



Outubro 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.



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. Programação sujeita a alterações.

Funcionamento

Dia 6, eleições municipais, unidade fechada.

Dia 12, feriado, unidade aberta, 9h30 às 18h.

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
30/9 a 6/10	24/9	25/9
7/10 a 13/10	1/10	2/10
14/10 a 20/10	8/10	9/10
21/10 a 27/10	15/10	16/10
28/10 a 3/11	22/10	23/10

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

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.**

6

Saberes e Acessos

12

Shows e Espetáculos

14

Exposição

16

Cinema

18

Experimental!

Comida, Saúde e Cultura

20

**Cursos, Oficinas
e Encontros**

24

**Esporte e
Atividade Física**

34

Crianças

37

Pessoas Idosas

39

Turismo Social

40

Agenda de Destaques

Editorial

Em outubro o Sesc São Carlos traz o projeto "Modos de Acessar", que convida o público a refletir sobre o capacitismo e a importância de construir uma sociedade acessível e justa para todos.

O "Encontro: Saberes e Acessos" traz oficinas, palestras e bate-papos voltados a educadores, estudantes e público geral. Entre as atividades, o bate-papo "Construindo espaços acessíveis e relações anticapacitistas", com Ivan Baron e Mona Rikumbi, discutirá como tornar os ambientes mais acessíveis e como combater o capacitismo em diferentes esferas sociais.

Outro ponto importante é a intervenção artística "Kiua Matamba - Salve a força dos ventos", uma performance da multiartista Mona Rikumbi, que, por meio de textos, tambores e louvores, resgata a força simbólica do povo Bantu. Busca promover uma reflexão poética sobre a superação de adversidades, com recursos de audiodescrição para garantir a plena participação do público. Em práticas esportivas inclusivas, o curso "Atividades físicas



Crianças Projeto Curumim

e esportivas para crianças, jovens e adultos no Transtorno do Espectro Autista (TEA)", com Thalita Gonçalves e Débora Fabiani, explora estratégias para adaptar atividades físicas a pessoas com TEA. Já a vivência "Iniciação esportiva no paradesporto", com Taylor Pereira, oferece uma abordagem prática para o planejamento de programas voltados ao público com deficiência.

Além disso, o projeto "Experimenta! Comida, Saúde e Cultura" promove oficinas que convidam o público a refletir sobre universo da alimentação, com destaque para "Comida Africana - Um passeio entre a Guiné-Bissau e a Nigéria", que explora a culinária tradicional desses países, proporcionando uma imersão cultural e sensorial.

A programação de outubro do Sesc São Carlos é um convite para todos refletirem e se engajarem na construção de uma sociedade mais diversa, em que a acessibilidade seja um direito garantido e celebrado.



Encontro Saberes e Acessos

A acessibilidade é um direito fundamental e um princípio primordial para a construção de uma sociedade equitativa e anticapacitista. Além de soluções práticas e estruturais como a remoção de obstáculos físicos, a acessibilidade se configura como um universo multifacetado, englobando aspectos como cultura, educação, comunicação e afins. É um compromisso com a equidade de oportunidades e o reconhecimento das formas de ser e existir, assegurando que todos os indivíduos, independentemente de suas características e especificidades, possam participar ativamente da sociedade.

Reconhecendo a importância desse tema, o Sesc São Carlos realizará o "Encontro: Saberes e Acessos", como parte do projeto institucional "Modos de Acessar: construindo acessibilidade em territórios diversos" que abre espaço de diálogo, troca de experiências e reflexão sobre o tema. A programação é composta por oficinas, bate-papos, palestras e espetáculos. Está direcionada para professores da rede ensino, estudantes de áreas, trabalhadores da cultura, pessoas com e sem deficiência, além de pessoas que possuem interesse pelo tema.



Foto: Divulgação

Bate-papo Construindo espaços acessíveis e relações anticapacitistas

bate-papo

CONSTRUINDO ESPAÇOS ACESSÍVEIS E RELAÇÕES ANTICAPACITISTAS: COMO COMEÇAR?

Com Ivan Baron e Mona Rikumbi

Em um cenário ideal de acessibilidade, todas as pessoas poderiam participar plenamente da sociedade, independentemente de suas características. No entanto, a realidade é diferente, e pessoas com deficiência enfrentam barreiras que limitam seu acesso à educação, trabalho, lazer e outras áreas da vida. Este bate-papo busca discutir acessibilidade, capacitismo e refletir sobre ferramentas práticas para construir uma sociedade mais justa e equitativa. Intervenção artística Kiua Matamba - Salve a força dos ventos com Mona Rikumbi.

Dia 22/10.

Terça, 19h.


Teatro. Grátis.

Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc.

Lugares limitados.

