



cursos  
e oficinas  
junho 2024

use esse espaço para anotar as atividades em que deseja participar

ações para  
cidadania 6

esporte e  
atividade física 12

literatura 22

meio ambiente 24

tecnologias  
e artes 26

turismo 34

peçoas  
idosas 38

jovens 40

crianças 42

fim de  
semana  
47



<b>ações para a cidadania</b>	Psicanálise, Política e Racismo 7 Aquilombamento nas Margens: Paulo Galo 8 Estratégias para Diversidade na Educação 9 Enciclopédia dos Saberes Locais 9 Cooperativismo e Políticas Públicas Para Games 11 Uberização, Cooperativismo de Plataforma e Economia Solidária 11
<b>esporte e atividade física</b>	Forró 13 Aulas em Grupo na Ginástica Multifuncional 13 Clube do Pedal 14 Clube do Pedal - Noturno 15 Clube da Caminhada 15 Lian Gong em 18 Terapias 16 Esporte Família 16 Oriente-se 17 Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Boxe 18 AcroYoga 20 Alongue-se 20 Ritmos Juninos 21
<b>literatura</b>	Lançamento de <i>Direitos LGBTQ+ no Brasil</i> 23
<b>meio ambiente</b>	Minimutirão: Preparar, Plantar e Colher 25 Na Horta: Bem-Estar, Alimentação e Mudança Climática 25
<b>tecnologias e artes</b>	Livro de Artista com Capa de Papelão 27 Grupo de Estudos em Python 29 Ateliê Aberto: Serigrafia 29 ProgramaZine: Criação de Fanzines com Programação 30 Caligrafia Coreana para Iniciantes 30 Fora do Registro 31 Ateliê Aberto: Minirrecicladora de Plástico 31 Ateliê Têxtil: Macramê 32 Caderno de Artista 32 Fanzine Xilográfico 33
<b>turismo</b>	A Paisagem como Fato Social 35 De Mirante a Mirante 36 Histórias Não Contadas da Cidade 37
<b>peessoas idosas</b>	Workshop de Dança: Waacking 39 Dançaterapia 39
<b>jovens</b>	O Homem e o Tempo 41
<b>crianças</b>	Ancestralidades Brincantes 43 Espaço de Brincar 44 Parque Sensorial Natural 45 Bambebelear: Uma Instalação para Bebês 45 Invenções em Madeira 46

## tipos de atividades

### aula aberta

Encontro único, com acesso livre.

### curso

Atividades formativas que acontecem em dois ou mais encontros sequenciais, com inscrição prévia.

### oficina

Encontro único, com inscrição online, presencial ou retirada de ingressos.

### passeio

Atividade a pé ou uso de transporte público ou particular que pode durar de duas a seis horas. As inscrições podem ser online ou presenciais, conforme o caso.

### vivência

Atividades abertas, com público rotativo, sem a necessidade de retirada de ingresso ou inscrição prévia.

## dicas para a sua inscrição

- Vaga pessoal e intransferível.
- Para cursos pagos, o pagamento deve ser efetuado durante o período informado no ato da inscrição, caso contrário a vaga será cancelada.
- O credenciamento prévio não garante a inscrição.
- Formas de pagamento: dinheiro, cartões de crédito e débito (Visa, MasterCard, Diners Club e Elo).

### legendas dos preços



#### credencial plena

Pessoas que trabalham em empresas do segmento de comércio de bens, turismo e serviços



#### meia

Pessoas com deficiência, aposentadas, servidoras de escola pública, maiores de 60 anos e estudantes



#### inteira

Público em geral  
Credencial  
Atividades

### acessibilidade



braille



legendas



audiodescrição



recursos táteis



libras

Oferecemos instalações acessíveis às pessoas com deficiência

### dúvidas e mais informações

Balcão de informações – Tecnologias e Artes (4ª andar)

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

Tel.: (11) 3170-0811 • [cursos.avenidapaulista@sescsp.org.br](mailto:cursos.avenidapaulista@sescsp.org.br)

# credencial plena

Para participar de atividades com inscrição prévia no Sesc é necessário ter uma Credencial Plena. Ela é gratuita, tem validade de dois anos, pode ser utilizada nas unidades de todo o Brasil e dá acesso prioritário a diversas atividades, além de oferecer descontos em serviços pagos.

