

# Junho 2024

**Sesc São Carlos**

**Guia de Programação**





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.

### 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.

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
27/5 a 2/6	21/5	22/5
3/6 a 9/6	28/5	29/5
10/6 a 16/6	4/6	5/6
17/6 a 23/6	11/6	12/6
24/6 a 30/6	18/6	19/6

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.**



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

6

**Ideias e Ações  
Para Um Novo Tempo**

9

**Shows e Espetáculos**

14

**Cinema**

16

**Cursos, Oficinas  
e Encontros**

21

**Esporte e  
Atividade Física**

30

**Crianças**

34

**Pessoas Idosas**

34

**Turismo Social**

36

**Agenda de Destaques**

# Editorial

Mudança climática não é um assunto novo. Com certeza não. Muito já se falou sobre esse tema durante as últimas décadas.

Eventos nacionais e até internacionais, como a ECO-92, na cidade do Rio de Janeiro, que reuniu chefes de Estado e representantes de 179 países, organismos internacionais, organizações não governamentais e a participação direta da população, deram luz ao tema e alertaram sobre os danos irreversíveis que viriam com o passar dos anos caso nada fosse feito, principalmente em ações para frear o aquecimento global.

Esses eventos falavam do futuro, mas ele já chegou. Basta se conectar a qualquer site ou rede social, assistir a qualquer noticiário ou simplesmente participar de uma conversa que o assunto é o mesmo: as mudanças climáticas e suas graves consequências, como a que assola o estado do Rio Grande do Sul.



**Meio Ambiente** Feira daqui

Mas não adianta fugir da conversa. Não adianta só olhar as notícias. O planeta precisa de mudanças e de ações urgentes e propositivas. Na edição deste ano e com o tema “Em clima de mudança”, o projeto Ideias e Ações para um Novo Tempo traz oficinas, bate-papos e performances que propõem espaços para discussão sobre as mudanças climáticas e suas consequências. Confira a programação e participe.

Junho também traz esporte, cinema, música, espetáculos infantis, oficinas de tecnologias e artes e muito mais. Nosso ginásio de eventos vai se transformar para receber o show com a banda de reggae Planta e Raiz e o espetáculo de dança Encantado, com criação e direção de Lia Rodrigues e a (Em) Companhia de Danças (RJ).

Acompanhe nosso portal [seccsp.org.br/saocarlos](http://seccsp.org.br/saocarlos), nossas redes sociais, convide a família, os amigos e bora pro Sesc!



# Ideias e ações para um novo tempo

## EM CLIMA DE MUDANÇA

Criado em 2012, Ideias e Ações para um Novo Tempo é um projeto permanente do Sesc São Paulo, que tem como objetivo identificar iniciativas socioambientais nos territórios onde as Unidades do Sesc SP estão inseridas. Por meio de ações e conteúdos educativos, busca apresentar experiências transformadoras da realidade, com destaque para tecnologias sociais, além de compartilhar práticas e saberes voltadas ao cuidado com o ambiente e com as pessoas, associadas ao desenvolvimento do território local.

Em diálogo assertivo com o panorama de mudanças climáticas que se encontra em curso, que tem produzido efeitos de grande escala, a presente edição do Ideias e ações para um novo tempo: em Clima de Mudança busca contribuir para a construção de uma agenda positiva e comum em torno do problema do clima. No radar, figuram iniciativas voltadas a conceber estratégias de adaptação e mitigação diante de eventos “naturais” cada vez mais intensos e constantes.

oficina

**QUADROS VIVOS DE PLANTAS NATURAIS:  
SUCULENTAS E PLANTAS AÉREAS**

**Com Alexandre Souza - Estúdio**

**Enquadro Ecoarte**

Oficina teórica e prática dedicado aos quadros vivos de plantas naturais a partir de espécies de suculentas e aéreas. Partindo do conceito, surgimento e breve histórico dos quadros vivos, o curso abordará de modo prático a criação destas obras, bem como a introdução de temas como: comportamento das plantas nessas condições de cultivo e técnicas de manutenção.

**Dia 7/6. Sexta,  
14h às 17h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. Exclusivo para público a partir de 60 anos.

oficina

**QUADROS VIVOS DE PLANTAS NATURAIS:  
PLANTAS DE FORRAÇÃO E BROMÉLIAS**

**Com Alexandre Souza - Estúdio**

**Enquadro Ecoarte**

Oficina dedicada a apresentação e confecção de quadros vivos de plantas naturais a partir de espécies de forração e bromélias. Partindo do conceito, surgimento e breve histórico dos quadros vivos, o curso abordará de modo prático a criação destas obras, bem como a introdução de temas como: comportamento das plantas nessas condições de cultivo, técnicas de manutenção e o uso de substratos.

**Dia 8/6. Sábado,  
14h às 17h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 30/5 a 3/6 (Credencial Plena) e 4 a 8/6 (público geral). Lugares limitados. Grátis.

**L**

bate-papo

**ARBORIZAÇÃO URBANA E EMERGÊNCIA  
CLIMÁTICA - SINTONIAS E CONFLITOS**

**Com Mahryan Sampaio (Perifa  
Sustentável), Daniel Caiche (Sociedade**

**Brasileira de Arborização Urbana) e  
Hélio da Silva (plantador de árvores).**

**Mediação: Clara Machado (Reenvolta).**

Neste encontro iremos debater o estado de emergência climática e trazer o tema da arborização urbana como caminho de mitigação. Conheceremos iniciativas que pensam em formas democráticas de lutas pela justiça climática, pela arborização de áreas urbanas e pela diminuição dos prejuízos ambientais.

**Dia 12/6. Quarta,  
19h30.**

Teatro. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

**acessibilidade**



**Libras**

**L**



**Performance** Corpo Árvore

Foto: Renata Armelin

performance

### **CORPO-ÁRVORE**

**Com (se)cura humana: Flavio Barollo, Jeferson Rogério, Malu Avelar e Wellington Tibério**

A última árvore é encontrada despedaçada. Sobreviventes do colapso ambiental tentam fazê-la reviver por meio de aparelhos tecnológicos para que ela cumpra a vital função de umidificar a vida. Será possível recriar os rios voadores? A invenção dessa árvore-máquina conseguirá nos redimir?

