro

**TRIBUTO À NEGRITUDE SOROCABANA**  
**Com curadoria e apresentação do NUCAB**  
**(Núcleo de Cultura Afro-Brasileira)**

Um encontro para contar a história de algumas das pessoas que construíram as diversas vertentes do movimento negro e que são referências para comunidade negra sorocabana. Homenageadas: Ana Maria Souza Mendes, Fátima Aparecida Soares Clemente, Maria José de Almeida Lima e Thereza de Castro Thimótheo. Homenageados in memoriam: Jorge Narciso de Matos, José Marciano, Ondina Seabra, Rosângela Cecília Alves da Silva e Thereza Henriqueta Marciano.

**Dia 19. Terça,**  
**19h às 21h.**  
 Convivência.  
 Grátis.

AL

Vivência

**CONFLUÊNCIA DAS ÁGUAS: HISTÓRIAS**  
**DO REINO DAQUI, E DO REINO DE LÁ**  
**Com Nia Fuji, arte-educadora e**  
**contadora de histórias da Cia. Akoni**

Em roda, o convite é abrir os ouvidos e o coração para escutar as muitas histórias a compartilhar: do som do jongo Cangoma, de lemanjá e do poder da criação do mundo com Olodumare, no conto Ossaim e o poder das folhas e a travessia de Olelê, assim como histórias de tambor e do boi blimundo.

**Dias 20 e 23.**  
**Quarta e sábado,**  
**10h30 às 12h.**  
 Sala de Oficinas.  
 Vagas limitadas.  
 Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes.  
 Até 2 anos.

Curso

**CRIAÇÃO DE MURAL: MULHERES ANCESTRAIS**  
**Com Nazura, artista visual**

O participante conhecerá as etapas para a elaboração de um painel artístico: projeto inicial, redimensionamento do esboço para a parede, técnicas de pintura e finalização. Ao final, realizará um mural coletivo que terá como tema a ancestralidade feminina.

**Dia 20. Quarta,**  
**10h30 às 17h30.**  
 Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. A partir de 14 anos.

---

Contaçon de história

**VIVA AS GRANDES FIGURAS! PROTAGONISMO NEGRO NAS ARTES DO SUDESTE BRASILEIRO**  
**Com Diásporas Produções**

O projeto traz ao público infantil uma vivência junto ao universo de alguns dos principais representantes negros das artes do sudeste brasileiro: Madrinha Eunice, Carolina Maria de Jesus, Maria Auxiliadora da Silva, Benjamim de Oliveira, Geraldo Filme e Darcy Monteiro do Jongo da Serrinha.

---

**Dia 20. Quarta,**  
**16h.**  
Convivência.  
Grátis.

AL

---

Show

**HUGO RAFAEL**  
**Black Rock**

Hugo e banda apresentam um repertório influenciado pelas performances ao vivo de grandes ícones negros do rock, soul e pop internacional, como Michael Jackson, Seal, Prince, Stevie Wonder, Ray Charles, Jimi Hendrix, Little Richard, James Brown, Marvin Gaye, Al Green, Billie Paul e Tina Turner, reverenciando a história e as raízes negras desse gênero, que hoje está presente no mundo todo.

---

**Dia 20. Quarta,**  
**17h.**  
Convivência.  
Grátis.

AL

---

Sarau

**SARAU DE LANÇAMENTO DO LIVRO**  
**“BIOGRAFIAS NEGRAS DE SOROCABA”**  
**Com Mel Duarte, escritora, poeta e compositora**  
**e Sabah e Thay Oliveira, poetas do Slam 015**  
**e autoras do livro. Produção: Ariani Teodoro**

Sarau de lançamento do livro resultante do curso Conheça-nos: mulheres negras na vivência e influência sorocabana, que traz biografias de mulheres negras sorocabanas. O sarau conta com recitações de poetas do Slam 015, relatos das participantes e bate-papo com Mel Duarte sobre mulheres na literatura, a importância de exaltar a cultura local e os desafios da mulher/povo negro na literatura.

---

**Dia 22. Sexta,**  
**19h às 21h.**  
Convivência.  
Grátis.

AL

Show

**VIRGÍNIA RODRIGUES**

**Poesia e Nobreza**

Como parte da celebração dos 25 anos de carreira, a cantora faz uma homenagem aos compositores Paulinho da Viola e Tiganá Santana, destacando a fundamental contribuição de artistas negros para a música brasileira.

**Dia 22. Sexta, 20h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 18,00

■ R\$ 30,00

▲ R\$ 60,00

A12

Curso

**BOLSAS ARTESANAIS E ACESSÓRIOS**

**Com Francine Bertolo, artesã, produtora cultural e idealizadora do Coletivo Afrocultural Aya**

Confecção de bolsas e acessórios com técnicas de cartonagem e tecidos africanos, com estampas que trazem simbologias e histórias de etnias africanas.

**Dias 23 e 30.**

**Sábados, 14h às 17h. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas.

Inscrições on-line a partir do dia 12/11 às 14h.

● R\$ 3,60

■ R\$ 6,00

▲ R\$ 12,00

A partir de 14 anos.

Espectáculo

**OYÁ POR ELAS**

**Com Kelly Santos**

O espetáculo traz no gesto, na dança, no canto e na oralidade a poderosa narrativa de Oyá, divindade Yorubá associada ao vento, às águas e ao fogo! A mulher da mutabilidade que se transforma em borboleta e búfalo, a senhora do tempo que traz a brisa e a tempestade, a guerreira sagaz que maneja a espada, a flecha e o eruexim, instrumento sagrado que confere poderes sobre o mundo dos vivos e dos mortos. Duração: 45 min.

**Dia 23. Sábado, 16h.**

Convivência. Grátis.

AL

Intervenção

**HIP-HOP MOVIMENTO CONSCIENTE**

**Participação especial: Cris Negona**

Neste projeto, artistas locais, representantes dos quatro elementos do hip-hop (DJ, MC, break e grafite), se apresentam e recebem convidados especiais, celebrando e reverenciando a importância do movimento em Sorocaba e Região.

**Dia 24. Domingo, 15h30 às 18h30.**

Convivência. Grátis.

AL

---

Bate-papo

### **TERRITÓRIOS NEGROS EM SOROCABA**

**Com Marilda Corrêa, geógrafa, professora e artesã**

Dentro da cidade de Sorocaba, a história da população negra traz consigo memórias de lutas e resistências culturais. Essa atividade apresenta e debate pontos importantes para a comunidade negra da cidade, refletindo sobre a ocupação do território e memória.

---

**Dia 27. Quarta, 19h às 21h30.**

Convivência.  
Grátis.

A partir 14 anos.

---

Palestra

### **NARRATIVAS JOVEM: EXPLORANDO UNIVERSOS LITERÁRIOS**

**Com Milena Enevoada, apresentadora e criadora de conteúdo sobre literatura e cultura pop**

A oficina aborda a criação de conteúdos literários para o universo digital das redes, que pode ser utilizada para a escrita literária na formação cultural e intelectual, ou para a promoção da leitura entre os jovens, entre outras ações.