## quem pode ter uma credencial do sesc?

Todas as pessoas que têm vínculo empregatício com empresas do comércio de bens, serviços e turismo. Trabalhadores com registro em carteira e temporários, estagiários e aposentados de empresas como lojas, padarias, farmácias, hospitais e escolas particulares, condomínios, empresas de teleatendimento e muitas outras. O benefício é estendido aos familiares.

## como obter (ou renovar) a sua?

Baixe o aplicativo Credencial Sesc SP (QR-code ao lado) ou acesse [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br). Se preferir, nesses mesmos canais, é possível agendar horários para realização desses serviços presencialmente, nas Centrais de Atendimento das unidades Sesc São Paulo. A Credencial Plena pode ser também emitida no ato da inscrição de um curso. Basta o titular ou dependente maior de 18 anos apresentar os



documentos necessários (capture o QR-code abaixo ou acesse <https://adobe.ly/3RcOm5D>).

## credencial atividades

Participantes que desejam fazer cursos e não possuem a Credencial Plena devem apresentar a Credencial Atividades, que pode ser emitida no ato da inscrição de um curso e em qualquer unidade do Sesc, bastando apresentar a documentação necessária.



**obtenha a sua credencial sesc sp**  
capture o QR-code e saiba como ter a sua



**baixe grátis o app credencial sesc sp**





ações para  
a cidadania

aquilombamento nas margens → curso

# Psicanálise, Política e Racismo

com Kwame Yonatan



O objetivo é refletir sobre o que produz o colonialismo nos processos de subjetivação, seus efeitos e interrogações sobre as contingências materiais que permitem sua continuidade.

Nesse percurso, serão abordadas as encruzilhadas entre psicanálise, filosofia da diferença, feminismo negro interseccional e a obra de Frantz Fanon.

**Kwame** é psicanalista, psicólogo clínico e supervisor institucional.

12/6–3/7

quartas, 19h30 às 21h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 18 anos

inscrições

online, às 14h

28/5 (Credencial Plena)

31/5 (público em geral)

[centralrelacionamento.secsp.org.br](mailto:centralrelacionamento.secsp.org.br)

[secsp.org.br](http://secsp.org.br)

grátis

aquilombamento nas margens → bate-papo

# Conversa com Paulo Galo

mediação: Kwame Yonatan e Laura Lanari

O bate-papo abordará o cenário atual de precarização do trabalho e suas intersecções com raça, classe, território, abordando o sujeito periférico e suas relações com o capital.

Paulo Roberto da Silva Lima, conhecido como **Galo de Luta**, é motoboy, artista de hip hop e uma importante liderança de movimento social no Brasil.

**Laura** é psicanalista e advogada.

20/6

quinta, 19h30 às 21h30

onde

Praça (térreo)

público

a partir de 18 anos

acesso

livre, sujeito à lotação do espaço

grátis



legítima diferença → curso

## Estratégias para Diversidade na Educação

com Helena Black, Sara Wagner York e T Angel • mediação: Rafael Garcia

O encontro destaca experiências enriquecedoras no campo da diversidade para aprimorar práticas pedagógicas e a construção de espaços educacionais mais inclusivos e respeitosos.

**Helena** é formada em artes cênicas. É considerada a primeira drag queen brasileira contadora de histórias.

**Sara** é uma pessoa com deficiência visual, pai, avó e apresenta-se como *travesti da/na educação*.

**T Angel** é uma pessoa *freak* e trans não-binária. Mestranda e professora da rede estadual paulista.

**Rafael** é pós-graduando em arte e educação, onde pesquisa a temática drag queen.

13/6

quinta, 19h30 às 21h30

onde

Praça (térreo)

público

a partir de 18 anos

acesso

livre, sujeito à lotação do espaço

grátis

ateliê

## Enciclopédia dos Saberes Locais

com Laura Gorski e Renata Cruz

Nos encontros com as artistas, as pessoas são convidadas a escrever e/ou desenhar sobre os assuntos que consideram relevantes e que gostariam de registrar e compartilhar sobre suas experiências na Avenida Paulista e no Sesc.

A *Enciclopédia* é um projeto das artistas **Laura e Renata**, que organiza os saberes de diversas pessoas a respeito da região ou comunidade em que vivem e sobre aquilo que gostariam de contar sobre sua história.