**Dia 14/6.**

**Sexta, 18h.**

Convivência interna.  
Grátis.

**Dia 15/6, sábado, 10h30.**

Praça do Mercado Municipal.  
Grátis.

**L**

oficina

### **ESSA RUA MERECE UMA SOMBRA: COMO E POR QUE PLANTAR UMA ÁRVORE**

**Com Clara Machado e Ana Paula Castral**

Oficina teórica-prática que estimula o plantio e cuidado de árvores em espaços públicos e privados, visando melhor qualidade do clima urbano e como medida de mitigação de emergência climática. Como fazer um diagnóstico sobre a possibilidade de plantio, quais as espécies indicadas para cada local e instruções sobre como preparar o espaço, serão temas abordados no encontro.

**Dia 15/6. Sábado, 14h às 17h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.  
Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc.  
Lugares limitados.

**L**



# Shows e Espetáculos

## MÚSICA

show

### TARJA PRETA

#### Rock

Banda são-carlense, traz em suas composições autorais autênticas doses de rock independente. Após um longo período de ausência, os músicos se reencontram para essa apresentação histórica.

**Dia 6/6.**

**Quinta, 20h.**

Convivência externa.

Grátis.

**AL**

show

### PLANTA E RAIZ

#### Reggae

Uma das mais importantes bandas do reggae brasileiro, Planta e Raiz tem 25 anos de estrada.

Apresenta seus grandes sucessos, com uma nova roupagem, num show acústico que trará muito mais do que os clássicos já existentes na memória do público, mas novas e inéditas canções que marcam uma nova fase da banda que nunca deixou de lado sua essência.

A banda é formada por Zeider (vocal), Fernandinho (guitarra), Franja (guitarra), Samambaia (baixo) e Juliano (bateria).

**Dia 13/6.**

**Quinta, 20h.**

Ginásio de eventos

● R\$40

■ R\$20

▲ R\$12

Venda **online** a partir das 17h de 4/6 e **presencial** a partir das 17h de 5/6.

**16**



**Música** Planta e Raiz



**Música** Tika

Foto: Fernando Yokota

show

## TIKA

### Marca de Nascimento

Com uma banda formada 100% por mulheres, a cantora e compositora paulista mescla suas composições com algumas releituras de artistas como Leci Brandão e Tom Jobim. As canções de Tika bebem da influência do samba, bossa nova e do pop não convencional, com letras poéticas e abordagens experimentais. Guiadas por sua voz, guitarra e performance, juntam-se a ela Lilian Cueto nos teclados, Beatriz Lima no baixo e Caroline Calê na bateria.

**Dia 27/6.**

**Quinta, 20h.**

Convivência externa.  
Grátis.

AL

show

## ROBERTO SERESTEIRO

### Histórias da Música Caipira

Show que traz um pouco das obras e vida de grandes compositores da música caipira, tais como Cornélio Pires, Raul Torres, Tonico e Tinoco, Inezita Barroso e um enfoque na história e curiosidades do repertório clássico das músicas juninas do Brasil, trazendo composições de Lamartine Babo, João de Barro, Herivelto Martins, entre outros.

**Dia 28/6.**

**Sexta, 20h.**

Convivência externa.  
Grátis.

AL

**SONS DA TARDE**

Programação que privilegia a diversidade dos estilos musicais, propondo momentos para dançar, cantar e prestigiar e conhecer artistas do interior e capital.

show

**MIRO DE MELO & OS BREGAPUNKS****Brega romântico**

Grupo musical de São Paulo, tem como proposta musical a releitura, em ritmo de rock e punk, de sucessos brega-românticos de décadas passadas.

**Dia 2/6.**

**Domingo, 16h.**

Convivência externa.

Grátis.

AL

show

**GRUPO RODA VIVA****Samba**

Com mais de duas décadas de história no cenário musical no estado de São Paulo, o grupo tem o propósito de resgatar e difundir o samba de raiz e todas as suas vertentes: samba canção, enredo, de roda, seresta, bossa nova, marchinha, chorinho, entre outros.

**Dia 9/6.**

**Domingo, 16h.**

Convivência externa.

Grátis.

AL

show

**BANDA BIGSTER****Pop rock**

A banda transita pelas últimas décadas, tocando os sucessos que fazem o público cantar e curtir, com um repertório variado dos hits e clássicos do rock nacional e internacional.

**Dia 16/6.**

**Domingo, 16h.**

Convivência externa.

Grátis.

AL



**Música** Banda Bigster

**Música** Trio Charmoso

Foto: Silvírio Fatz

show

**TRIO CHARMOSO****Forró**

Você gosta de festa Junina? O Trio Charmoso resgata a atmosfera dos grandes mestres da música nordestina, passando por sucessos de Luiz Gonzaga, Dominginhos, Jackson do Pandeiro, Alceu Valença, Chico César, entre outros.

**Dia 23/6.****Domingo, 16h.**Convivência  
externa.

Grátis.

AL

show

**ARRAIÁ DA AYDÊ****Forró junino**

No repertório, a temática de São João em ritmo de arrasta-pé, além de uma variedade de xote, forró e clássicos, convidando o público para dançar.

**Dia 30/6.****Domingo, 16h.**Convivência  
externa.

Grátis.

AL



Dança Encantado

Foto: Sammi Landweer

## DANÇA

espetáculo

### ENCANTADO

#### Com Lia Rodrigues (Em) Companhia de Danças

Como encantar o que nos cerca, imagens, danças e paisagens e transformá-las em nossos corpos e ideias? Como nos acoplarmos, nós e o ambiente, em arranjos variados? Como ir ao encontro de seres viventes em toda a sua diversidade, criando aglomerações e agrupamentos, engendrando entidades que se encantam e se desencantam numa ciranda sem fim?

No Brasil, a palavra “encantado” se refere às entidades que pertencem a modos de percepção de mundo afro-ameríndio. São seres que atravessam o tempo e se transmutam em diferentes expressões da natureza. Não experimentaram a morte, mas seguiram em outro plano, ganhando atribuições mágicas de proteção e de cura. Deste modo, as ações predatórias que ameaçam a vida na Terra impactam também a existência dos Encantados. Não há como separar os encantados da natureza ou a natureza desses seres.

**Dia 19/6.**

**Quarta, 20h.**

Ginásio de eventos.