---

**Dia 27. Quarta, 19h30 às 21h.**

Convivência.  
Grátis.

AL

---

Bate-papo

### **RESPIRAR UTOPIAS E AS CORPOREIDADES**

**Com Daia Moura, artista e doutora em educação pela UFSCar Sorocaba**

Daia Moura apresenta sua tese de doutorado na qual cria conceitos para analisar obras de arte negra, discute a disputa entre os cânones brancos e as teatralidades-performatividades negras que produzem conhecimentos e são fundamentais para a compreensão não só das artes cênicas contemporâneas, mas também para fundação de olhares, novas metodologias e outros modos de contar a história.

---

**Dia 28. Quinta, 19h às 21h.**

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

A partir de 14 anos.

---

Bate-papo

### **ILUSTRADORIA**

**Com Hugo Canuto, roteirista, ilustrador e pesquisador**

Hugo Canuto (Salvador, BA) é roteirista, ilustrador e pesquisador. Graduado em arquitetura, busca expressar através do seu trabalho a relação entre arte, culturas e mitos do Brasil e América Latina.

---

**Dia 28. Quinta, 19h às 21h30.**

Convivência.  
Grátis.

AL



Curso

## HISTÓRIAS EM QUADRINHOS

**Com Hugo Canuto, arquiteto e artista gráfico**

Exposição interativa com o público dividida em três partes. Na primeira, uma apresentação do que é a história em quadrinhos inserida no campo das artes. Na segunda, exercício de criação de personagem e caracterização. Na conclusão, apresentação para os demais colegas da oficina e trocas de experiência entre eles, com mediação do autor.

**Dia 29. Sexta, 14h às 18h.**

Sala 1. Vagas limitadas.

Inscrições on-line a partir do dia 19/11 às 14h.

● R\$ 3,60

■ R\$ 6,00

▲ R\$ 12,00

A partir de 14 anos.

Show

## MICHAEL PIPOQUINHA

**Um novo tom**

Nascido em Limoeiro do Norte (CE), Michael Pipoqueinha é contrabaixista, compositor e produtor de grande destaque nacional e internacional. Seu mais recente álbum reforça o jazz fusion brasileiro.

**Dia 29. Sexta, 20h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

AL

Espectáculo

## FÊNIX - ONDE NASCEM OS SONHOS

**Com Passin Cia. de Dança**

Obra de passinho que fala sobre a esperança dos corpos periféricos pela busca da felicidade. É um espetáculo com trilha executada ao vivo por 11 músicos e um DJ. São 14 dançarinos das comunidades do Rio de Janeiro e São Paulo. Duração: 60 min.

**Dia 30. Sábado, 20h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A14



**Espectáculo** Fênix - onde nascem os sonhos

# Shows e Espetáculos

## CIRCO

Espetáculo

### O ILUSIONISTA E A PIANISTA

Com **Caio Ferreira e Iully Benassi**

Um diálogo cênico entre piano e ilusionismo interpretado por obras de eruditos como Chopin e do chorinho romântico de Ernesto Nazareth. Este espetáculo é uma experiência interativa na qual sons, comédia, teatro e magia conversam na construção de um concerto de piano encantador. Duração: 50 min.

**Dia 9. Sábado, 20h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

AL

Espetáculo

### LÓTUS

Com **Cia. Lótus**

Espetáculo poético, sensível e autêntico, que apresenta a poesia da arte circense, com sonoridade autoral executada ao vivo, escapando do óbvio e exibindo ao público uma experiência que só o circo é capaz. Duração: 55 min.

**Dia 23. Sábado, 20h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A12



**Espetáculo** O ilusionista e a pianista

## Exposição

Instalação

### **ONDE NASCI PASSA UM RIO**

A ocupação visa destacar o Rio Sorocaba como um elemento central da sociobiodiversidade local, ressaltando sua importância histórica, ambiental e cultural. Agendamento de grupos: agendamento. sorocaba@sescsp.org.br

Até dia 15/12.

Terças a sextas, 10h às 21h; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h.

2º Andar. Grátis. A partir de 4 anos.

Exposição

### **NISE - A REVOLUÇÃO PELO AFETO**

**Com curadoria de Letícia Stallone, Isabel Seixas e Diogo Rezende e elaborada pelo estúdio M'Baraká em parceria com o Museu de Imagens do Inconsciente**

A proposta expositiva valoriza o pensamento inovador e inclusivo da médica Nise da Silveira, convidando o público a refletir e a ressignificar o conceito de loucura por meio de um resgate histórico entre os campos da saúde mental e das artes. A exposição traz um recorte científico e histórico sobre a vida e obra de Nise e dos artistas do hospital psiquiátrico do Engenho de Dentro, além de apresentar o papel da cidade de Sorocaba na luta antimanicomial no país.

Até dia 26/1/25.

Terças a sextas, 9h às 21h30; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

Espaço de Exposições. Grátis.

AL

Agendamento de grupos: agendamento. sorocaba@sescsp.org.br

Visita mediada

### **VISITA MEDIADA EM LIBRAS - EXPOSIÇÃO "NISE - A REVOLUÇÃO PELO AFETO"**

Visita mediada acessível à exposição "Nise - A Revolução pelo Afeto", com a presença de intérprete de Libras.

Dias 9, 10, 23 e 24. Sábados e domingos, 14h às 15h.

Espaço de Exposições. Grátis.



AL

# Cinema

## IORUBRÁ

Exibição

### **ITEMANJÁ - YEMOJA: A CRIAÇÃO DAS ONDAS**

**Direção: Celia Harumi Seki | Animação**

**| Brasil | 9 min. | 2015**

ANIMAFRO celebra a cultura afro-brasileira ao encenar mitos afro-brasileiros através da animação. O itã "A criação das ondas" conta sobre Iemanjá, que recebe de Olodumare o poder de devolver à terra as sujeiras jogadas pelos homens no mar.

**Dia 5. Terça, 19h.**

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

10

### **OXUM - OSUN: O PODER FEMININO**

**Direção: Celia Harumi Seki | Animação**

**| Brasil | 10 min. | 2024**

No começo do mundo, quando todos os orixás chegaram à Terra, os borós - orixás masculinos - faziam reuniões para tomar suas decisões e não convidavam as iabás - orixás femininas. Oxum não aceitou essa situação e, para mostrar a sua força e a importância de sua opinião, deu uma lição aos borós.

### **A PEQUENA VENDEDORA DO SOL**

**Direção: Djibril Diop Mambéty | Drama**

**| Senegal | 1999 | 45 min. | Leg.**

Uma menina com deficiência física decide ajudar a família e vai ao centro de Dakar tentar a vida vendendo jornais. Em meio às dificuldades, ela consegue fixar uma clientela, o que provoca o ciúme e a vingança dos meninos que estão há mais tempo no negócio.



**Exibição** A pequena vendedora do sol

---

**CINE CAFÉ**

A mostra explora a experiência de indivíduos que se encontram deslocados em relação ao ambiente em que estão inseridos.

Através de narrativas poderosas, os filmes selecionados abordam temas de identidade, resistência e adaptação em contextos sociais e culturais distintos.