5, 11, 14, 15, 25 e 26/6

terças, quartas, sexta e sábado, 14h30 às 16h30

7 e 28/6

sextas, 17h30 às 19h30

9 e 18/6

domingo e terça, 10h30 às 12h30

onde

diversos espaços

público

a partir de 13 anos

acesso

livre, sujeito à lotação

grátis



o futuro é cooperativo: especial trabalho → aula aberta

# Cooperativismo e Políticas Públicas para Games

com Rede Progressista de Games e convidados

Breve histórico sobre a produção de games no Brasil, além de discussão de temáticas relacionadas à profissionalização e criação de políticas públicas para a área. Confira a programação completa em [youtube.com/@sescavpaulista](https://youtube.com/@sescavpaulista).

A Rede Progressista de Games é formada por **Érika Caramello**, cofundadora, professora doutora e conselheira de diversidade na ABrGames; e **Pedro Zambarda**, bacharel em filosofia e em jornalismo. Responsável pelos sites Drops de Jogos e Geração Gamer.

7/6

sexta, 19h às 21h

onde

em [youtube.com/@sescavpaulista](https://youtube.com/@sescavpaulista)

público

todas as idades

acesso

livre, sem necessidade de inscrição prévia

grátis

o futuro é cooperativo: especial trabalho → curso

## ↙ Uberização, Cooperativismo de Plataforma e Economia Solidária

com Ludmila Costhek Abílio

A atividade aborda as características e o conceito de uberização do trabalho, assim como a construção do cooperativismo de plataforma como alternativa, em sintonia com a economia solidária.

**Ludmila** é cientista social, com experiência na área de sociologia urbana e sociologia do trabalho. Atualmente realiza seu segundo pós-doutorado sobre atuais políticas de austeridade e as transformações do trabalho no Brasil.

12/6–10/7

quartas, 19h às 22h

onde

ação online (via Zoom)

público

a partir de 18 anos

inscrições

online, às 14h  
28/5 (Credencial Plena)  
31/5 (público em geral)  
[centralrelacionamento.sescsp.org.br](https://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

grátis



esporte  
e atividade  
física

por que dançar? → aula aberta

## Forró

com Carol Silva

O conteúdo da dança que será abordado é muito rico em capacidades motoras, cognitivas e socioafetivas, podendo também ser utilizado como exercício físico regular. As atividades rítmicas proporcionam a busca pelo conhecimento do corpo e de sua capacidade de expressão, isso permite uma melhor forma de se comunicar, refletindo e trocando experiências, antes, durante e depois da prática.

**Carol** é técnica em dança, árbitra de dança de salão e desportiva, bailarina, intérprete e pesquisadora do corpo negro feminino e ancestralidade, coreógrafa, professora de dança nos CEUs, estudante da arte do corpo e educação física.

1–30/6

sábados e domingos,  
13h às 14h

onde

Corpo I (10º andar)

30/6

domingo, 17h às 18h

onde

Praça (térreo)

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

grátis

a ginástica pelas décadas na gmf → aula aberta

## Aulas em Grupo na Ginástica Multifuncional

com educadores(as) de  
atividades físico-esportivas  
do Sesc Avenida Paulista

Por meio de bate-papos, encontros e principalmente aulas práticas, esta atividade oferece modalidades diversas das ginásticas de academia que se destacaram e influenciaram o mundo fitness em cada período.

1–30/6

sábados, 15h

9/6

domingo, 11h30

onde

Corpo II (11º andar)

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

grátis

aula aberta

# Clube do Pedal

com educadores(as) de atividades físico-esportivas  
do Sesc Avenida Paulista

Um lugar de encontro de pessoas com um interesse em comum – a bicicleta –, o Clube tem como objetivo o incentivo à prática de exercício físico regular, apresentando os detalhes da cidade como uma possibilidade de esporte, lazer e cultura a partir da perspectiva de um(a) ciclista.

16/6

domingo, 7h às 14h

onde

ponto de encontro:  
entrada do Sesc

público

a partir de 16 anos

inscrições

online, 11/6, às 14h

[centralrelacionamento.](mailto:centralrelacionamento.secsp.org.br)

[secsp.org.br](http://secsp.org.br)

grátis



programa sesc de esportes: mobilidade → aula aberta

## Clube do Pedal - Noturno

com educadores(as) de  
atividades físico-esportivas  
do Sesc Avenida Paulista

A atividade tem como objetivo principal o incentivo à prática de exercício físico regular, apresentando os detalhes da cidade como uma possibilidade de esporte, lazer e cultura a partir da perspectiva de um(a) ciclista.