● R\$40

■ R\$20

▲ R\$12

Venda **online** a partir das 17h de 11/6 e **presencial** a partir das 17h de 12/6.

16



Foto: Divulgação

**Cinema** O Silêncio Da Chuva

## Cinema

exibição

### O SILÊNCIO DA CHUVA

**Bra, 2020. Cor. Dir.: Daniel Filho. Ficção. 96 min.**

Um executivo é encontrado morto a tiros no banco de seu carro. Sem muitos dados ou suspeitos, são destacados um detetive e uma policial como encarregados do caso e logo começam a investigar as pessoas mais próximas da vítima. A situação toma proporções inesperadas quando todos os envolvidos no caso começam a sumir misteriosamente.

**Dia 7/6. Sexta, 19h30.**

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

16

exibição

### TRALALA

**Fra, 2021. Cor. Dir.: Arnaud Larrieu, Jean-Marie Larrieu. Comédia Musical. 120 min.**

Tralala, um cantor das ruas de Paris, se depara com uma jovem que lhe deixa uma mensagem intrigante antes de sumir: "Acima de tudo, não seja você mesmo". Deixando a capital, Tralala encontra na cidade de Lourdes a mulher por quem sempre foi apaixonado, mas que não o reconhece. Ao mesmo tempo uma mulher insiste que ele é seu filho desaparecido há 20 anos nos Estados Unidos. Ele resolveu então assumir esse papel, descobrindo uma nova família e desvenda uma vocação que jamais imaginara ter.

**Dia 14/6. Sexta, 19h30.**

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

14





Foto: Divulgação

### Cinema Filhos Do Ódio

exibição

#### **FILHOS DO ÓDIO**

**EUA, 2020. Cor. Dir.: Barry Alexanser Brown. Biografia/Drama. 105 min.**

Nesta história verídica ambientada durante o Movimento dos Direitos Civis dos anos 60, o neto de um membro da Klan é forçado a enfrentar o racismo desenfreado de sua própria cultura. Desafiando a sua família e as normas brancas do Sul, ele abraça a luta contra a injustiça social, a repressão e a violência para mudar o mundo em que nasceu.

**Dia 21/6. Sexta, 19h30.**

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

14

exibição

#### **FAMÍLIA DIONTI**

**Bra, 2015. Cor. Dir.: Alan Minas. Ficção. 99 min.**

Um filme emocionante, em que o fantástico e a realidade se equilibram e tecem juntos uma trama envolvente e cheia de surpresas. Nas muitas histórias por trás da história, Josué cria sozinho seus dois filhos: Serino, que é seco e chora grãos de areia e Kelton, que se derrete com a chegada de Sofia, uma garota de circo e, a cada chuva, Josué sonha com a volta de sua mãe desaparecida. A Família Dioni retrata de forma especialmente delicada o tema universal do primeiro amor.

**Dia 28/6. Sexta, 19h30.**

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

AL



Foto: Henrique Vasconi

**Ateliê** Atelieta práticas artísticas

## Cursos, Oficinas e Encontros

### SAÚDE

bate-papo

#### **A LÍNGUA DÁ O QUE FALAR**

**Com Elisa Mara, psicanalista mestre em linguística. Mediação de Patrícia Olandini e Pedro Choairy (psicanalistas da Sublimação Arte e Psicanálise).**

Língua é comunicação? A língua é uma barreira transponível entre dois sujeitos como nos pregam as tecnologias atuais? O apagamento das fronteiras linguísticas não parece ser a solução para nos fazer chegar ao entendimento mútuo.

**Dia 20/6. Quinta, 19h30.**

Sala Multiuso. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

14

### TECNOLOGIA E ARTES

ateliê

#### **ATELIETA: PRÁTICAS ARTÍSTICAS**

**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Atividades de artes visuais e manuais, jogos, técnicas de impressão, para desenvolvimento de trabalhos e projetos processuais com a assistência dos educadores e da disponibilização de materiais de uso comum.

**De 1/6 a 28/12.**

**Sábados, 14h às 16h.**

Convivência interna. Grátis. Lugares limitados.

14





Foto: Divulgação

### **Oficina** ETA conexão boa: descubra seu celular

ateliê

#### **PAPERCUTTING: CADERNO RECORTADO EM CAMADAS**

**Com Ariádine Menezes**

Utilizando a técnica do papercutting, que explora recortes minuciosos em papel, a proposta é que cada participante crie uma obra de arte cortada em camadas a partir de um caderno sem pauta. Serão seis a dez camadas de recortes vazados em formatos diferentes, que ao término se integrarão dando profundidade à obra.

**De 9 a 30/6.**

**Domingos, 13h30 às 16h30.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.

Atividade sequencial.

Inscrições online ou presenciais de 28/5 a 8/6.

Lugares limitados.

16

oficina

#### **ETA CONEXÃO BOA: DESCUBRA SEU CELULAR**

**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Introdução aos recursos básicos de smartphones, abrangendo desde a manipulação dos dispositivos até o uso de uma variedade de aplicativos que tornam nossa vida cotidiana mais fácil.

**Dias 18/6, 2 e**

**23/7. Terças, 14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.

Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc.

Lugares limitados.

16



Foto: Henrique Vasconi

**Ateliê** Ateliê aberto: criação e desenvolvimento de projetos

ateliê

**ATELIÊ ABERTO: CRIAÇÃO E DESENVOLVIMENTO DE PROJETOS****Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Transforme sua ideia em realidade com aprendizado de ferramentas de marcenaria, costura e tecnologias digitais. Venha criar seu projeto!

**Dia 19/6. Quarta, 19h às 21h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

16

oficina

**LUZ, CÂMERA, SENSORES****Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Atividade que permite integrar o mundo físico ao digital, adicionando mudanças de fundos, manejo de trajés e de sensores de movimento, assim, não apenas estamos aprendendo programação, mas também estamos integrando conceitos de robótica por meio da computação física e da realidade aumentada.