---

Exibição

**PRECIOSA IVIE**

**Direção: Sarah Blaßkiewitz | Drama | Alemanha | 112 min. | 2021 | Leg.**

Ivie é uma garota afro-alemã que mora em Leipzig e procura um emprego estável como professora. Um dia, Naomi, sua meia-irmã de Berlim, a quem nunca conheceu, aparece em sua porta, com a notícia sobre a morte do pai. Juntas, decidem ir ao funeral do pai no Senegal, em busca de suas raízes, sem imaginar o que as aguarda.

---

**Dia 12. Terça, 19h.**

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

14

---

Exibição

**HIENAS**

**Direção: Djibril Diop Mambéty | Drama | Senegal | 110 min. | 1992 | Leg.**

Dramaan é o homem mais popular de Colobane, mas quando uma mulher de seu passado, agora exorbitantemente rica, retorna à cidade, as coisas começam a mudar.

---

**Dia 19. Terça, 19h.**

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

14

---

Exibição

**CORRA!**

**Direção: Jordan Peele | Suspense | EUA | 104 min. | 2017 | Leg.**

Chris é um jovem negro que está prestes a conhecer a família de sua namorada caucasiana Rose. A princípio, ele acredita que o comportamento excessivamente amoroso por parte da família dela é uma tentativa de lidar com o relacionamento de Rose com um rapaz negro, mas com o tempo, Chris percebe que a família esconde algo muito mais perturbador.

---

**Dia 26. Terça, 19h.**

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

14

Debate

### **CINEMA EM REFLEXÃO**

**Com Marco Antonio Fera, ator e cantor**

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

**De 5 a 26.**

**Terças, 21h.**

Teatro. Lugares limitados. Grátis.

### **MODOS DE ACESSAR: CONSTRUINDO ACESSIBILIDADE EM TERRITÓRIOS DIVERSOS**

Ações em educação para acessibilidade, na perspectiva anticapacitista, que fortalecem a mobilização da sociedade para refletir e perceber as dimensões comunicacional, atitudinal e cultural junto com as pessoas com deficiência, mobilidade reduzida, comunidade surda e neurodivergentes, promovendo partilhas metodológicas, espaços sociais seguros e acolhedores para a presença e participação da diferença como valor ético e social.

Exibição

### **ENSAIOS DA VISIBILIDADE: A ARTE QUE É CAPAZ**

**Com equipe da APAE**

O curta aborda a intrínseca busca pela visibilidade artística, e os atravessamentos sociais na vivência da pessoa preta com deficiência e institucionalizada no Brasil. Duração: 34 min.

**Dia 27. Quarta, 19h.**

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes. A partir de 14 anos.



**Exibição** Hienas

# Cursos, Oficinas e Encontros

## AÇÕES PARA A CIDADANIA

### SOROCABA: TERRA INDÍGENA

O projeto contempla ações que promovem a diversidade cultural dos povos indígenas no Brasil, com destaque para as etnias que convivem em Sorocaba e região.

Bate-papo

#### ARTESANATOS DOS POVOS

#### SATERÉ MAWÉ E BANIWA

**Com Paulo Daniel Esteves, do povo Sateré Mawé e Anderson Gabriel, do povo Baniwa, estudantes da UFSCar Sorocaba e integrantes do Centro de Convivência Indígena - CCI**

A partir do conhecimento dos povos Baniwa e Sateré Mawé, os participantes podem conhecer alguns dos métodos de manejo utilizados por essas etnias para a confecção de artesanatos, bem como alguns elementos naturais, como tucum e arumã.

**Dia 23. Sábado, 15h às 17h.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.

## NÓS DIVERSOS

Reunião aberta

#### APRESENTAÇÃO DO NÓS DIVERSOS

Surgida em 2015, Nós Diversos é uma iniciativa que reúne coletivos de Sorocaba para promover ações sobre as temáticas de gênero, sexualidade, feminismos e direitos humanos. O Nós Diversos atualmente é formado pela ATS (Associação de Transgêneros de Sorocaba), o NEGDS (Núcleo de Estudos de Gênero, Diferenças e Sexualidades) e o Sesc Sorocaba.

**Dia 27. Quarta, 19h às 21h30.**

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

**A16**

Bate-papo

#### CONVERSAS ENTRE NÓS: RODAS DE CONVERSA, TROCAS E ACOLHIMENTOS

**Com Tom Rodrigues, psicólogo e mestre em educação sexual pela Unesp**

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

**Dia 28. Quinta, 19h às 21h.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes.

**A16**

**ARTES VISUAIS**

---

Oficina

**MODELO VIVO**

**Com Flavia Aguilera, Rubião Cozer e Valtinho da 2, artistas**

Encontros para exercitar a prática do desenho com modelo vivo. Cada encontro será guiado por um artista da cidade. Esta programação integra o programa público da exposição "Nise - A Revolução pelo Afeto".

**Dias 2, 16 e 30. Sábados, 10h30 às 12h30.**

Dias 2 e 30

| Sala 2

Dia 16 | Sala 1

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada

de senhas 30 minutos antes.

A partir de

16 anos.

Formação

**TROCAS E OLHARES: FORMAÇÃO PARA PROFESSORES**

**Com JA.CA - Centro de Arte e Tecnologia**

Ação de formação baseada em material gráfico pedagógico destinado a educadoras e educadores de todas as áreas do conhecimento, elaborado a partir de obras do Acervo Sesc de Arte. A segunda edição, dedicada à coleção de arte popular do Acervo Sesc de Arte, marca a efeméride dos 30 anos do projeto "Bienal Naifs do Brasil".

**Dia 5. Terça, 9h às 17h.**

Teatro. Vagas limitadas. Grátis.

Inscrições no horário e local da atividade.

A partir de

16 anos.

**LITERATURA**

---

Bate-papo

**CLUBE DE LEITURA - MATA DOCE, DE LUCIANY APARECIDA**

**Com Thatiana Rocha, bibliotecária**

Primeiro romance em que Luciany assina com o próprio nome, gira em torno de acontecimentos trágicos que acontecem num pequeno vilarejo rural no interior na Bahia chamado Mata Doce e que entrelaçam conflitos entre o passado e o presente.

**Dia 2. Sábado, 14h às 17h.**

Biblioteca. Grátis.

A partir de

14 anos.

Bate-papo

**CONTOS DE QUINTA: LEITURA COLETIVA**

**Com Thatiana Rocha, bibliotecária**

Leitura coletiva seguida de discussão, do conto "O sol na cabeça", de Geovani Martins.

**Dia 14. Quinta, 19h às 21h.**

Biblioteca. Grátis.

A partir de

14 anos.



---

Encontro

### **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.

## **MEIO AMBIENTE**

---

### **ONDE NASCI PASSA UM RIO**

---

Visita mediada

#### **ATELIÊ DO MEIO AMBIENTE**

##### **Com agentes de educação ambiental**

Espaço lúdico criado para crianças, jovens e adultos participarem de jogos e atividades que promovem a reflexão sobre nossa conexão com outras espécies e o meio ambiente.