5/6

quarta, 20h às 23h

---

onde

ponto de encontro:  
entrada do Sesc

---

público

a partir de 16 anos

---

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

programa sesc de esportes: mobilidade → aula aberta

## Clube da Caminhada

com educadores(as) de  
atividades físico-esportivas  
do Sesc Avenida Paulista

Orientação para a prática da modalidade tendo como ponto de partida o Sesc Avenida Paulista. Em cada encontro, um percurso diferente que contempla a cidade sob um novo olhar durante à prática do exercício físico.

1-29/6

sábados, 8h às 11h  
(exceto 22/6)

---

onde

ponto de encontro:  
entrada do Sesc

---

público

a partir de 16 anos

---

acesso

livre, sujeito à  
capacidade máxima  
da atividade

---

grátis

aula aberta

# Lian Gong em 18 Terapias

com Alessandra Paz e Michele Fernandes

Prática corporal da Medicina Tradicional Chinesa elaborada para tratar e prevenir dores no corpo (musculares e articulares), além de atuar nas disfunções dos órgãos internos e problemas respiratórios.

**Alessandra e Michele integram a equipe de educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Avenida Paulista.**

4-27/6

terças e quintas,  
16h às 16h50

---

onde

Corpo I (10º andar)

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

aula aberta

# Esporte Família

com educadores(as) de  
atividades físico-esportivas  
do Sesc Avenida Paulista

Recreação de jogos, brincadeiras e esportes adaptados intergeracionais, buscando incentivar a prática e o desenvolvimento das habilidades motoras, além de possibilitar a integração, a inclusão e a sociabilização por meio da recreação e do lazer.

1-30/6

sábados e domingos,  
11h15 às 12h45

---

onde

Corpo I (10º andar)

---

público

a partir de 3 anos

---

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

aula aberta

# Oriente-se

com Alessandra Paz



Gean Carlo Seno

Prática corporal que auxilia para o melhor funcionamento do nosso organismo, equilíbrio e fluidez da nossa energia. Cada par de horas de um dia está associado ao melhor funcionamento de um órgão Zang (orgão cheio) ou órgão/ vísceras Fu (orgão vazio). Nas aulas, será possível entender a função de cada um deles, conhecer os caminhos dos meridianos e canais energéticos e assim buscar o equilíbrio corporal.

5-26/6

quartas, 17h às 17h50

onde

Corpo I (10º andar)

público

a partir de 16 anos

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

grátis



curso

# Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Boxe

com Boxe Vila Anglo

Aula aberta do esporte de combate e arte marcial, que se caracteriza pelo uso dos punhos, tanto para a defesa quanto para o ataque.

**Boxe Vila Anglo** é uma academia popular de boxe, que atua em praças e ocupações da cidade usando o esporte como mecanismo de inclusão e reflexão.

2-30/6  
domingos,  
15h30 às 17h30

---

onde  
Corpo I (10º andar)

---

público  
todas as idades

---

acesso  
livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

aula aberta

# AcroYoga

com Roberto Lindqquer

Prática que une o yoga com as acrobacias que desenvolve o aumento da confiança, o ganho de força, a sociabilização, a melhora do equilíbrio, da flexibilidade e da consciência corporal.

**Roberto integra a equipe de educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Avenida Paulista.**

4-27/6

terças e quintas,  
17h às 17h50

---

onde

Corpo I (10º andar)

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

aula aberta

# Alongue-se

com educadores(as) de  
atividades físico-esportivas  
do Sesc Avenida Paulista

É uma forma de exercício físico em que um músculo ou tendão específico é deliberadamente flexionado ou alongado para melhorar a elasticidade sentida e obter um tônus muscular confortável. O resultado é uma sensação de maior controle muscular, flexibilidade e amplitude de movimento.

1-29/6

sábados, 10h10 às 11h

---

onde

Corpo I (10º andar)

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

aula aberta

# Ritmos Juninos

com educadores(as) de atividades físico-esportivas  
do Sesc Avenida Paulista

Alisson Sbrana



Vivências dos principais ritmos de festa junina, como xaxado, baião, xote, sambade-coco e quadrilha, elaboradas para desenvolver a coordenação motora, a expressão e consciência corporal, valorizando a participação e a socialização.