**Dia 20/6. Quinta, 18h30 às 21h30.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 11 a 20/6. Lugares limitados.

10



Foto: Lais Lacerda

### Oficina Cerâmica fria com impressões botânicas

#### FESTA! NA FIRMA

Ação desenvolvida pelo Relacionamento com Empresas que leva recortes da programação do FestA! para empresas do comércio de bens, serviços e turismo. Saiba mais sobre o Relacionamento com Empresas em [sescsp.org.br/empresas](http://sescsp.org.br/empresas)

oficina

#### FAÇA E CUSTOMIZE SUA ECOBAG!

##### Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

A palavra "Ecobag" é derivada do termo em inglês "bag" (bolsa) e significa, literalmente, sacola ecológica. Seu uso ressalta a redução de consumo de produtos de plástico e a reutilização para transporte de compras. A oficina convida os participantes a criar sua própria ecobag com algodão cru e personalizar a partir de técnicas diversas de estamparia, bordado e colagem.

**Dia 6/6. Quinta,**  
**10h às 11h30 e**  
**15h às 16h30.**  
**Dia 13/6. Quinta,**  
**15h às 16h30.**

Atividade externa  
 Grátis.

AL

oficina

#### CERÂMICA FRIA COM IMPRESSÕES BOTÂNICAS

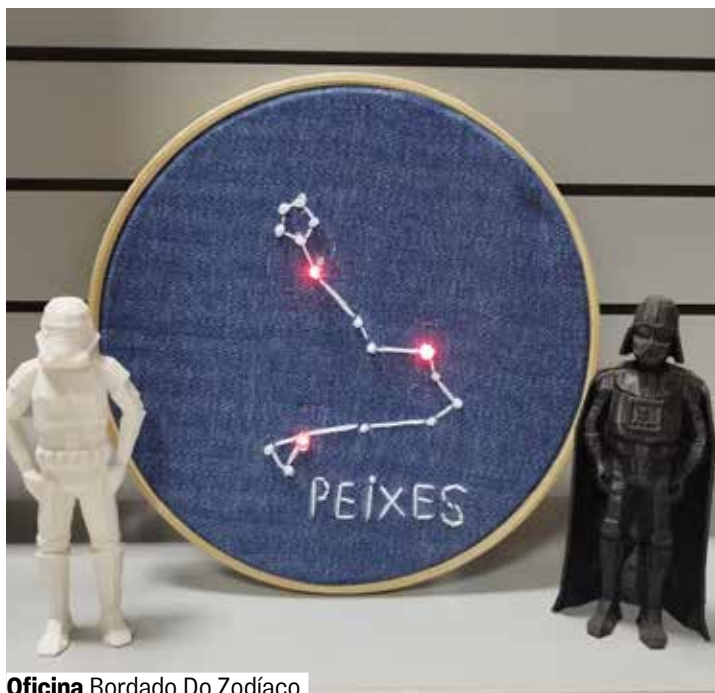
##### Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

Oficina de modelagem com cerâmica fria e estampas botânicas. Desenvolva neste curso habilidades tridimensionais, explorando técnicas de modelagem e criando suas próprias peças.

**Dia 12/6. Quarta,**  
**10h às 11h30 e**  
**15h às 16h30.**  
**Dia 20/6. Quinta,**  
**15h às 16h30.**

Atividade externa  
 Grátis.

AL



**Oficina** Bordado Do Zodíaco

Foto: Renato Assis

oficina

### **ROBÔ ESCOVA**

**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Um pequeno "robô" feito de materiais simples como uma escova de dente e um motor vibratório.

**De 18 a 26/6.**

**Terças e quartas, 15h às 17h.**

Atividade externa  
Grátis.

AL

oficina

### **BORDADO DO ZODÍACO**

**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Aqui está um projeto de bordado fácil para iniciantes que celebra sua constelação favorita. Na atividade inclui costura com eletrônica.

**Dia 19/6. Quarta, 10h às 12h.**

**Dia 25/6. Terça, 15h às 17h.**

Atividade externa  
Grátis.

AL



Foto: Paulo Arruda

**Aula aberta** Alongamento e mobilidade articular

## Esporte e Atividade Física

aula aberta

### **ALONGAMENTO E MOBILIDADE ARTICULAR**

#### **Com educadores físico-esportivos**

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

**De 1/6 a 29/6.**

**Sábados, 10h  
às 11h.**

Galpão. Grátis.  
Inscrições no  
local e horário  
da atividade.  
Lugares limitados.

**AL**

aula aberta

### **YOGA**

#### **Com educadores físico-esportivos**

Prática indiana com exercícios de respiração, posturas e movimentos que promovem a força, a flexibilidade e colaboram para o autoconhecimento, a concentração e a prática da meditação. A partir da percepção de si e do outro, possibilita a promoção da saúde e escolhas mais conscientes para a vida.

**De 2/6 a 30/6.**

**Domingos, 9h30  
às 10h30 e  
10h30 às 11h30.**

Galpão. Grátis.  
Senhas 10  
minutos antes no  
local da atividade.  
Lugares limitados.

**AL**



Foto: Paulo Arruda

## Recreação Esportiva Vôlei

### RECREAÇÕES ESPORTIVA

#### JOGOS E BRINCADEIRAS PARA PAIS E FILHOS

Espaço recreativo para as crianças brincarem, jogarem e se divertirem junto com os adultos responsáveis.

**De 1 a 22/6.**  
**Sábados, 9h30 às 12h30.**  
Ginásio de eventos.  
Grátis.

#### ESPORTE PARA MULHERES

Espaço com o objetivo de incentivar a prática esportiva recreativa nos momentos de lazer e dar visibilidade às modalidades basquete, futsal e vôlei, realizadas por mulheres.

Ginásio de Eventos. Grátis.  
Inscrições no local e horário da atividade.  
Lugares limitados.

#### BASQUETE PARA MULHERES

**De 1/6 a 29/6.**  
**Sábados, 9h30 às 12h.**  
Recreação livre.

#### FUTSAL PARA MULHERES

**De 1/6 a 29/6.**  
**Sábados, 14h às 16h.**  
Para participar é necessário a apresentação de Credencial Plena ou Atividades do Sesc. Recreação orientada.

#### VÔLEI PARA MULHERES

**Domingos**  
**13h às 15h.**  
Recreação orientada. Para participar é necessário a apresentação de Credencial Plena ou Atividades do Sesc.

---

**CURSOS PERMANENTES****Com educadores físico-esportivos**

Programa Sesc de Esportes, Ginástica Multifuncional, Atividades Aquáticas e Práticas Corporais.