---

Oficina

#### **CULTIVO DE ERVAS AROMÁTICAS**

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

Interessados em espécies vegetais aromáticas terão a oportunidade de ensinar e aprender sobre assuntos relacionados a esse universo, como plantio, cuidados básicos, principais usos etc. Ao final, farão seu próprio vaso com o cultivo de uma dessas espécies: manjerição, alecrim, sálvia ou hortelã.

---

Feira

#### **FEIRA DE ALIMENTOS AGROECOLÓGICOS E ARTESANATOS**

##### **Com produtores de alimentos agroecológicos e de artesanatos da região de Sorocaba**

Venda de alimentos de base agroecológica de agricultores da Região Metropolitana de Sorocaba. Tragam suas sacolas retornáveis!

---

**Dia 26. Terça, 19h às 21h.**

Sala 1. Grátis.  
A partir de 16 anos.

---

**De 6 a 29.**

**Quartas e sextas, 10h às 12h e 14h às 16h.**

**Dias 15 e 20.**

**Sexta e quarta, 10h30 às 12h30.**

2º Andar. Grátis.  
A partir de 4 anos.

---

**Dia 6. Quarta, 19h às 21h.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas 1 hora antes.  
A partir de 16 anos.

---

**Dia 9. Sábado, 10h às 15h.**

Foyer do Teatro. Grátis.

**AL**

---

Oficina

### **DICAS PARA CULTIVO DE ÁRVORES FRUTÍFERAS**

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

Nesta oficina, serão abordadas as técnicas para produzir mudas de árvores frutíferas, que podem ser utilizadas em projetos de paisagismo, bem como na criação de pomares em áreas urbanas e rurais.

---

**Dia 13. Quarta,  
19h às 21h.**

Sala de Oficinas.  
Vagas limitadas.  
Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes.  
A partir de 12 anos.

---

Oficina

### **DICAS PARA CULTIVO DE PLANTAS MEDICINAIS**

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

Nesta oficina, serão compartilhadas dicas sobre o cultivo de plantas com propriedades medicinais. Essas plantas podem ser utilizadas de várias maneiras, como em chás, macerados, unguentos, emplastros, compressas e muito mais.

---

**Dia 26. Terça,  
19h às 21h.**

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas 1 hora antes.  
A partir de 16 anos.

## **TECNOLOGIAS E ARTES**

---

Oficina

### **FAÇA VOCÊ MESMO \_ DIY**

**Com Célia Harumi e Gleice Sales,  
educadoras de tecnologias e artes**

Sala disponível para o desenvolvimento de seus projetos pessoais, com o auxílio de nossas educadoras, aptas a dar sugestões, ideias e pesquisar junto as melhores formas de realizar seu projeto. Traga sua ideia e seu material. Crianças e jovens até 14 anos devem estar acompanhados de um responsável.

---

**De 1 a 29. Sextas,  
10h às 12h, 14h  
às 17h e 18h às  
21h.**

**Dia 15. Sexta,  
14h às 17h.**

**De 3 a 24.**

**Domingos,  
14h às 17h.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes. Grátis.  
A partir de 8 anos.

---

Oficina

### **BOXORIGAMI & AVIÕES**

**Com Marcio Ambrósio, da Kosmos**

Dispositivo Interativo e lúdico que imprime randomicamente sequências de origami. Os participantes são convidados a apertar um botão e imprimir um passo-a-passo de dobraduras para a confecção de um avião de papel, dobrá-lo, e em seguida, testar suas propriedades aerodinâmicas no "lançador de avião".

---

**Dia 2. Sábado,  
14h às 17h.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes. Grátis.  
A partir de 8 anos.

Curso

### **COSTURA CRIATIVA COMO FONTE DE RENDA** **Com Mayara Toti, designer em** **bolsas e acessórios**

A costura criativa vem crescendo cada dia mais e através dela é possível fazer uma renda extra, ter uma renda principal e até mesmo utilizá-la como terapia. Nesse projeto faremos bolsas personalizadas. Necessário possuir conhecimento prévio de costura doméstica. Consulte a lista de materiais no portal.

**De 7 a 28.**

**Quintas, 14h às 16h. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas.

Inscrições on-line a partir do dia 29/10 às 14h.

● R\$ 6,00

■ R\$ 10,00

▲ R\$ 20,00

A partir de 16 anos.

Curso

### **UPCYCLING DE AVENTAIS** **Com Gleice Sales, educadora** **de tecnologias e artes**

Nesta atividade, as pessoas participantes terão a oportunidade de criar peças a partir de aventais que iriam para descarte, utilizando costuras simples. Não é necessário possuir conhecimento prévio.

**De 12 a 26.**

**Terças, 19h às 21h. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis.

Inscrições on-line a partir do dia 5/11 às 14h.

A partir de 18 anos.



**Oficina** Costura criativa como fonte de renda

# Esporte e Atividade Física

---

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

A Copa Sesc do Comércio e Serviços, em parceria com o Programa Sesc Empresa, visa promover e aproximar as empresas do comércio de bens, turismo e serviços e seus trabalhadores a prática da atividade física e esportiva, visando o bem-estar físico, social e mental desses trabalhadores.

---

## **COPA SESC DE TÊNIS DE MESA 2024**

Torneio para praticantes e iniciantes na modalidade, que possuam a credencial plena.

---

**Dia 2. Sábado,  
14h às 18h30.**

Ginásio. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições a partir das 13h no local da atividade. A partir de 8 anos.

---

## **COPA SESC DE VÔLEI ADULTO 6X6**

Torneio destinado a praticantes e iniciantes na modalidade, que possuam credencial plena. Cada equipe deve ser composta por 6 participantes, sendo 3 homens e 3 mulheres.

---

**Dia 17. Domingo,  
10h30 às 18h30.**

Ginásio. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições a partir de 17/10 pelo e-mail esportes.sorocaba@sescsp.org.br A partir de 16 anos.

---

## **IORUBRÁ**

---

Aula aberta

### **CORRENDO COM O ATLETA**

**Com Ademir Paulino, criador do curso  
"Universidade da Corrida Queniana"**

Nesta aula aberta, o técnico de atletas de corrida de longa distância Ademir Paulino passará educativos, dicas e técnicas para melhorar a corrida dos participantes.

**Dia 7. Quinta,  
7h às 8h30.**

Ginásio. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições on-line a partir do dia 29/10 às 14h. A partir de 12 anos.

Bate-papo

### LANÇAMENTO DO FOTOLIVRO

#### "MENTAL: A ESCOLA QUENIANA"

Com Ademir Paulino, criador do curso

#### "Universidade da Corrida Queniana"

O público poderá assistir ao documentário onde Ademir Paulino conta sobre momentos de seus atletas treinando no Quênia e Etiópia, conexão esta que já possui 5 anos. Também será apresentado o fotolivro e após, uma sessão de autógrafos com os autores.

**Dia 7. Quinta, 19h às 21h30.**

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes. A partir de 12 anos.

### ENCONTRO DE LUTAS

O Encontro de Lutas irá proporcionar aos participantes a vivência em algumas modalidades de lutas. Esse ano, traremos as lutas de média distância.