Acessibilidade

 **Libras**

 **Audiodescrição**

 **Estenotipia**



CURSO

ATIVIDADES FÍSICAS E ESPORTIVAS PARA CRIANÇAS, JOVENS E ADULTOS NO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA)

Com Thalita Gonçalves e Débora Fabiani

Com base na compreensão do Transtorno do Espectro Autista e nos conteúdos abordados na Educação Física, é possível promover a conscientização sobre a importância das atividades físicas e esportivas para crianças, jovens e adultos com TEA. O objetivo é capacitar os profissionais para uma atuação mais efetiva, oferecendo atividades adaptadas e inclusivas que atendam às necessidades específicas dessas pessoas.

oficina

PROJETOS CULTURAIS ACESSÍVEIS E COM ACESSIBILIDADE: A CRIATIVIDADE COMO ANTÍDOTO

Com Paula Lopez (GerA Acesso e Diálogo - Acessibilidade Criativa)

Como tornar seus projetos e obra mais acessíveis? Serão discutidos elementos textuais, sonoros, táteis e imagéticos que tornam as obras mais acessíveis e as medidas necessárias para projetos em diferentes formas de arte. A reflexão sobre a obra buscará identificar as barreiras comunicacionais, sensoriais e físicas e propor soluções de acesso.

palestra

MUROS E GRADES SÃO INVENÇÕES HUMANAS

Com Ariadne Antico (Palhaça Birita)

Um dia a menor máscara do mundo entrou em sua vida, ou melhor, no seu nariz e através da palhaça "Birita", aprendeu a usar suas limitações a seu favor, transformando limites, dificuldades e crises em alegrias, desafios e realizações. Sendo assim, resolveu sair por aí, contando suas aventuras e desventuras, incentivando a não superproteção da criança/pessoa com deficiência e enfatizando a importância da arte como agente transformador.

Dia 23/10.

Quarta, 10h às 16h30 (com 2 horas de intervalo). Teatro.

Grátis. Inscrições de 8 a 18/10 pelo e-mail sabereacessos.scarlos@sescsp.org.br. Vagas limitadas.

Acessibilidade**Libras**

16

Dia 23/10.

Quarta, 10h às 16h30 (com 2 horas de intervalo). Sala de multiuso.

Grátis. Inscrições de 8 a 18/10 pelo e-mail sabereacessos.scarlos@sescsp.org.br. Vagas limitadas.

Acessibilidade**Libras**

16

Dia 23/10. Quarta, 17h30. Teatro.

Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. Podem participar da atividade públicos com e sem deficiências.

Acessibilidade**Libras**

AD

Audiodescrição.

L

vivência

INICIAÇÃO ESPORTIVA NO PARADESPORTO

Com Taylor Pereira

A iniciação esportiva é um processo na qual crianças e jovens são introduzidos em uma prática esportiva específica, considerando ser um período crucial para o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas, sociais, e fundamental para despertar o interesse pela prática de esportes. Nesta atividade o conteúdo será direcionado no processo de planejamento e aplicação de programas de iniciação esportiva para crianças e jovens com deficiência.

Dia 24/10. Quinta, 9h às 12h.

Ginásio de eventos. Grátis. Inscrições de 8 a 18/10, ou até esgotarem as vagas, pelo email saberesacessos.scarlos@sescsp.org.br. Vagas limitadas.

Acessibilidade



Libras

16

bate-papo

ESPORTE E ACESSIBILIDADE

Com David Farias e Ciro Winkler

Troca de experiências sobre diferentes dimensões sociais do acesso e das possibilidades de esporte voltados para as pessoas com deficiência.

Dia 24/10.

Quinta, 14h30.

Teatro.

Grátis.

Inscrições na hora e no local da atividade.

Lugares limitados.

Acessibilidade



Libras

16



Palestra Muros e grades são invenções humanas!



Foto: Thiago Ribeiro

Bate-papo Parentalidades Atípicas

bate-papo

PARENTALIDADES ATÍPICAS E O PAPEL FORTALECEDOR DAS REDES DE APOIO Com Thiago (InvisibiliDOWN), Rozimarie Fernandes (ONG Espaço Azul) e mediação de Maíra Schiavinato

A jornada da parentalidade atípica pode ser marcada por singulares e desafios únicos, e a rede de apoio exerce um papel essencial neste caminho. Para dialogar sobre o tema, Thiago Ribeiro e Rozimarie Fernandes vão compartilhar experiências e dividir as conquistas e as estratégias que fortalecem esses laços.

Dia 24/10.

Quinta, 16h30

Teatro. Grátis. Inscrições na hora e local da atividade. Vagas limitadas.

Acessibilidade



Libras

16

bate-papo

ACESSIBILIDADE PEDAGÓGICA NO CONTEXTO ESCOLAR: DOS ESPECIALISMOS ÀS ABORDAGENS UNIVERSALISTAS Com Enicéia Gonçalves e Mey de Abreu Van Munster

No contexto escolar, adotar abordagens universalistas e preventivas para garantir a acesso pode ser uma estratégia pedagógica. Isso inclui a organização de um sistema de suporte multicamadas para atender às necessidades específicas dos alunos e alunas. Além disso, estratégias como o desenho universal para aprendizagem, o ensino diferenciado, o trabalho colaborativo e a aprendizagem cooperativa são essenciais para responder à diversidade e promover um ambiente educacional inclusivo e eficaz.

Dia 24/10.

Quinta, 18h30.

Teatro. Grátis. Inscrições na hora e no local da atividade. Lugares limitados.

Acessibilidade



Libras

16



Espetáculo Birita Procura-se

Foto: Renato Oliveira

espetáculo

BIRITA PROCURA-SE

Com A Casa das Lagartixas

Todos os dias você acorda e se dá conta de que tem contas para pagar. Birita é uma palhaça com (d)eficiência que para (sobre)viver e pagar as contas, parte em busca de um emprego e desafia (seus) limites para exercer alguma função importante na sociedade. Assim como qualquer mortal, tem sua sonhada meta, mas será que ela está preparada para lidar com as frustrações que encontrará pelo caminho? Birita tem limitações reais ou impostas pela sociedade?