**Informações para inscrição:**

Nas 1<sup>as</sup> e 3<sup>as</sup> quintas-feiras do mês, a partir das 14h, fazendo seu login na Central de Relacionamento Digital, ou no app Credencial Sesc SP, será possível visualizar as vagas disponíveis, filtrar a busca de acordo com o curso, unidade, dias da semana e horário de preferência.

**Como se inscrever:**

Se o curso do seu interesse estiver disponível, você pode garantir a sua vaga, preencher o Questionário de Prontidão para Atividade Física e ainda realizar o pagamento da primeira mensalidade, se for o caso. Tudo online e sem sair de casa.

**Atenção:** de acordo com a sua idade, ou ainda dependendo da legislação municipal da cidade onde você está, pode ser necessário o comparecimento à unidade de interesse para a conclusão presencial da inscrição mediante a apresentação de alguns documentos, como:

- 3 a 14 anos: apresentar autorização (pais ou responsáveis) (válida por 1 ano).
- A partir de 70 anos: apresentar atestado médico de liberação para a prática de atividades físicas e/ou esportivas (válido por 1 ano).
- Para programa de Atividades Aquáticas apresentar também atestado dermatológico (válido por 6 meses).

**Curso** Ginástica Multifuncional

Foto: Paulo Arruda

**PROGRAMA DE GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL**

Programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos. Tem como objetivo promover uma prática adequada à expectativa e ao estilo de vida de cada pessoa. Propõe exercícios que estimulam o desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras em um ambiente acolhedor. As atividades são conduzidas pela equipe de educadores(as) do Sesc.

**Terça e quinta.**  
7h às 12h30 e  
15h30 às 21h30.

**Quarta e sexta.**  
7h às 12h30 e  
15h às 21h30.

**Sábado.**  
9h30 às 12h30 e  
15h às 18h.

**Domingo.**  
9h30 às 12h30.

A partir de  
12 anos.

● R\$48

▲ R\$105

Acima de 60 anos.

● R\$24

▲ R\$52,50

Grátis para jovens  
de 12 a 16 anos.



**Curso** Yoga

Foto: Paulo Arruda

## PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

Conjunto de práticas que integram corpo e mente e trabalham a expressão corporal, conectando indivíduo ao coletivo, a sociedade e a natureza. As práticas estimulam a percepção corporal e promovem o autocuidado e o movimento consciente, valorizando os aspectos culturais e históricos das técnicas.

### YOGA

Curso baseado na tradição do hatha yoga, com posturas corporais, exercícios respiratórios, de concentração, meditação e outras técnicas. A partir da percepção de si e do outro, possibilita a promoção da saúde e escolhas mais conscientes para a vida.

**Terça e quinta.**  
**8h, 10h, 17h30, 19h30 e 20h30.**  
**Quarta e sexta.**  
**7h, 11h e 20h30.**  
Sala de Atividades Corporais.  
A partir de 12 anos.  
● R\$40  
▲ R\$80  
Acima de 60 anos.  
● R\$20  
▲ R\$40  
Grátis para jovens de 12 a 16 anos.

### PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

Programa que desenvolve competências para possibilitar a segurança do praticante na água, o aprendizado dos nados, o condicionamento físico, a autonomia e o bem-estar. Tem como objetivo proporcionar o acesso ao meio aquático e promover uma relação positiva das pessoas com este ambiente.

### CONDICIONAMENTO FÍSICO AQUÁTICO

Atividade em grupo que utiliza a água como resistência aos movimentos. Os exercícios estimulam o desenvolvimento da força, da capacidade cardiorrespiratória e a autonomia no meio aquático.

Terça e quinta.

7h, 8h, 9h,  
16h30, 17h30 e  
19h30.

Quarta e sexta.

7h, 8h, 15h, 16h,  
18h30 e 20h30.

Piscina interna.

A partir de  
12 anos.

● R\$40

▲ R\$80

Acima de 60 anos.

● R\$20

▲ R\$40

Grátis para jovens  
de 12 a 16 anos.

### PRÁTICAS AQUÁTICAS - 3 A 6 ANOS

As aulas utilizam o brincar e o jogo de faz-de-conta para favorecer a descoberta, a exploração, a autonomia e o prazer em estar e se movimentar na água.

Terça e quinta. 9h.

Quarta e  
sexta. 17h.

Piscina interna.

Grátis.



**Curso** Condicionamento Físico Aquático

**PRÁTICAS AQUÁTICAS - 6 A 12 ANOS**

Aprendizagem de atividades individuais e coletivas que promovem a prática da natação (estilos crawl, costas, peito e borboleta) e de modalidades como nado artístico, caiaque, surfe e mergulho, para que crianças e jovens desenvolvam autonomia, tenham prazer em estar e se movimentar na água.

**Terça e quinta.  
10h e 15h30.**

**Quarta e sexta. 10h.**

Piscina interna.  
Grátis.

**PRÁTICAS AQUÁTICAS - ACIMA DE 12 ANOS**

Prática de atividades individuais e coletivas que propõe o aprendizado de diversas modalidades, como natação (crawl, costas, peito e borboleta), nado artístico, caiaque, surfe e mergulho. Promove a autonomia, o condicionamento físico, o bem-estar e o aperfeiçoamento das habilidades aquáticas.

**Terça e quinta.  
18h30 e 20h30.**

**Quarta e sexta. 7h, 9h e 19h30.**

Piscina interna.

A partir de 12 anos.

● R\$40

▲ R\$80

Acima de 60 anos.

● R\$20

▲ R\$40

Grátis para jovens de 12 a 16 anos.

**PROGRAMA SESC DE ESPORTES**

A educação por meio do esporte e para o esporte. Brincar, aprender, competir, jogar e divertir são elementos presentes no universo dos esportes. Um estímulo prazeroso para a conquista da autonomia corporal, a melhoria da qualidade de vida e o aprendizado de novas habilidades e expressões corporais.

**ESPORTE CRIANÇA - 3 A 6 ANOS**

Atividades diversas são ensinadas por meio do brincar e do jogo de faz de conta, a partir da exploração de objetos, espaços e da imaginação das crianças.

**Quarta e sexta.  
18h30 às 19h20.**

Grátis.

Necessária a presença do pai ou responsável para participação nas atividades.