Vivência

### VIVÊNCIA EM KARATÊ SHOTOKAN

Com mestre Claudinei Francisco Brito

Os participantes vão poder experimentar essa arte marcial japonesa, conhecendo os kihon, movimentos básicos, como socos, chutes e bloqueios e o kata, sequências pré-determinadas de movimentos que simulam combates imaginários.

**Dia 26. Terça, 19h15 às 20h15 e 20h30 às 21h30.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 16 anos.



**Vivência** Vivência em Karatê Shotokan

---

Vivência

### **VIVÊNCIA EM TAEKWONDO**

**Com mestre Marcelo Ayres**

Os participantes vão poder experimentar essa arte marcial e esporte de combate de origem coreana, que se destaca pelo uso predominante de chutes rápidos e técnicos, além de socos, bloqueios e defesas

---

**Dia 27. Quarta,  
19h15 às  
20h15 e 20h30  
às 21h30.**

Sala de Oficinas.  
Vagas limitadas.  
Grátis. Retirada  
de senhas 1  
hora antes.  
A partir de  
16 anos.

---

Vivência

### **VIVÊNCIA EM MUAY THAI**

**Com mestre Pako**

O Muay Thai é também conhecido como a "arte das oito armas" devido ao uso combinado de punhos, cotovelos, joelhos e canelas. Os participantes vão poder vivenciar os golpes básicos e conhecer mais a filosofia dessa arte marcial tailandesa.

---

**Dia 28. Quinta,  
19h15 às  
20h15 e 20h30  
às 21h30.**

Anfiteatro. Vagas  
limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas  
1 hora antes.  
A partir de  
16 anos.

---

Vivência

### **VIVÊNCIA EM BOXE**

**Com mestre Vladimir**

Um esporte que envolve dois lutadores (pugilistas) que se enfrentam utilizando apenas os punhos para atacar e defender. Nessa vivência, os participantes vão aprender o que é um jab, direto, cruzado, gancho, overhand e muito mais.

---

**Dia 29. Sexta,  
19h15 às  
20h15 e 20h30  
às 21h30.**

Sala de Oficinas.  
Vagas limitadas.  
Grátis. Retirada  
de senhas 1  
hora antes.  
A partir de  
16 anos.

---

Vivência

### **ARENA EXPERIMENTAÇÕES - KARATÊ, TAEKWONDO, MUAY THAI E BOXE**

**Com Claudinei Francisco Brito (Karatê),  
Marcelo Ayres (Taekwondo), Pako (Muay  
Thai), Vladimir (Boxe) e Equipe Lisoboxe (Liga  
Sorocabana de Boxe e Artes Marciais)**

Os participantes vão poder vivenciar alguns movimentos, golpes e técnicas dessas lutas, além de aprender um pouquinho sobre a filosofia de cada uma em uma arena de experimentações.

---

**Dia 30. Sábado,  
10h às 13h.**

Ginásio. Grátis.  
A partir de  
16 anos.

Vivência

### **BATE-PAPO COM OS ATLETAS E LUTA DEMONSTRAÇÃO COM EQUIPE LISOBXO**

Os atletas falarão um pouco de suas trajetórias na modalidade. Haverá momento para perguntas, uma clínica com eles, e para finalizar, teremos 4 lutas demonstração com a equipe Lisoboxe (Liga Sorocabana de Boxe e Artes Marciais).

**Dia 30. Sábado,  
14h às 17h.**

Ginásio. Grátis.  
A partir de  
16 anos.

Aula aberta

### **LUDUS - ESPAÇO PIRAMBÔ DE JOGOS E ATIVIDADES DE LAZER Com profissionais do Pirambô**

Espaço formado por estruturas de bambu, que convida a todos os interessados a vivenciarem uma prática corporal de forma lúdica e oferece jogos e atividades que estimulam o resgate da cultura do brincar e da comunicação intergeracional, além de vivências em malabarismo.

**Dias 2, 15,  
16, 20, 23 e  
30. Sábados e  
feriados, 10h às  
13h30.**

**Dias 17, 24 e  
1/12. Domingos,  
10h30 às 13h30.**  
Ginásio. Grátis.  
A partir de 3 anos.

Vivência

### **PRAIÃO PARA A FAMÍLIA Com educadores de atividades físicas**

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. As crianças deverão estar acompanhadas de um adulto responsável.

**De 2 a 30.  
Sábados e  
feriados, 10h  
às 12h e 16h às  
18h30; domingos,  
16h às 18h30.**

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

Aula aberta

### **MOVIMENTO CONSCIENTE Com educadores de atividades físicas**

Curso que busca promover a consciência e expressão corporal, inspirado em diferentes técnicas do movimento e respiração. Possibilita o estado de presença, relaxamento, bem-estar e autocuidado.

**De 2 a 30.  
Sábados,  
domingos e  
feriados, 14h  
às 14h45.**

Sala de Práticas  
Corporais. Vagas  
limitadas. Grátis.  
A partir de  
12 anos.

---

Aula aberta

### **MANHÃS DE PRÁTICAS CORPORAIS: TAI CHI CHUAN**

**Com Maycon Hannickel Stock, pós-graduado em medicina tradicional chinesa, com ênfase em Tai Chi Chuan e Chi Kung**

O Tai Chi Chuan é uma arte marcial chinesa, também conhecida como uma prática de meditação em movimento, que envolve respiração e concentração numa série de exercícios coordenados e suaves. Essa prática colabora para o equilíbrio corporal e socialização.

---

**De 3 a 24.  
Domingos,  
9h às 10h.**

Dia 10 |  
Convivência  
Demais dias  
| Ginásio  
Vagas limitadas.  
Grátis.  
A partir de  
12 anos.

---

Aula aberta

### **MANHÃS DE DANÇA - DANÇA NEGRA** **Com Fabiana Pacheco, educadora física**

No mês de novembro, o Manhãs de dança traz aulas que mesclam as Danças Afro Urbanas e as Danças Tribais Africanas, baseadas na investigação das corporeidades negras. Um convite para o corpo experimentar outras movências e vivenciar o livre dançar. Para quem já dança e quem quer começar a dançar.

---

**De 9 a 30.  
Sábados, 10h30  
às 11h30.**

Sala de Práticas  
Corporais. Vagas  
limitadas. Grátis.  
Retirada de senhas  
30 minutos antes.  
A partir de  
12 anos.

---

Aula aberta

### **PILATES SOLO** **Com Solange de Paula, educadora física e Rolfista**

O Pilates é um método baseado nos princípios de respiração, centralização, concentração, precisão, controle e a fluidez. Proporciona a consciência na realização dos exercícios, o fortalecimento muscular, a melhoria da flexibilidade, tanto para as atividades diárias quanto para a prática esportiva.

---

**Dia 13 e 22.  
Quarta e sexta,  
16h30 às 17h30.**

Sala de Práticas  
Corporais

**Dias 13 e 14.  
Quarta e quinta,  
18h30 às 19h30**  
Anfiteatro

**Dia 14. Quinta,  
15h30 às 16h30**  
Sala de Práticas  
Corporais

Vagas limitadas.  
Grátis. Retirada  
de senhas 1  
hora antes.  
A partir de  
12 anos.