Dia 24/10.

Quinta, 20h30.

Teatro. Grátis.
Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc.
Lugares limitados.
Podem participar da atividade públicos com e sem deficiências.

Acessibilidade

 **Libras**

 **Audiodescrição**

 **L**



Música Freeborn Brothers

Foto: Divulgação

Shows e Espetáculos

MÚSICA

show

FREEBORN BROTHERS

Formada em 2013 na Polônia, é uma das mais respeitadas bandas da cena musical europeia e com uma sonoridade intensa e empolgante. Sua música pode ser definida como uma montanha russa louca e performática que conduz o ouvinte da euforia à exaustão durante suas apresentações.

Dia 17/10.

Quinta, 20h.

Convivência externa.

Grátis.

AL

show

ANDRÉ DE SOUZA E PAULO AGGIO

Uma homenagem a artistas da MPB, em especial Milton Nascimento, suas fases e trajetória musicais.

Dia 25/10.

Sexta, 20h.

Convivência externa.

Grátis.

AL



Foto: Ivan Moreira

Música Conversa de Botequim

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

MILA COSTA

Baile da Sereia - ritmos dançantes do norte do Brasil

Clássicos do brega paraense, além de ritmos como o carimbó, tecnobrega, marabaixo, e as vertentes latinas que influenciam a música da Amazônia brasileira.

Dia 13/10.

Domingo, 16h.

Convivência externa.

Grátis.

AL

show

BANDA LULU QUEST

Rock nacional

Show em homenagem ao rock nacional, com releituras e canções dos principais artistas deste seguimento.

Dia 20/10.

Domingo, 16h.

Convivência externa.

Grátis.

AL

show

CONVERSA DE BOTEQUIM

Sambas de Chico

Uma homenagem a Chico Buarque e os sambas que marcaram a carreira do cantor e compositor.

Dia 27/10.

Domingo, 16h.

Convivência externa.

Grátis.

AL



Ocupação Charivari Dominó

Ilustração: Daniel Bueno (detalhe)

Exposição

ocupação

CHARIVARI DOMINÓ

Com Coletivo Charivari

O Charivari Dominó é um fanzine composto por um jogo visual que contém ilustrações no lugar dos números. A partir dele, o coletivo de artistas gráficos desenvolveu intervenções visuais e tridimensionais em diversos suportes e escalas para ocupar os espaços internos e externos do Sesc, possibilitando múltiplas formas de jogo, de interações e de narrativas, para pessoas de todas as idades. CHARIVARI é um coletivo de artistas que desde 2005 publica zines, promove oficinas, realiza exposições e outras atividades. Na formação atual participam: Carol Grespan, Daniel Bueno, Fabio Zimbres, Fernando de Almeida, Luana Geiger, Madá Elek, Marcelo Salum e Silvia Amstalden.

17/10. Quinta, 19h30.

Convivência. Abertura e lançamento do Zine.

De 18/10 a 20/4/25. Terças a sextas, 13h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.

Agendamento de grupos: scarlos@sescsp.org.br ou (16) 3373-2335
Grátis.



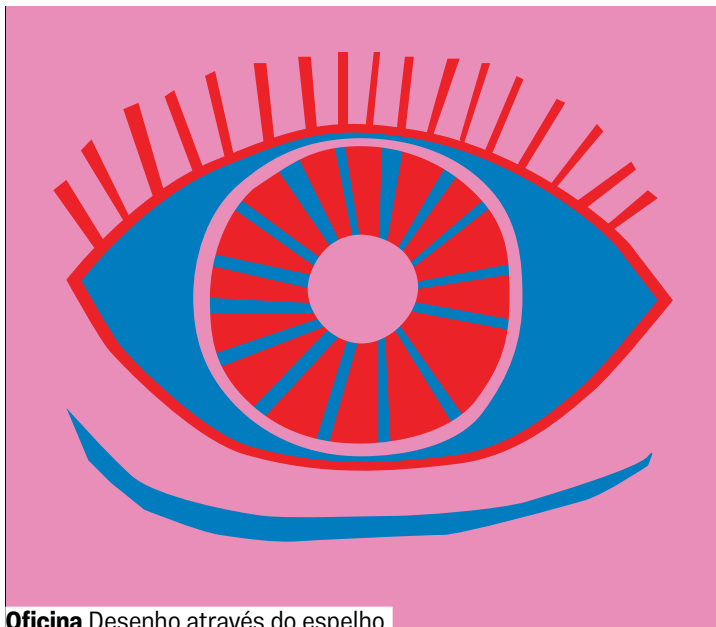


Ilustração: Silvia Amstalden

Oficina Desenho através do espelho

oficina

JOGO NARRATIVO COM DOMINÓ GIGANTE
Com Daniel Bueno e Fernando de Almeida, do Coletivo Charivari

As pessoas participantes são convidadas a criar narrativas a partir da relação entre as imagens de um dominó gigante ilustrado, da ocupação Charivari Dominó.

Dia 19/10.**Sábado, 14h às 16h.**

Convivência interna. Grátis.

A partir de 6 anos.

oficina

DESENHO ATRAVÉS DO ESPELHO
Com Marcelo Salum e Silvia Amstalden, do coletivo Charivari

Experiências gráficas no Jardim dos Espelhos, da ocupação Charivari Dominó. As pessoas participantes são convidadas a se olharem e a olharem o mundo refletido no espelho. Como a imagem e a dinâmica entre ver e ser visto, recortada e multifacetada em reflexos, se expressa no desenho?