**ESPORTE CRIANÇA - 6 A 10 ANOS**

As crianças jogam, interagem e vivenciam habilidades e práticas, tais como dança, luta e ginástica. As aulas contêm jogos e brincadeiras para desenvolver o interesse pelo esporte e de valores como respeito à diversidade, criticidade, autonomia, entre outros.

**Quarta e sexta.  
8h às 11h e 15h às 18h.**

Grátis.

---

**ESPORTE JOVEM - 10 A 13 ANOS**

Início do aprendizado das modalidades esportivas nas quais o jovem vivencia experiências coletivas para compreender o jogo, as regras, a história dos esportes e os valores da competição.

**Terça e quinta.  
15h30 às 17h30.**  
Grátis.

---

**ESPORTE JOVEM - 13 A 16 ANOS**

Prática e aprendizado das modalidades esportivas com o objetivo de aprimorar o conhecimento esportivo, a compreensão do jogo e as ações técnico-táticas. O jovem aperfeiçoa suas experiências competitivas e desenvolve as habilidades necessárias para o jogo.

---

**BASQUETE**

**Terça e quinta.  
16h30 às 17h30.**  
Grátis.

---

**VÔLEI**

**Quarta e sexta.  
17h às 18h30.**  
Grátis.

---

**ESPORTE ADULTO - DE 16 A 59 ANOS**

Prática de modalidades possibilitando a compreensão dos valores que envolvem o esporte como manifestação cultural. Indicado para pessoas que querem aprender ou retomar a prática esportiva. Incentiva a autonomia, o prazer pelo esporte e a melhoria da qualidade de vida.

---

**INICIAÇÃO AO VÔLEI**

**Terça e quinta.  
19h30 às 21h30.**  
Grátis.

---

**INICIAÇÃO AO BASQUETE**

**Quinta. 19h30 às  
21h30.**  
Grátis.

---

**CLUBE DO VÔLEI FEMININO**

**Quarta e sexta.  
19h30 às 21h30.**  
Grátis.

---

**CLUBE DO VÔLEI MASCULINO**

**Quarta e sexta.  
19h30 às 21h30.**  
Grátis.



**Curso** Clube do futsal

Foto: João Moura

---

## CLUBE DO BASQUETE

**Terça. 19h30 às 21h30.**

Grátis.

---

## CLUBE DO FUTSAL

**Quarta e sexta. 18h às 19h30.**

Grátis.

---

## CLUBE DA CORRIDA

**Terça e quinta, 7h às 8h. Quarta e sexta. 19h às 20h. Domingo, 8h30 às 10h.**

Grátis.

---

## TRIATLO

**Quarta e sexta. 20h às 21h30.**

Grátis.

---

## TÊNIS

**Terça e quinta. 19h30 às 21h30.**

Grátis.

---

## ESPORTE PARA IDOSOS - ACIMA DE 60 ANOS

Prática e aprendizado de diversas modalidades esportivas que favorecem trocas de experiências, como forma de integração, promovendo o bem-estar e a saúde, considerando a história, os interesses e as necessidades de cada um.

---

## MULTIMODALIDADES

**Quarta e sexta. 16h às 17h.**

Grátis.

# Crianças

---

## SEMANA MUNDIAL DO BRINCAR

Promovida pela Aliança pela Infância com mobilização social de voluntários, poder público e outros atores em todo o Brasil, a Semana Mundial do Brincar acontece desde 2009 e busca divulgar a importância e criar oportunidades para que as crianças possam brincar. De 25 de maio a 2 de junho de 2024, o tema escolhido é "Vem pra Roda, no Ritmo do Brincar". Muito mais que um símbolo na roda é onde se aprende a dar as mãos, a conviver, a olhar e a compartilhar, suas brincadeiras, emoções e conhecimentos.

---

vivência

### BRINCADEIRAS ANCESTRAIS

#### Com Coletivo FestERE

Brincar é um saber que a criança desperta em contato com o mundo, nessa vivência o coletivo FestERE vai estimular a nossa memória para recuperarmos mais saberes brincantes, por meio de experiências lúdicas e despertar de todas as infâncias, para crianças e adultos brincarem juntos. O coletivo promove o brincar a partir de estímulos trazidos pelo livro Afrofuturo ancestral do amanhã. E você não vai perder, não é mesmo?

---

**Dias 1 e 2/6.**

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

Convivência interna. Grátis.

AL

---

oficina

### SE JOGA NA RODA!

#### Com educadores de Infâncias e Juventudes

Durante a Semana Mundial do Brincar, as atividades para todas as famílias buscam colocar luz nos jogos, brincadeiras, vivências e oficinas. Venham brincar com a gente! Crianças devem estar acompanhadas por um adulto de referência.

---

**Dia 2/6. Domingo, 14h às 16h.**

Foyer do teatro. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

AL



**Circo** Quadrilhão

Foto: Guilherme Augusto

## CIRCO

espetáculo

### QUADRILHÃO

#### Com a Trupe Baião de 2

Espetáculo mágico e encantador de uma cultura popular que permeia o imaginário de gerações, numa releitura de habilidosos pernaltas, em que o grande acontecimento é o casamento da bandeirinha com o correio elegante. Um espetáculo para apreciar, brincar e participar desse quadrilhão.

**Dias 1. Sábado  
16h.**

Convivência  
interna. Grátis.

AL

## LITERATURA

contação de história

### 3 VIVAS PARA OS 3 SANTOS

#### Com Ateliê Teatro

Nhô Tunico e Nhá Rita estão num corre-corre danado. Hoje é dia de festa, e por isso, capricharam no visual! E em dia de festa, quanto mais gente, melhor. Acompanha o casal na festança Rita Rosa - cantora que dá gosto ouvir - e Compadre Barnabé - sanfoneiro "dus bão".

**Dia 22/6.**

**Sábado, 16h.**

Convivência  
interna. Grátis.

AL



Foto: Divulgação

**Teatro** A extraordinária viagem ao Reino das Asas

## MÚSICA

show

### Anarriê!

**Com Lili Flor e Paulo Pixu**

O repertório ressalta canções tradicionais juninas, com os versos da literatura de cordel. A dupla chama o público para brincar o São João com canções de artistas consagrados da cultura popular. Um convite para a festa da colheita onde habita a poesia, as cantigas populares e as quadrinhas juninas.