**PROGRAMA SESC DE ESPORTES**

Cursos esportivos que trabalham diversas habilidades físicas e modalidades esportivas (individuais e coletivas), para todos os públicos e todas as idades. Grátis.

	Ter e Qui	Qua e Sex	Sábado	Domingo
<b>Esporte Criança</b>				
3 a 6 anos		17h30		
6 a 10 anos	8h   15h30			
<b>Esporte Jovem</b>				
10 a 13 anos		15h30		
<b>Esporte Jovem</b>				
13 a 16 anos				
Basquete		18h30		
Futevôlei		15h30		
Futsal	18h30			
Vôlei	18h			
<b>Esporte Adulto</b>				
A partir de 16 anos				
Beach Tênis				10h
Basquete		20h		
Corrida		7h15   19h30		
Futevôlei	20h			
Futsal	20h			
Futsal feminino		20h		
Triatlon			10h15	
Vôlei	20h			
<b>Esporte Para</b>				
<b>Pessoas Idosas</b>		10h45   15h30		
A partir de 60 anos				

**PRÁTICAS CORPORAIS**

Aulas que utilizam diversas técnicas corporais orientais e ocidentais, com movimentos que trabalham força, flexibilidade, ritmo, respiração, concentração e que colaboram para o autoconhecimento.

A partir de 12 anos	Terça e Quinta	Quarta e Sexta
<b>Tai Chi Chuan</b>	11h	
<b>Yoga</b>		11h
● R\$ 40 ▲ R\$ 80   Desconto de 50% para maiores de 60 anos. Grátis até 16 anos.		
<b>Ginástica Para</b>		
<b>Todos (GPT)*</b>		
A partir de 12 anos		9h
A partir de 60 anos	15h	

\* Grátis

## ATIVIDADES AQUÁTICAS

Promove a autonomia, o condicionamento físico, o bem-estar e o aperfeiçoamento das modalidades aquáticas.

	Terça e Quinta	Quarta e Sexta
<b>Práticas Aquáticas</b>		
<b>3 a 6 anos</b>		16h30
<b>6 a 12 anos</b>	8h15   15h30	18h30
<b>A partir de 12 anos</b>	17h30   19h30	7h15   9h15   20h30
<b>Condicionamento Físico Aquático</b>	7h15   9h15   14h30   16h30   18h30   20h30	8h15   15h30   17h30   19h30
A partir de 12 anos		
● R\$ 30 ▲ R\$ 60   Desconto de 50% para maiores de 60 anos. Grátis até 16 anos.		

## GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL - GMF

A atividade promove o desenvolvimento de habilidades motoras e de capacidades físicas de forma equilibrada.

A partir de 12 anos	Terça e Quinta	Quarta e Sexta	Sáb, Dom e Fer.
<b>Treinos individuais</b>	7h15 às 21h30	7h15 às 21h30	10h às 15h
<b>Aulas em grupo</b>	8h15   9h45   15h30   16h30   18h30   19h30	9h30   10h15   16h30   18h30	

● R\$ 48 ▲ R\$ 105 | Desconto de 50% para maiores de 60 anos. Grátis até 16 anos.

## NOVAS INSCRIÇÕES - CURSOS ESPORTIVOS

Inscrições e consulta de vagas disponíveis no aplicativo Credencial Sesc SP ou site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

### Para pessoas com Credencial Plena (titulares e dependentes):

- Divulgação das vagas disponíveis: 7 e 21, quintas, às 14h.

### Para pessoas não credenciadas:

- Divulgação das vagas disponíveis: 13 e 27, quartas, às 14h.

**Confirmação de inscrição:** presencialmente na Central de Atendimento até 5 dias após a pré-inscrição.

**RECREAÇÃO LIVRE**

Grátis

**QUADRA DE AREIA**

A partir de 13 anos

**Beach Tênis**

De 1 a 29. Terça a sexta, 18h às 19h. Exceto dias 15 e 20.

**Futevôlei**

De 2 a 30. Sábados e feriados, 10h às 12h.

**Vôlei de Areia**

De 1 a 30. Terça a domingo e feriados, 12h às 16h.

**RECREAÇÃO ESPORTIVA**

Com mediação de equipe Sesc. É necessário apresentar Credencial Plena ou Credencial Atividades válidas. Recomenda-se o uso de trajés esportivos e tênis. Grátis.

**GINÁSIO**

De 2 a 24. Sábados, domingos e feriados. Exceto dias 9 e 10.

**Sáb, Dom e Fer.**

A partir de 6 anos

**Tênis de Mesa**

14h às 15h45. Exceto dias 2 e 3

A partir de 14 anos

**Futsal fem.**

16h às 17h15. Exceto dias 2, 3 e 20.

**Basquete fem.**

17h30 às 18h30. Exceto dia 3.

A partir de 16 anos

**Vôlei misto**

14h às 15h45. Exceto dias 3 e 17.

**Basquete misto**

16h às 17h30. Exceto dia 3.

**Futsal misto**

17h15 às 18h30. Exceto dias 3 e 20.

**Recreação esportiva Vôlei**

# Crianças

Vivência

## **LÊ, BEBÊ!!! - MEDIAÇÃO DE LEITURA PARA BEBÊS E SUAS FAMÍLIAS**

**Com Alan Pablo, educador do Programa Espaço de Brincar e Ana Paula Migliari, arte-educadora**

Ler é um ato social dotado de sentidos e significados; ler para um bebê é uma atitude de fundamental importância, além da conexão com seus adultos cuidadores. Nestes encontros, convidamos famílias e bebês a se sentarem para ler e ouvir histórias.

**De 1 a 29. Sextas, 16h30 às 17h30.**

**Exceto dia 15.**

Biblioteca. Vagas limitadas. Grátis.

Retirada de senhas 1 hora antes.

Até 2 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. Aqui, o cuidado e o fazer são os principais elementos. Você terá a oportunidade de cultivar plantas com aromas deliciosos, como sálvia, alecrim e manjeriço.

**Dias 2 e 3. Sábado e domingo, 10h30 às 12h30.**

Dia 2 | Sala de Oficinas

Dia 3 | Sala 1

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes.

De 3 a 6 anos.

Vivência

## **LUGARES DE BRINCAR**

**Com educadores de atividades infantojuvenis**

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

**De 2 a 30.**

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

Diversos espaços (Unidade). Grátis.

De 6 a 12 anos.

Exibição

## **FESTA NO CÉU**

**Direção: Jorge R. Gutierrez | Animação | EUA | 95 min. | Dub.**

Manolo é um jovem que está dividido entre cumprir as expectativas de sua família ou seguir seu coração. Antes de escolher que caminho seguir, ele embarcará em uma incrível aventura em três mundos fantásticos onde deverá enfrentar seus maiores medos.

**Dia 3. Domingo, 16h.**

Teatro. Lugares limitados. Grátis.

Retirada de ingressos on-line a partir das 12h ou presencial a partir das 15h.