Dia 1/11. Sexta, 17h30 às 19h30.

Redário. Grátis.

Senhas 30

minutos antes

na Loja Sesc.

Lugares limitados.

16



Foto: Divulgação

Curso O som em cena

Cinema

curso

O SOM EM CENA Com Beto Strada

Explora a importância dos elementos sonoros no cinema: música, ruídos/foley e diálogos. A partir de filmes com trilhas de compositores renomados, analisará a criação e orquestração musical como ferramenta narrativa. Inclui também uma introdução à criação de efeitos sonoros e à técnica da dublagem, com a expertise do compositor e maestro Beto Strada.

De 1 a 4/10.

Terça a sexta,

Turma 1 às 14h

Turma 2 às 19h30.

Sala multiuso.

Grátis. Inscrições

online ou

presenciais de

22 a 25/9 para

credencial plena

e a partir de 26/9

demais categorias.

12

exibição

FILHAS DO VENTO BRA, 2005. Cor. Dir.: Joel Zito Araújo. Drama. 85 min.

Duas irmãs estão separadas há quase 45 anos, pois o tempo não conseguiu dissipar o rancor provocado por um incidente amoroso e familiar que marcou a juventude e a vida das duas. Com a morte do pai, elas voltam a se encontrar, depois de viverem vidas totalmente diferentes. Elas sabem que inevitavelmente na cerimônia de partida do pai, um outro cadáver será desenterrado, e um novo sepultamento precisa acontecer. Acervo CINESESC

**Dia 4/10. Sexta,
19h30.**

Teatro. Grátis.

Retirada de

ingressos 1h antes

na Loja Sesc.

Lugares limitados.

14

exibição

REQUIÉN PARA SRA. J.

SER/BUL/MAC/RUS/FRA, 2018. Cor. Dir.:

Bijan Vuletic. Comédia/Drama. 94 min.

Jelena já viveu o suficiente. Seu marido morreu há um ano, ela se sente cansada e solitária apesar de suas duas filhas e sua sogra vivendo em seu apartamento. Ela decidiu que, no aniversário da morte do marido, ela se suicidará. Mas, há uma série de coisas para resolver: ela precisa devolver uma poltrona que pegou emprestada com um vizinho, colocar sua fotografia na lápide e renovar seu cartão de seguro de saúde. Gradualmente, esta mulher tranquila e humilde começa a perceber que nada é simples em um país que está constantemente caminhando entre o tormento e a transição.

Dia 11/10.

Sexta, 19h30.

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

14

exibição

ESTÔMAGO

BRA, 2007. Cor. Dir.: Marcos

Jorge. Drama. 112 min.

Raimundo descobre na cidade grande seu talento na cozinha. Suas habilidades transformam um bar, levam-no a um restaurante onde aprende a culinária italiana.

Dia 18/10.

Sexta, 19h30.

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

16

exibição

MEDUSA

BRA, 2021. Cor. Dir.: Anita Rocha da

Silveira. Terror/Fantasia. 129 min.

A jovem Mariana pertence a um mundo onde deve manter a aparência de ser uma mulher perfeita. Para não cair em tentação, ela e suas amigas se esforçam ao máximo para controlar tudo e todas à sua volta. Ao cair da noite, elas formam uma gangue e, escondidas atrás de máscaras, caçam e punem aquelas que se desviaram do caminho correto. Porém, dentro do grupo, a vontade de gritar fica a cada dia mais forte. Acervo CINESESC

Dia 25/10.

Sexta, 19h30.