**Dia 29/6.**

**Sábado, 16h.**

Convivência externa. Grátis.

AL

## TEATRO INFANTIL

espetáculo

### A EXTRAORDINÁRIA VIAGEM AO REINO DAS ASAS

**Com Rainhas do Radiador**

Duas palhaças caem em uma floresta e, guiadas por uma coruja, partem em busca da Arara de Sete Cores, que tem a solução para todos os problemas. Durante a jornada, conhecem pássaros raros e enfrentam desafios. No final, descobrem o que é necessário para voltarem a voar.

**Dia 8/6.**

**Sábado, 16h.**

Teatro.

● R\$30

■ R\$15

▲ R\$10

Grátis para crianças até 12 anos. Venda **online** a partir das 17h de 28/5 e **presencial** a partir das 17h de 29/5.

AL



espetáculo

## MARIA DOS CÉUS

### Com Cia Fios de Sombra

Distante de tudo e de todos é onde vive esta mulher. Desde pequena, semeou e colheu uma amizade daquela mais pura e verdadeira que pode existir. Viveu sempre compartilhando seus mágicos momentos e tendo como retribuição de seu cuidado as cores mais vivas e vibrantes que seus olhos podiam ver, até que um dia a sua maior preocupação passa a ser olhar para os céus.

**Dia 15/6.**

**Sábado, 16h.**

Teatro

● R\$30

■ R\$15

▲ R\$10

Grátis para crianças até 12 anos. Venda

**online** a partir das 17h de 4/6 e

**presencial** a partir das 17h de 5/6.

Acessível para pessoas surdas.

AL

oficina

## Pequenos Experimentos

### Com educadores do Espaço de Brincar

Linhas, papéis, tecidos, flores secas, tintas - cada material nos convida a experimentar diferentes gestos, sensações, imagens, descobertas, tempos a serem vividos. Em torno desses elementos e diversos desafios, nos reunimos para explorar, criar, compartilhar nossos fazeres e brincar juntos.

**De 5 a 26/6.**

**Quartas, 16h30 às 18h.**

Convivência externa. Grátis.

Senhas 30

minutos antes

na Loja Sesc.

Lugares limitados.

AL

ateliê

## Costuras e costurinhas - oficinas de costura afetiva para adultos

### Com educadores do Espaço de Brincar

Em encontros não processuais, propomos aos adultos a experimentação e descoberta de técnicas simples de costura à máquina, com o objetivo de confeccionar uma peça afetiva para uma criança vinculada (filho, neto ou sobrinho) e reviver o gesto de alguém que já tenha costurado algo para nós. Em cada encontro, cada participante irá produzir uma peça diferente.

**Dias 7 e 14/6.**

**Sextas, 14h30 às 17h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.

Senhas 30

minutos antes

na Loja Sesc.

Lugares limitados..

AL

## ESPAÇO DE BRINCAR

Com atividades livres e mediadas em ambientes lúdicos, o programa valoriza o brincar de forma espontânea e coletiva, acolhendo bebês e crianças de 0 a 6 anos, acompanhadas de responsável. Consulte as páginas das unidades no portal [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br) para informações de acesso.



Foto: Divulgação

**Pessoas Idosas** Ponto de Encontro

## Pessoas Idosas

oficina

### **QUADROS VIVOS DE PLANTAS NATURAIS: SUCULENTAS E PLANTAS AÉREAS** Com Alexandre Souza - Estúdio Enquadro Ecoarte

Curso teórico e prático dedicado aos quadros vivos de plantas naturais a partir de espécies de suculentas e aéreas. Partindo do conceito, surgimento e breve histórico dos quadros vivos, o curso abordará de modo prático a criação destas obras, bem como a introdução de temas como: comportamento das plantas nessas condições de cultivo e técnicas de manutenção.

**Dia 7/6. Sexta,  
14h às 17h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. Exclusivo para público a partir de 60 anos.

reunião

### **PONTO DE ENCONTRO**

Um espaço destinado para o diálogo e compartilhamento de saberes, que visa a regularidade de encontros entre frequentadores e frequentadoras do programa do TSI - Trabalho Social com Idosos em São Carlos.

**Dia 11/6. Terça,  
14h às 15h.**

Teatro. Grátis. Exclusivo para público a partir de 60 anos. Lugares limitados.

aula aberta

### **VEM DANÇAR 60+** Com educadores físico-esportivos

A prática de dança auxilia no processo de socialização coletiva, além de aprimorar o senso rítmico. Essas danças são realizadas, seguindo uma coreografia que busca alcançar harmonia e consciência do todo.

**Dia 27/6. Quinta,  
14h às 15h.**

Sala de atividades corporais. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Atividade voltada para público a partir de 60 anos. Lugares limitados.

# Turismo Social

## Oba! Férias!

Passeios, excursões e ações do eixo programático "Outras Viagens" a serem oferecidos priorizando o atendimento ao público de crianças e suas famílias. As atividades serão realizadas pelas 28 unidades que desenvolvem ações de Turismo Social Emissivo.

passeio

### **(RE)CONHECENDO O CAMPO: ASSENTAMENTO BELA VISTA PARA CRIANÇAS**

A proposta do passeio é apresentar às crianças a vida no campo, abordar temas como alimentação, agroecologia e produção agrícola de maneira lúdica e incentivar os participantes à preservação de nossos recursos naturais.

**Dia 14/7.**  
**Domingo, 9h**  
**às 16h.**

Teatro.

● R\$40

▲ R\$60

Inscrições **online** ou **presenciais** a partir de 5/6, quarta, às 14h. Grátis para crianças até 12 anos.

passo o dia

### **PASSE O DIA EM BERTIOGA**

Novidade! Venda de ingressos somente online via aplicativo Credencial Sesc SP ou site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br), a partir das 17h30, na segunda quinta-feira do mês anterior à data pretendida para a visita. Permanência na unidade das 8h às 18h. Mais informações em [centrodeferias.sescsp.org.br](http://centrodeferias.sescsp.org.br)

● R\$27

Com almoço na Lanchonete

● R\$35

Com almoço no Restaurante

▲ R\$97

Com almoço na Lanchonete

▲ R\$120

Com almoço no restaurante Grátis para crianças até 06 anos.