**1–29/6**

sábados, 14h às 14h50  
terças e quintas,  
12h às 12h50  
e 19h às 19h50

**onde****Corpo I (10º andar)****público****a partir de 14 anos****acesso****livre, sujeito à lotação  
do espaço****grátis**



literatura

bate-papo

# Lançamento de Livro: *Direitos LGBT+ no Brasil*

Apresentação da coletânea publicada pela Edições Sesc, que reúne ensaios de pesquisadores e ativistas dos direitos humanos de pessoas LGBT+ (lésbicas, gays, bissexuais, transgêneros, intersexuais e outras identidades não heterossexuais) a partir de um olhar interdisciplinar do direito e das ciências sociais.

19/6

quarta, 19h

onde

Praça (térreo)

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

grátis

Monstera Production/Pexels (foto) e Divulgação (capa)





meio  
ambiente

florestar → vivência

## Minimutirão: Preparar, Plantar e Colher

com Loa Terra

A atividade se baseia no manuseio da terra, plantio e colheita de espécies na horta do Sesc Avenida Paulista.

\*Obs: Sujeito a alteração conforme as condições do clima. Informe-se em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista).

A **Loa Terra** promove ação ambiental, cultural e de tecnologias sociais para transformar o espaço urbano e a relação das pessoas com a cidade e a natureza.

18/6  
terça, 14h às 18h

onde  
Café Terraço  
(17º andar)

público  
todas as idades

ingressos  
30 minutos antes,  
na Central de Relacio-  
namento (2º andar)

grátis

ideias e ações para um novo tempo → vivência

## Na Horta: Bem-Estar, Alimentação e Mudança Climática

com Horta da FSPUSP, Equipe Ciência, Cultura e Comida e Sustentarea

A atividade é dividida em três partes: o público realizará o manejo da horta da Faculdade de Saúde Pública da USP (FSPUSP), assistirá a uma demonstração culinária e participará de uma roda de conversa. Deslocamento de transporte público (metrô) até o local (sem retorno ao Sesc).

A **Horta da FSPUSP** é um projeto de extensão da Faculdade de Saúde Pública da USP.

A **Equipe Ciência, Cultura e Comida** desenvolve pesquisas na área de alimentação e sustentabilidade.

**Sustentarea** é um núcleo de pesquisa da FSPUSP com a missão de fomentar um sistema alimentar sustentável, saudável e justo.