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

Acessibilidade

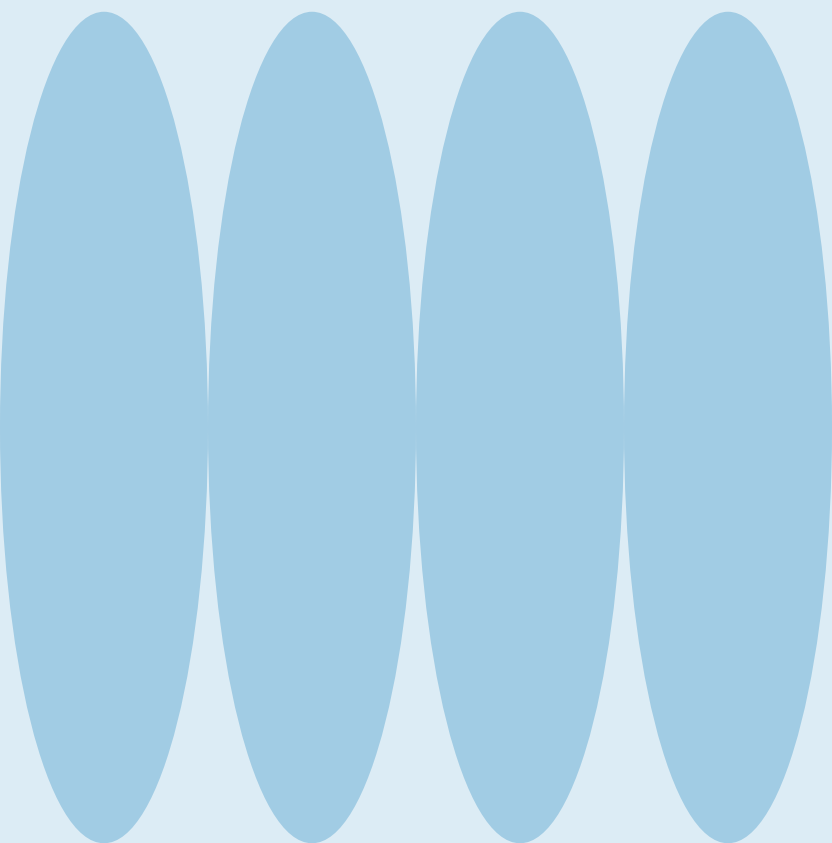


Libras

18

Experimenta! Comida, saúde e cultura

O projeto convida o público a refletir sobre universo da alimentação, busca promover a alimentação adequada e saudável e ampliar a autonomia em torno das escolhas alimentares. Temas relacionados ao desenvolvimento de habilidades culinárias, valorização das diversas expressões das culturas alimentares, abordagem do sistema alimentar na sua integralidade, entre outros, pautam as ações.





Oficina Comida Africana

Foto: Abeaço

oficina

COMIDA AFRICANA - UM PASSEIO ENTRE A GUINÉ BISSAU E A NIGÉRIA

Com Jacemine Sambú e Chinonye Igbojonu

Busca explorar saberes e alguns dos sabores vibrantes dos segredos culinários da Guiné-Bissau e da Nigéria. Enquanto realiza o preparo de pratos autênticos, mergulha nas histórias por trás de cada receita.

Dia 16/10.

Quarta, 19h30 às 21h30.

Galpão. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitadas.

12

oficina

DIVERSIDADE E CULTIVO DE COGUMELOS Com Gustavo Alcântara e Guilherme Aranha, da Cultiverso

Ensina o cultivo de cogumelos comestíveis em casa, abordando desde autonomia no processo até aquisição de insumos, como hobby ou atividade rentável. Oportunidade de entender sobre os caminhos necessários para se tornar autônomo para seu próprio cultivo, bem como sobre a aquisição de insumos prontos para sua produção.

Dia 18/10. Sexta, 19h às 21h30.

Sala multiuso. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitadas.

12

exibição

ESTÔMAGO

BRA, 2007. Cor. Dir.: Marcos Jorge. Drama. 112 min.

Raimundo descobre na cidade grande seu talento na cozinha. Suas habilidades transformam um bar, levam-no a um restaurante onde aprende a culinária italiana.

Dia 18/10.

Sexta, 19h30.

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

16

Cursos, Oficinas e Encontros

TECNOLOGIAS E ARTES

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 1 e 22/10.

Terças, 14h às 16h.

Sala de atividades corporais. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

16

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.

Dia 5, 12, 19 e

26/10. Sábados, 14h às 15h e 15h às 16h.

Convivência interna. Grátis. Lugares limitados.

AL

oficina

CRIAÇÃO DE BRINQUEDOS UTILIZANDO RESÍDUOS DE MADEIRA

Com Carol Panini da Caçambaria

Os trabalhos manuais incentivam a criatividade e melhoram a coordenação das crianças, que, em uma oficina lúdica e inspiradora, criarão personagens ou animais com madeira, tintas e muita criatividade.

Dia 5/10. Sábado, 14h às 16h.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. 8 anos.

curso

NOVAS TÉCNICAS DE IMPRESSÃO: GRAVURAS EM DIFERENTES MATRIZES

Com educadora do Espaço de Tecnologias e Artes

Explore a gravura com embalagens recicladas, como tetrapak, usando-as como base para desenho. Impressas na prensa, inspiradas em paisagens e espaços.

Dias 8 e 15/10.

Terças, 19h às 21h.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 1 a 8/10.

16



Foto: André Machado

Oficina Célula Quase'Animada

oficina

CÉLULA QUASE'ANIMADA: CONSTRUÇÃO DE PERSONAGENS EM ESTILO ANOS 1930**Com Willian Andrade e André Machado**

E se os objetos do dia a dia fossem animados?

Nesta oficina, criaremos personagens

Quasi'Animados no estilo dos anos 30, explorando

a animação tradicional com liberdade plástica.

Dia 11/10. Sexta, 18h30 às 21h30.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.

Inscrições online ou presenciais de 1 a 11/10.

16

ateliê

COSTURAS E COSTURINHAS - COSTURA AFETIVA PARA ADULTOS**Com educadoras do Espaço de Brincar**

Propomos aos adultos experimentar técnicas simples de costura à máquina para confeccionar

uma peça afetiva para uma criança vinculada

(filho, neto ou sobrinho) e reviver gestos de

quem já costurou para nós. Cada participante

produzirá uma peça diferente a cada encontro.

Dias 11 e 18/10.**Sextas, 14h30 às 17h30.**

Foyer do teatro.

Grátis. Senhas

30 minutos antes na Loja Sesc.

Lugares limitados.

16

oficina

DESMISTIFICANDO A MÁQUINA DE COSTURA: TÉCNICAS E FUNÇÕES**Com Luci Boaventura, embaixadora local fashion Revolution**

A oficina convida a aprender todas as técnicas

e funções de uma máquina de costura: passar

linha, regulagem, tensão, pontos e pontos

especiais. Além de treinar ponto reto e curva.

Dia 13/10.**Domingo, 13h30 às 17h30.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.