## **PRÓXIMAS VIAGENS**

### **Entre a serra e o mar - Bertioiga (SP)**

De 4 a 8/9/24

### **Vale das artes - Taubaté, Cunha e**

### **São Luiz do Paraitinga - SP**

De 10 a 13/10/24

### **Territórios caiçaras e quilombolas do**

### **Lagamar - Cananea e Ilha do Cardoso - SP**

De 14 a 17/11/24

**Informações sobre inscrições no final de junho.**

## AGENDA DE DESTAQUES



**4**

### **Crianças**

Espaço de brincar

**5**

### **Crianças**

Pequenos  
Experimentos

**6**

### **Crianças**

Espaço de brincar

### **Música**

Tarja Preta

**11**

### **Idosos**

Ponto de encontro

### **Crianças**

Espaço de brincar

**12**

### **Crianças**

Pequenos  
Experimentos

**13**

### **Biblioteca**

Consulta de  
Revistas e Jornais

### **Música**

Planta e Raiz

**18**

### **Tecnologias e Artes**

ETA conexão  
boa: descubra  
seu celular

**19**

### **Dança**

Encantado

**20**

### **Tecnologias e Artes**

Luz, câmera,  
sensores

**25**

### **Crianças**

Espaço de brincar

### **Biblioteca**

Consulta de  
Revistas e Jornais

**26**

### **Crianças**

Espaço de brincar

### **Crianças**

Pequenos  
Experimentos

**27**

### **Pessoas Idosas**

Vem dançar 60+

### **Música**

Tika

---

## SÁBADO

---

**1**

---

### **Circo**

Quadrilhão

---

### **Biblioteca**

Consulta de  
Revistas e Jornais

---

---

**7**

---

### **Meio Ambiente**

Quadros vivos de  
plantas naturais:  
suculentas e  
plantas aéreas

---

---

**8**

---

### **Teatro infantil**

A extraordinária  
viagem ao reino  
das asas

---

---

## DOMINGO

---

**2**

---

### **Crianças**

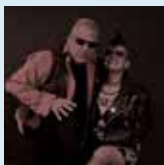
Brincadeiras  
ancestrais

---

### **Música**

Miro de Melo &  
Os Bregapunks

---



---

**9**

---

### **Tecnologias e Artes**

Papercutting -  
Caderno recortado  
em camadas

---



---

**14**

---

### **Meio Ambiente**

Corpo-Árvore

---

---

**15**

---

### **Esporte e Atividade física**

Jogos e  
brincadeiras para  
pais e filhos

---

---

**16**

---

### **Esporte e Atividade física**

Vôlei para  
mulheres

---

### **Música**

Banda Bigster

---



---

**21**

---

### **Cinema e Vídeo**

Filhos do ódio

---

### **Biblioteca**

Consulta de  
Revistas e Jornais

---

---

**22**

---

### **Tecnologias e Artes**

AteliETA: Práticas  
artísticas

---

---

**23**

---

### **Esporte e Atividade física**

Yoga

---

### **Música**

Trio Charmoso

---



---

**28**

---

### **Cinema e Vídeo**

Família Dioni

---

### **Música**

Roberto Seresteiro

---

---

**29**

---

### **Tecnologias e Artes**

AteliETA: Práticas  
artísticas

---

### **Música infantil**

Anarriê!

---

---

**30**

---

### **Tecnologias e Artes**

Papercutting -  
Caderno recortado  
em camadas

---



## 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 e em operadoras de TV por assinatura, 24 horas por dia, 7 dias por semana. Mais de 1.000 títulos sob demanda, entre documentários, filmes, shows e séries.

Assista também em [sesc.tv.br/agorantv](http://sesc.tv.br/agorantv)

## 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.

---

## Informações e horários

### Sesc São Carlos

Terça a sexta, 7h às 21h30  
(atendimento no período da manhã exclusivo para cursos físico-esportivos e clínica odontológica).  
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.

### Central de atendimento

**Tel.: 16 3373-2333**

Informações, credenciamento, inscrições em atividades, Turismo Social e Bilheteria.  
Terça a sexta, 13h às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.

### Loja Sesc

Terça a sexta, 13h às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.  
Venda de CD's, DVD's, livros e produtos exclusivos.

### Biblioteca

Biblioteca e sala de leitura.  
Terça a sexta, 13h às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.  
O acervo da Rede Sesc de Bibliotecas está disponível para consulta online no site [sesc.com.br/bibliotecas](http://sesc.com.br/bibliotecas)

### Espaço de Brincar

Terça a sexta  
14h às 19h.  
Sábados, domingos e feriados, 10h30 às 16h30.

### Quadras e Ginásio

Terça a sexta, 13h às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.  
Com apresentação de credencial plena.  
Atividades esportivas e recreativas.

### Exame dermatológico

Informe-se sobre dias e horários em [sescsp.org.br/servicos-sesc-sao-carlos](http://sescsp.org.br/servicos-sesc-sao-carlos)

---

### Parque aquático

Terça a sexta, 13h às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.

Para frequentar a piscina, é necessário apresentar credencial e exame dermatológico válidos, traje de banho (maiô, biquini, calção de banho ou sunga, não transparentes).

### Vestiários

Terça a sexta, 13h às 21h45.  
Sábados, domingos e feriados 9h30 às 18h15.

### Comedor / Cafeteria

Terça a sexta, das 13h às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, das 9h30 às 18h.  
Em dias de shows/espetáculos, a Comedor poderá atender com cardápio alterado ou reduzido.

### Bicicletário

Terça a sexta, 13h às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, das 9h30 às 18h.  
É obrigatório o uso da corrente e cadeado por bicicleta.  
Permanência da bicicleta somente durante horário de funcionamento da unidade.

### Odontologia

Tel.: 16 3373-2306  
Terça a sexta, 7h30 às 21h30.  
Sábado, 9h30 às 17h.  
Serviço exclusivo para trabalhadores no comércio de bens, turismo e serviços credenciados e dependentes. Atendimento com inscrição prévia. Vagas limitadas.

### Brigada de incêndio

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

### Quintal e Redário

Terça a sexta  
13h às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.

faça sua  
credencial  
sesc




DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

**SESC SÃO CARLOS**

Av. Comendador Alfredo Maffei, 700

Tel.: +55 16 3373-2333

   /sescsaocarlos

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