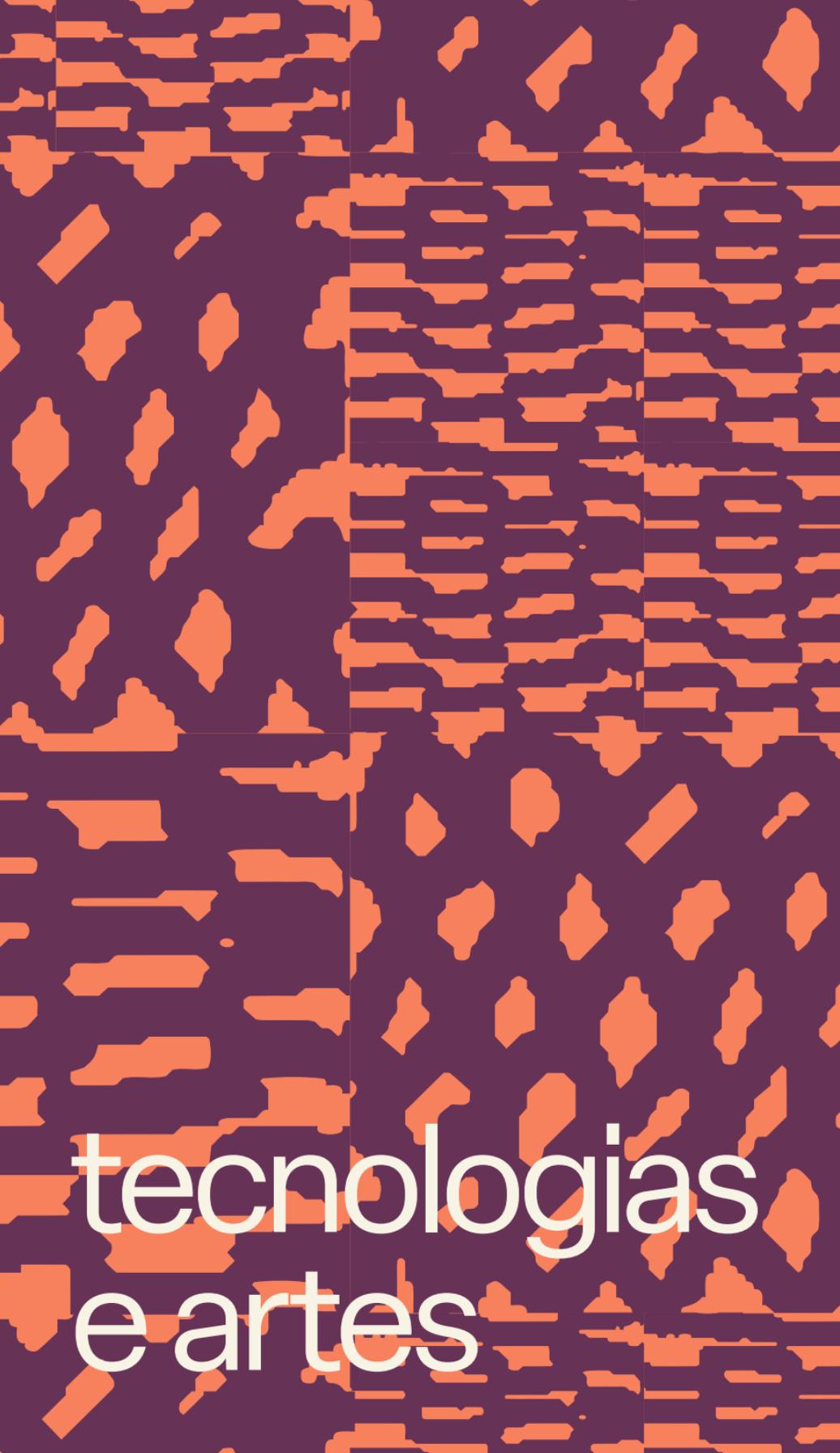
22/6  
sábado, 9h30 às 13h30

onde  
ponto de encontro:  
30 minutos antes,  
na Central de  
Relacionamento  
(2º andar)

público  
a partir de 18 anos

inscrições  
online, 11/6, às 14h  
[centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

grátis



tecnologias  
e artes

curso

# Livro de Artista com Capa de Papelão

com Dulcinéia Catadora

Lúcia Rosa



Todo mundo é capaz de criar um livro artístico feito artesanalmente: as pessoas participantes farão seu próprio livro com capa de papelão, criando cada página com colagem, texto e intervenções gráficas e aprenderão a fazer a encadernação com costura japonesa.

Lúcia Rosa é tradutora e artista plástica. Fundadora do coletivo **Dulcinéia Catadora** em 2007.

11/6–2/7

terças, 19h30 às 21h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 16 anos

ingressos

online, às 14h

28/5 (Credencial Plena)

31/5 (público em geral)

centralrelacionamento.

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9



aula aberta

# Grupo de Estudos em Python

com Alexandre Villares e Maraiza Adami

Encontros para conversar sobre as diferentes possibilidades e projetos possíveis a serem criados com a linguagem de programação Python. A cada encontro será proposto um tema diferente para que os participantes possam descobrir e explorar tudo que a linguagem de programação tem a oferecer. Atividade aberta para todas as pessoas interessadas, sem necessidade de conhecimento prévio.

**Alexandre e Maraiza integram a equipe de educadores de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista.** Ele, pesquisa o ensino de programação em contexto visual. Ela, entusiasta do software livre, participa da organização do Coletivo Actantes e da CryptoRave.

4–25/6

terças, 14h30 às 16h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos antes,  
no local

grátis

oficina

## ↙ Ateliê Aberto: Serigrafia

com Amarelo Gráfico

Atividade aberta na qual o(a) participante terá a oportunidade de conhecer na prática a técnica da serigrafia aplicada à criação de pôsteres e customização de adereços em algodão.

**Amarelo Gráfico é o nome artístico de Alcides Rodrigues, artista visual que desenvolve produção gráfica para projetos de arte em murais, estampas, cartazes, lambe-lambe e adesivagem.**

2/6

domingo,  
14h30 às 17h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 10 anos

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

grátis

oficina

# ProgramaZine: Criação de Fanzines com Programação

com Alexandre Villares e Maraiza Adami

Atividade aberta voltada à criação de publicações independentes e experimentais, usando uma mistura de técnicas artesanais, analógicas, elementos digitais e programação.