Inscrições online ou presenciais de 1 a 13/10.

16

oficina

CHAVEIRO ROBÔ EM MADEIRA

Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

Projeto de marcenaria criativa para criação de chaveiro robô em madeira.

Dia 16/10.

Quarta, 18h30 às 20h30.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 8 a 16/10. 8 anos.

oficina

MUITO ALÉM DO "COR DE PELE"

Com Willian Andrade e André Machado

A oficina tem o objetivo levar os participantes a repensarem e sofisticar o uso do lápis de cor, utilizando conhecimentos de teoria da cor e partindo da problemática da representação do tom da pele humana (sem, no entanto, se limitar a ela).

Dia 18/10. Sexta, 18h30 às 21h30.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 8 a 18/10.

16

oficina

DESMISTIFICANDO A MÁQUINA DE COSTURA: PEQUENOS REPAROS

Com Luci Boaventura, embaixadora local fashion Revolution

A oficina convida a aprender pequenos consertos em roupas. Colocar zíper, fazer pequenos consertos como barra, pences, ajustes de cintura, serzir e colocar botão manual e elástico.

Dia 20/10.

Domingo, 13h30 às 17h30.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 15 a 19/10.

16

oficina

CHAVEIRO "ROBÔ" DE MADEIRA COM PERNAS

Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

Projeto de marcenaria criativa para a construção de um pequeno "robô" em madeira usando parafusos para simular as pernas. Um trabalho simples com um resultado bem legal.

Dia 23/10.

Quarta, das 18h30 às 20h30.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 15 a 23/10.

10

oficina

DESENHANDO COM CANETA ESFEROGRÁFICA

Com Willian Andrade e André Machado

Você sabia que é possível criar desenhos com efeitos vibrantes de tridimensionalidade, textura e misturas de cor usando canetas esferográficas comuns? Nesta oficina, vamos explorar todas as possibilidades desse material.

Dia 25/10. Sexta, 18h30 às 21h30.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 15 a 25/10.

16

oficina

DESMISTIFICANDO A MÁQUINA DE COSTURA: COSTURA CRIATIVA

Com Luci Boaventura, embaixadora local fashion Revolution

Por meio da costura criativa os participantes poderão aprender a fazer necessaire, estojo, ecobag caixinha de leite e o que mais quiser criar nessa aula livre para criação.

Dia 27/10.

Domingo, 13h30 às 17h30.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 22 a 27/10.

16

oficina

SE JOGA!

Com educadores de Infâncias e Juventudes

Atividades para todas as famílias, com jogos, brincadeiras, vivências e oficinas. Venham brincar com a gente! Crianças devem estar acompanhadas por um adulto de referência.

De 6 a 27/10.

Domingos, 14h às 15h e 15h às 16h.

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

AL

JUVENTUDES ARTE E TERRITÓRIO 2024

vivência

MURALISMO E ARTE URBANA -

Com Mariana Simões

Pintura de muros com uso de tinta óleo para jovens.

De 11, 16 e 18/10. Quarta e Sextas, 15h30 às 17h30.

Arena. Grátis. Inscrições no local da atividade. Vagas limitadas.

14

LITERATURA

encontro

CLUBE DO LIVRO

Com bibliotecária do Sesc

Encontro para compartilhar ideias e experiências literárias e criar conexões. O livro discutido será "Em agosto nos vemos", de Gabriel García Márquez.

Dia 5/10.

Sábado, 10h.

Sala multiuso. Grátis. Vagas esgotadas.

16



Foto: Paulo Arruda

vivência Criança e movimento: jogos e brincadeiras

Esporte e Atividade Física

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 6/10 a 27/10.

Domingos, 9h30

às 10h30 e

10h30 às 11h30.

Galpão. Grátis.

Senhas 10

minutos antes no

local da atividade.

Lugares limitados.

L

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 5/10 a

26/10. Sábados,

10h às 11h.

Exceto 12/10.

Galpão. Grátis.

Inscrições no

local e horário

da atividade.

Lugares limitados.

L



Foto: Divulgação

Torneios e campeonatos Futsal masculino

COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS

Ação integrante do programa Sesc Empresa, a Copa é realizada por todas as unidades do Regional São Paulo entre os meses de setembro e dezembro, em comemoração ao Dia do Comerciante (30 de outubro). Tem por objetivo atender e promover a socialização, ampliar o acesso ao lazer e à difusão da prática de atividades físicas e esportivas, como forma de favorecer o desenvolvimento integral dos trabalhadores das empresas do comércio de bens, serviços e turismo, promovendo o esporte como ferramenta para a valorização de conceitos relacionados a cooperação, inclusão social, integração e promoção da saúde.

TORNEIOS E CAMPEONATOS

Destinado aos empregados das empresas do comércio de bens, serviços e turismo e seus dependentes, a Copa Sesc do Comércio e Serviços é um torneio com a proposta de integrar e promover o esporte de lazer, contribuindo para o desenvolvimento de valores ligados não somente ao esporte, mas a vida das pessoas, como solidariedade, respeito, cidadania e socialização.

FUTSAL FEMININO E MASCULINO

**De 2 a 30/10.
Quartas,
19h às 22h.
Dias 13 e 27/10.
Domingos,
10h às 12h..**

Ginásio de eventos. Grátis.
Jogos em andamento.