**L**

---

Vivência

### **HOJE É DIA DE ARTE, BEBÊ!**

**Com Alan Pablo, educador do Programa Espaço de Brincar**

A partir da sua experiência no mundo, os bebês se desenvolvem e criam conexões entre seu corpo, a natureza e as pessoas do seu convívio. 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 5 a 29.**

**Terças e quintas, 16h30 às 18h.**

Dias 7 e 28 |

Espaço de Brincar  
Demais dias

| Sala 1

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada

de senhas 1

hora antes.

Até 2 anos.

---

Ateliê

### **LUGAR DE CRIANÇA É FAZENDO ARTE!**

**Com Alan Pablo, educador do Programa Espaço de Brincar**

Arte na primeira infância é diversão, experimentação e ampliação de repertório. Os pequenos artistas são convidados para criar e fazer do nosso ateliê uma experiência única com muita diversão e cheia de sentido.

---

**De 6 a 27.**

**Quartas, 16h30 às 18h30.**

**Exceto dia 20.**

Espaço de Brincar.

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada

de senhas 1

hora antes.

De 3 a 6 anos.

---

Vivência

### **CONTAÇÃO DE HISTÓRIA COM EXPERIÊNCIAS SENSORIAIS - VIVÊNCIA AROMÁTICA**

**Com Aline França e Juliana de Souza, educadoras**

Uma história intuída sobre uma criança que caminha pelo mundo e descobre superpoderes humanos através da exploração da natureza, nos permitirá conhecer um pouco dos óleos essenciais, seus usos e benefícios para bebês. Venham preparados para uma grande aventura exploratória e muita aprendizagem!

---

**Dia 9. Sábado, 10h30 às 12h.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.

Retirada de senhas 30 minutos antes.

De 1 a 2 anos.

---

Oficina

### **DEDOCHES DA HIGIENE BUCAL**

**Com Alexandre Eschenbach, arteterapeuta**

Iremos ensinar, de maneira lúdica e descontraída, a importância da higiene bucal, dos hábitos saudáveis (escovação, utilização do fio dental, visita ao dentista, alimentação etc.) para crianças, por meio da confecção e uso de dedoches, que representam diferentes personagens e elementos relacionados à saúde bucal, tornando o aprendizado mais interativo e divertido.

---

**Dia 10. Domingo, 10h30 às 11h30 e 14h às 15h.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. De 2 a 12 anos.

Vivência

### **TURMINHA DO SORRISO SAUDÁVEL - UMA AVENTURA SOBRE A BUCALIDADE**

**Com dentistas do Sesc Sorocaba**

Vamos embarcar em uma jornada divertida para aprender sobre como cuidar dos nossos dentes. A equipe de dentistas do Sesc irá explicar como a escovação, o fio dental, a alimentação e outros hábitos contribuem para mantermos um sorriso saudável. Preparem-se para uma atividade lúdica cheia de jogos e descobertas!

---

Oficina

### **PINTURA COM TINTAS FEITAS DE ELEMENTOS NATURAIS**

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

As crianças terão a oportunidade de produzir as tintas utilizando elementos naturais como terra, folhas e flores, e criar sua arte com as tintas e papéis.

---

**Dia 10. Domingo, 10h30 às 12h30.**

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. De 4 a 12 anos.

---

Contação de história

### **BOCA LIVRE**

**Com Lili Flor e Paulo Pixu, artistas e educadores**

Uma dupla musical convida o público para brincar com palavras ouvir as histórias e cantar cantigas populares e canções inéditas com o tema boca. O que sai da boca? O que entra na boca? Boca da noite, céu da boca, boca a boca, botar a boca no trombone, bater boca, boca na botija, da boca para fora, água na boca. Um espetáculo literomusical com jogos linguísticos.

---

**Dia 10. Domingo, 16h.**

Convivência. Grátis.

**AL**



**Contaçon de história** Boca livre

Foto: Leonardo Neri

Vivência

**MASSA DE MODELAR CASEIRA PARA BEBÊS**  
**Com Alan Pablo, educador do**  
**Programa Espaço de Brincar**

Para os bebês, é fundamental manusear diferentes materiais e entrar em contato com as mais diversas texturas. Convidamos os pequenos para produzirem a sua própria massa de modelar com ingredientes naturais.

**Dias 15, 16 e 30.**  
**Sexta e sábados,**  
**10h30 às 12h.**

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

Vivência

**A NATUREZA E SEUS SONS**  
**Com Marcos Bravin dos Santos,**  
**agente de educação ambiental**

Nessa atividade, pensada para crianças, buscamos apresentar alguns sons do corpo e de pequenos instrumentos (apitos, chocalhos), além de trabalhar com a sonoridade presente em fenômenos da natureza, tais como trovão e chuva.

**Dias 16 e**  
**17. Sábado e**  
**domingo, 10h30**  
**às 12h30.**

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis.  
 Retirada de senhas 30 minutos antes.  
 De 4 a 10 anos.

Oficina

**MODELANDO ANIMAIS COM ARGILA****Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental**

Nesta atividade lúdica e criativa, as crianças poderão se divertir modelando animais com argila e outros elementos naturais. Além disso, elas terão a oportunidade de conhecer um pouco mais sobre os animais.

**Dias 23 e****24. Sábado e domingo, 10h30 às 12h30.**

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

Espetáculo

**DE PASSAGEM****Com Cia. do Ó**

Dentro de um carro maluco e cheio de truques, a palhaça Matraka e seus dois parceiros, Nanácio e Trapino, viajam em busca de uma boa praça para se apresentarem. Quando chegam, depois de muitas trapalhadas, o carro se transforma em um circo itinerante e ali encenam um espetáculo com habilidades acrobáticas, malabares e comicidade

**Dia 24.****Domingo, 16h.**

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 12,00

■ R\$ 20,00

▲ R\$ 40,00

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

AL

**Espetáculo** De passagem





**Oficina** Modelando animais com argila

Foto: Mirella Ghiraldi

Oficina

### **BROTOS COMESTÍVEIS**

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

Nesta vivência, será apresentada a germinação de sementes para cultivo e consumo de brotos, desde a escolha das espécies, preparo das sementes, local e condições para germinação, além dos materiais utilizados de forma simples e caseira.

**Dias 30 e**

**1/12. Sábado e domingo, 10h30 às 11h30.**

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

Contação de história

### **CONTOS DE BOCA EM BOCA: CONTAÇÃO DE HISTÓRIA SOBRE BUCALIDADE**

**Com Cia. Clara Rosa**

Neste encontro, abordamos "a boca", sempre presente nos contos clássicos e tradicionais que conhecemos. Agora, sendo a boca a protagonista, trazemos suas relações e questionamentos para as histórias que só resistiram ao tempo, por conta da oralidade, passada de boca em boca.

**Dia 30. Sábado, 16h.**

Convivência. Grátis.

**AL**

# Pessoas Idosas

Oficina

## **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 participem e interajam coletivamente de forma física, explorando o aprimoramento de forma individual e trabalhando o autoconhecimento e a autorreflexão. Durante a prática, os participantes refletem sobre temas como pertencimento, coletividade, cooperação, autoconfiança, noção rítmica, foco e concentração no momento presente.