16

VÔLEI FEMININO E MASCULINO

**De 4 a 25/10.
Sextas,
19h às 22h.
Dias 13 e 27/10.
Domingos, das
10h às 18h.**

Ginásio de eventos. Grátis.

16

BASQUETE MASCULINO

**De 5 a 26/10.
Sábados, 13h
às 18h.**

Ginásio de eventos. Grátis.

16

CURSOS PERMANENTES**Com educadores físico-esportivos**

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

Informações para inscrição:

Nas primeiras e terceiras 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 vôlei

Foto: Paulo Arruda

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.



Teatro O pequeno herói preto

Foto: Divulgação

Crianças

TEATRO

espetáculo

O PEQUENO HERÓI PRETO

Com Junior Dantas.

Super Nagô é um youtuber de 10 anos que, ao descobrir seus poderes através da família e da ancestralidade, usa simples gestos para transformar a vida das pessoas e resgatar nossa cultura e história.

Dia 5/10.

Sábado, 16h.

Teatro.

● R\$ 12

■ R\$ 20

▲ R\$ 40

Grátis para crianças até 12 anos. Venda online a partir das 17h de 24/9 e presencial a partir das 17h de 25/9.

AL

oficina

TEATRO PARA CRIANÇAS

Com Thaís Póvoa, atriz, palhaça e arte-educadora

Um convite para explorar o universo artístico e expressivo da linguagem do teatro por meio de jogos e outras atividades lúdicas que criam espaços sensíveis para a imaginação, a autonomia e a coletividade.

Dias 5 e 19/10.

Sábados, 10h

às 12h. Sala de atividades corporais. Grátis. Inscrições 30 minutos antes na loja Sesc. Para crianças de até 12 anos.

DANÇA

espetáculo

CABEÇÃO PELO MUNDO, O SHOW

Com Maria Eugenia Tita, Alissom

Lima e Cimara Fróis

Nessa performance divertida Maria Eugenia Tita apresenta seu personagem simpático e encantador, Cabeção. Acompanhada pelo músico dançarino Alissom Lima e pela musicista performer Cimara Frois, o trio compõe uma banda mínima e múltipla em que o público é convidado a interagir e contemplar cenas performáticas graciosas e virtuosas embaladas por uma musicalidade tão animada como delicada.

Dia 12/10.

Sábado

(feriado), 15h30.

Convivência interna. Grátis.

A partir de 6 anos.

CIRCO

espetáculo

PALHAÇAS QUE VOAM

Grupo Ares

Dizem todas as lendas que haverá um tempo em que 4 cavaleiros virão para anunciar o Fim de Tudo; mas, no coração da humanidade, um antídoto foi desenvolvido: para cada decreto de guerra, uma prova de amizade; para cada vazão de fome, um pedaço de pão; para cada sintoma de um mal, uma cura e, para cada bafo de morte, um sopro de vida. Resumindo: para cada Desgraça Galopante: uma Palhaça Voa.

Dia 12/10.

Sábado

(feriado), 17h.

Convivência interna. Grátis.

AL

vivência

CRIANÇA E MOVIMENTO:

JOGOS E BRINCADEIRAS

Neste feriado, o Sesc São Carlos faz um convite para as crianças de todas as idades se divertam com jogos e brincadeiras.

Crianças menores de 6 anos devem estar acompanhadas de um adulto responsável.

Dia 12/10.

Sábado (feriado),

10h às 15h.

Galpão. Grátis.

Inscrições no local e horário da atividade.

Lugares limitados.

L



Foto: Paulo Arruda

Oficina Pequenos experimentos

oficina

PEQUENOS EXPERIMENTOS

Com educadores do Espaço de Brincar

Materiais como linhas, papéis, tecidos e tintas nos convidam a experimentar gestos, sensações e descobertas. Com esses elementos, nos reunimos para explorar, criar e compartilhar juntos.

De 2 a 30/10.

Quartas, 16h30
às 18h30.

Convivência interna. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados.

AL

show

CANTIGAS DE CARAMUJO

Com João Sobral e Daniel Doctors

Projeto do compositor João Sobral, uma abordagem poética e lúdica, com cantigas do universo infantil. Em Cantigas de Caramujo, apresenta composições autorais, releituras, poemas musicados e arranjos de música acústica e eletrônica, com poesia e diversão para toda a família.

Dia 19/10.

Sábado, 16h.

Convivência externa. Grátis.

AL

contação de história

O PULADOR DE ESTRELAS

Com grupo Flor de Crejoá

Essa história aconteceu há muito tempo, quando o Macaco Caco queria ser o bicho mais rápido de toda a floresta. Dizem que ele ainda pula por aí. A intenção do grupo Flor de Crejoá é agraciar desde os pequeninos até os avós, fazendo com que todos se divirtam e participem sem mesmo se dar conta.

Dia 26/10.

Sábado, 16h.

Convivência interna. Grátis. Para crianças até 12 anos.



Foto: Paulo Arruda

Reunião Ponto de encontro

Pessoas Idosas

DIA MUNDIAL DE PREVENÇÃO DE QUEDAS DE PESSOAS IDOSAS

Com discussões que abordam problemáticas inerentes ao bem-estar e à saúde da população com mais de 60 anos, o Dia Mundial de Prevenção de Quedas de Pessoas Idosas, com marco na data de 24 de junho, possui como objetivo contribuir para a conscientização das causas e consequências das quedas por meio de programações e reflexões sobre a importância da prevenção e do cuidado.

reunião

PONTO DE ENCONTRO: MOVIMENTE-SE COM SEGURANÇA: REDUZINDO O RISCO DE QUEDAS Com Mariana Luiz de Melo

Sabia que quedas entre idosos podem resultar em fraturas graves e traumatismos cranianos? Medidas preventivas podem ajudar a evitar esses acidentes. Neste encontro, abordaremos os aspectos físicos, psicológicos e socioeconômicos das quedas, além de estratégias preventivas que enfatizam a importância de ambientes seguros e conscientização pessoal.

Dia 15/10. Terça, das 14h às 16h. .

Teatro. Grátis. Lugares limitados. Podem participar da atividade públicos com e sem deficiências

AL



Foto: Divulgação

oficina Caixa de Memórias: Histórias e afetos

oficina

CAIXA DE MEMÓRIAS: HISTÓRIAS E AFETOS
Com coletivo Unsquepensa

Propõe uma imersão nas memórias afetivas e histórias pessoais através de técnicas de desenho, pintura e colagem. Cada participante personalizará uma caixa de madeira, refletindo suas lembranças e identidade. Em uma roda de conversa, os participantes compartilharão objetos de valor sentimental, resgatando e trocando fragmentos de suas histórias incentivando a continuidade da criação e preservação de suas memórias.

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. .

De 16 a 18/10.**Quarta a sexta,**
14h às 16h.

Sala multiuso.
Grátis. Inscrições no local e horário da atividade.
Exclusivo para público a partir de 60 anos.

Dia 31/10. Quinta,
14h às 15h.

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

Turismo Social

EXCURSÕES E PASSEIOS PROGRAMADOS - 2025

Excursão - Litoral Capixaba - Guarapari (ES)

De 14 a 20/01/2025 - informações sobre vendas em novembro.

Oba Bora Passear - Cidade Poema - Santa Rita do Passa Quatro (SP)

Dia 25/01/2025 - informações sobre vendas em novembro.

Passeio - Torrinha de Festa e Fé - Torrinha - SP

Dia 22/02/2025 - informações sobre vendas em novembro.

Excursão - Ilhas de Santa Catarina - Florianópolis (SC)

De 11 a 18/02/2025 - previsto / aguardando confirmação.

Excursão - Entre a Serra e o Mar - Bertiooga (SP)

Março - previsto / aguardando confirmação.

Excursão - Litoral do Paraná e Morretes - Matinhos (PR)

De 26/03 a 01/04/2025 - previsto / aguardando confirmação.

Excursão - Chão Caipira - Paraibuna (SP)

De 10 a 13/04/2025 - previsto / aguardando confirmação.



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

1

Tecnologias e Artes

ETA conexão boa: descubra seu celular!



8

Tecnologias e Artes

Novas técnicas de impressão: Gravuras em diferentes matrizes



15

Idosos

Ponto de encontro - Movimento-se com segurança: reduzindo o risco de quedas



22

Ações para a Cidadania

Kiua Matamba - Salve a Força dos Ventos



29

Artes Visuais

Charivari Dominó

QUARTA

2

Crianças

Pequenos Experimentos Biblioteca

Esporte

Futsal feminino

9

Crianças

Pequenos Experimentos

Esporte

Futsal Feminino

16

Alimentação

Comida Africana - um passeio entre a Guiné Bissau e a Nigéria

Esportes

Futsal masculino

23

Ações para a Cidadania

Projetos Culturais Acessíveis e com Acessibilidade: a criatividade como antídoto

30

Crianças

Pequenos Experimentos

QUINTA

3

Cinema

O som em cena

Crianças

Espaço de brincar

10

Artes Visuais

Muralismo e arte urbana - Vamo Aí

17

Artes Visuais

Charivari Dominó

Música

Freeborn Brothers

24

Ações para a Cidadania

Esporte e acessibilidade

Circo

Birita Procura-se

31

Idosos

Vem dançar 60+

SEXTA

4

Esporte

Vôlei Masculino

Cinema

Filhas do Vento

SÁBADO

5

EsporteBasquete para
mulheres**Teatro**O pequeno
herói preto

DOMINGO

6

Unidade Fechada

11

**Tecnologias
e Artes**

Célula

Quase'Animada

- Construção de
personagens em
estilo anos 1930

12

DançaCabeção Pelo
Mundo, o Show**Circo**

Palhaças que voam

13

Esporte

Yoga

Música

Mila Costa



18

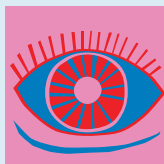
AlimentaçãoDiversidade
e Cultivo de
Cogumelos**Cinema**

Estômago

19

Artes VisuaisJogo narrativo com
dominó gigante**Crianças**Cantigas de
Caramujo

20

**Tecnologias
e Artes**Desmistificando
a Máquina de
Costura: Pequenos
reparos

25

**Tecnologias
e Artes**Desenhando
com Caneta
Esferográfica

26

EsporteAlongamento
e mobilidade
articular

27

Esporte

Yoga

MúsicaConversa de
Botequim

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

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 sescsp.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

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

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

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

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

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.

SESC SÃO CARLOS

Av. Comendador Alfredo Maffei, 700

Tel.: +55 16 3373-2333

   /sescsaocarlos

sescsp.org.br/saocarlos

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA VENDA PROIBIDA

**faça sua
credencial
sesc**