**Dias 5 e 19.**

**Terças, 13h30 às 14h30.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 60 anos.

Bate-papo

## **PONTO DE ENCONTRO**

**Com técnicos do Sesc Sorocaba**

Convite a todas e todos para reconhecer, celebrar e experimentar os potenciais de ser uma pessoa idosa. Cada encontro traz rodas de conversa, cursos, vivências, oficinas, entre outros formatos, bem como apresenta a programação do Sesc Sorocaba. Disponibilizamos um leque de oportunidades de aprendizagem e de troca de experiências.

**Dia 7. Quinta,**

**13h30 às 14h30.**

Sala 1. Grátis. A partir de 60 anos.



**Aula aberta** Pilates solo

Aula aberta

## **PILATES SOLO**

**Com Solange de Paula, educadora física e Rolfista**

O Pilates é um método baseado nos princípios de respiração, centralização, concentração, precisão, controle e a fluidez. Proporciona a consciência na realização dos exercícios, o fortalecimento muscular, a melhoria da flexibilidade, tanto para as atividades diárias quanto para a prática esportiva.

**De 14 a 28.**

**Quintas, 13h30 às 14h30.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 60 anos.

Palestra

## **O TECER DA MEMÓRIA E O TEMPO EM NÓS**

**Com Juliane Pimenta e Caroline Saladine, gerontólogas.**

A memória é o tear da nossa existência, onde fiamos lembranças, experiências e aprendizados que moldam quem somos. Com o tempo, é natural que alguns fios se desfaçam, porém muito pode ser feito para manter o tear ativo e resiliente.

**Dia 26. Terça, 13h30 às 15h.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de ingressos/senhas 1 hora antes. A partir de 60 anos.



### **SESC BERTIOGA - PASSE O DIA**

A venda de ingressos passa a ser exclusivamente online, via aplicativo **Credencial Sesc SP** ou site **centralrelacionamento.sescsp.org.br**, na segunda quinta-feira do mês, a partir das 17h30. O ingresso inclui acesso à programação e aos equipamentos de lazer, vestiários, estacionamento e almoço.

Limite de até 6 ingressos por pessoa/atendimento.

- Ingresso por pessoa (lanchonete): R\$ 27 a R\$ 97
- Ingresso por pessoa (restaurante): R\$ 35 a R\$ 120

Mais informações em **sescsp.org.br**

## AGENDA DE DESTAQUES

TERÇA

QUARTA

QUINTA



5

### Artes visuais

Trocas e olhares:  
Formação para  
professores

6

### Iorubá

Conversa com o  
escritor Raphael  
Montes

7

### Iorubá

Saberes e  
sabores da  
cultura alimentar  
quilombola



12

### Cinema

Preciosa Ivie

13

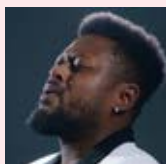
### Iorubá

Como ser  
um educador  
antirracista

14

### Literatura

Contos de quinta:  
leitura coletiva



19

### Iorubá

Tributo à negritude  
sorocabana

20

### Iorubá

Criação de  
mural: mulheres  
ancestrais

Hugo Rafael

21

### Pessoas Idosas

Pilates solo



26

### Cinema

Corra!

27

### Iorubá

Territórios negros  
em Sorocaba

28

### Iorubá

Respirar utopias e  
as corporeidades

---

**SEXTA**

---

**1****Iorubá**

Gabrelú

---

**SÁBADO**

---

**2****Iorubá**

Vem brincar ibejis

Travessia

---

**DOMINGO**

---

**3****Iorubá**Hip-hop  
movimento  
consciente

---

**8**

---

**Iorubá**

Alaíde Costa

---

**9**

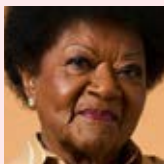
---

**Iorubá**Estampando  
Adinkras**Circo**O ilusionista  
e a pianista

---

**10**

---

**Crianças**Dedoches da  
higiene bucal

---

**15**

---

**Iorubá**

Num corre

Baile Iorubá

---

**16**

---

**Iorubá**A lenda da pérola  
negra e outras  
histórias da preta

---

**17**

---

**Iorubá**De mãos dadas  
com minha irmã

---

**22**

---

**Iorubá**

Virgínia Rodrigues

---

**23**

---

**Iorubá**

Oyá por elas

---

**24**

---

**Crianças**

De passagem



---

**29**

---

**Iorubá**Histórias em  
quadrinhos

---

**30**

---

**Iorubá**Fênix - onde  
nascem os sonhos

## Sesc.digital

A plataforma de conteúdos digitais sob demanda do Sesc São Paulo reúne mais de 24 mil itens de diferentes áreas, em vídeos, imagens, áudios e publicações.

Disponível gratuitamente em [sescsp.org.br/sescdigital](http://sescsp.org.br/sescdigital)

## SescTV

Disponível via satélite em todo o Brasil, em operadoras de TV por assinatura e serviços de streaming. Mais de 1.300 títulos sob demanda, entre documentários, filmes, shows e séries.

Assista também em [sescTV.org.br/agoranatv](http://sescTV.org.br/agoranatv)

## Edições Sesc

As Edições Sesc São Paulo publicam livros em diversas áreas no campo da cultura, sempre em conexão com a programação do Sesc.

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

## Selo Sesc

O Selo Sesc traz a público álbuns que atestam a amplitude da produção artística brasileira, tanto em obras contemporâneas quanto naquelas que recuperam a memória cultural, estabelecendo diálogos entre a inovação e o histórico.

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

## Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 40 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

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

---

### 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**. 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 mais de 42 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

Mantido por empresas 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.

---

### Como viajar pelo Sesc

Com mais de 40 unidades hoteleiras espalhadas pelo país e a oferta de mais de 2000 passeios e excursões, o Sesc é uma ótima opção para você realizar uma experiência de viagem inesquecível.



Saiba como se hospedar nos hotéis e pousadas do Sesc pelo Brasil.

---

## Informações e horários

### 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

### 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

### Comedoria

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

---

## Estacionamento

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

● R\$ 7,00 (1ª hora) e R\$ 2,00 (hora adicional). ▲ R\$ 14,00 (1ª hora) e R\$ 3,50 (hora adicional)

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

● R\$ 8,50. ▲ R\$ 15,50. 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\$ 11,00. ▲ R\$ 22,00. 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 17h, 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

## Mesa Brasil

O Sesc Mesa Brasil combate a fome e o desperdício recolhendo alimentos sem valor comercial, mas próprios para consumo, distribuindo a instituições sociais cadastradas. Também oferece aos parceiros ações educativas relacionadas a sua atuação. E-mail: [mesabrasil.sorocaba@sescsp.org.br](mailto:mesabrasil.sorocaba@sescsp.org.br)

faça sua  
credencial  
sesc






DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

**SESC SOROCABA**

Rua Barão de Piratininga, 555

Tel.: +55 15 3332-9933

   /sescsorocaba

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

logo

FSC