5-26/6

quartas, 14h30 às 16h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos antes,  
no local

grátis

curso

# Caligrafia Coreana para Iniciantes turma 2

com Stephanie Kim

Curso de introdução à caligrafia coreana, que aborda a origem do alfabeto Hangul, os materiais básicos, os diferentes estilos de caligrafia coreana, junto com diversos exercícios para desenvolver as técnicas na prática e exercitar o olhar.

**Stephanie** é filha de imigrantes coreanos, formada em marketing. Trabalha como artista de caligrafia coreana, possui um sebo de livros coreanos e cria conteúdo sobre cultura coreana nas redes sociais.

13/6-4/7

quintas, 19h30 às 21h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

online, às 14h

28/5 (Credencial Plena)

31/5 (público em geral)

[centralrelacionamento.](mailto:centralrelacionamento.sescsp.org.br)

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

oficina

## Fora do Registro: Técnicas Gráficas para Pequenos Formatos

com Anita Cavaleiro

Atividade aberta voltada àqueles que desejam conhecer, criar e compartilhar o fazer artístico, experimentando ferramentas, processos de gravação em diferentes tipos de matrizes e de impressão em pequenos formatos.

**Anita** integra a equipe de educadores de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista. Educadora, ilustradora e pesquisadora nas áreas de narrativas visuais, artes gráficas, jogos e fabricação digital.

5–26/6

quartas, 10h30 às 12h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos antes,  
no local

grátis

oficina

## Ateliê Aberto: Minirrecicladora de Plástico

com Chico Simões e Daniel Seda

Experiências visando a montagem, teste e operação de uma unidade de reciclagem de plásticos e a fabricação de filamentos que podem ser usados para imprimir em 3D.

**Chico** é graduado em imagem e som e construtor de instrumentos musicais, impressoras 3D e outros artefatos.

**Daniel** integra a equipe de educadores de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista. Artista, pesquisa origami e os conceitos de software livre e código aberto.

5–26/6

quartas, 19h30 às 21h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos antes,  
no local

grátis

oficina

## Ateliê Têxtil: Macramê

com Jéssica Rampim e Maraiza Adami

Nesses encontros, o(a) participante poderá ter um primeiro contato com a técnica e aprender os principais nós do macramê.

**Jéssica** integra a equipe de educadores de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista. É educadora, designer e artesã, amante das artes têxteis e curiosa nos cruzamentos entre o manual, digital e fabricação digital.

8–23/6

sábados e domingos,  
11h às 13h  
(exceto 15 e 16/6)

---

onde

Lab 1 (4º andar)

---

público

a partir de 14 anos

---

ingressos

30 minutos antes,  
no local

---

grátis

oficina

## Caderno de Artista: Investigações em Materiais Artísticos Não Convencionais

com Anita Cavaleiro e Danilo Matias

Atividade que apresenta técnicas artísticas com pigmentos ancestrais e materiais não convencionais, por meio da criação de um suporte comum para experimentação: o caderno de artista. Nele, serão guardados nossos processos e registros visuais, elaborados a partir da investigação poética em materiais diversos.

**Danilo** integra a equipe de educadores de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista. É educador, artista visual e músico, e pesquisa o surrealismo nas artes visuais, instrumentos e manifestações musicais regionais e folclóricas.

1, 2, 15, 16, 29 e 30/6  
sábados e domingos,  
11h às 13h

---

onde

Lab 1 (4º andar)

---

público

a partir de 14 anos

---

ingressos

30 minutos antes,  
no local

---

grátis

oficina

# Fanzine Xilográfico

com Ateliê Nômade

Oficina de construção de um zine (minilivro) utilizando apenas uma folha de papel com dobras em que se criará um exemplar literário que será produzido com pequenos carimbos em imagens e palavras, formando narrativas ilustradas conforme as vivências de cada participante.

Composto por Bruna Rosim, Karla Rosim e Lucas Rosa, o **Ateliê Nômade** é um coletivo de Leme (SP) que pesquisa e desenvolve oficinas e workshops em diversas técnicas de impressão manual, como a xilogravura, tipografia e estamperia.

**9-30/6**domingos, 14h às 15h30  
e 16h às 17h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 10 anos

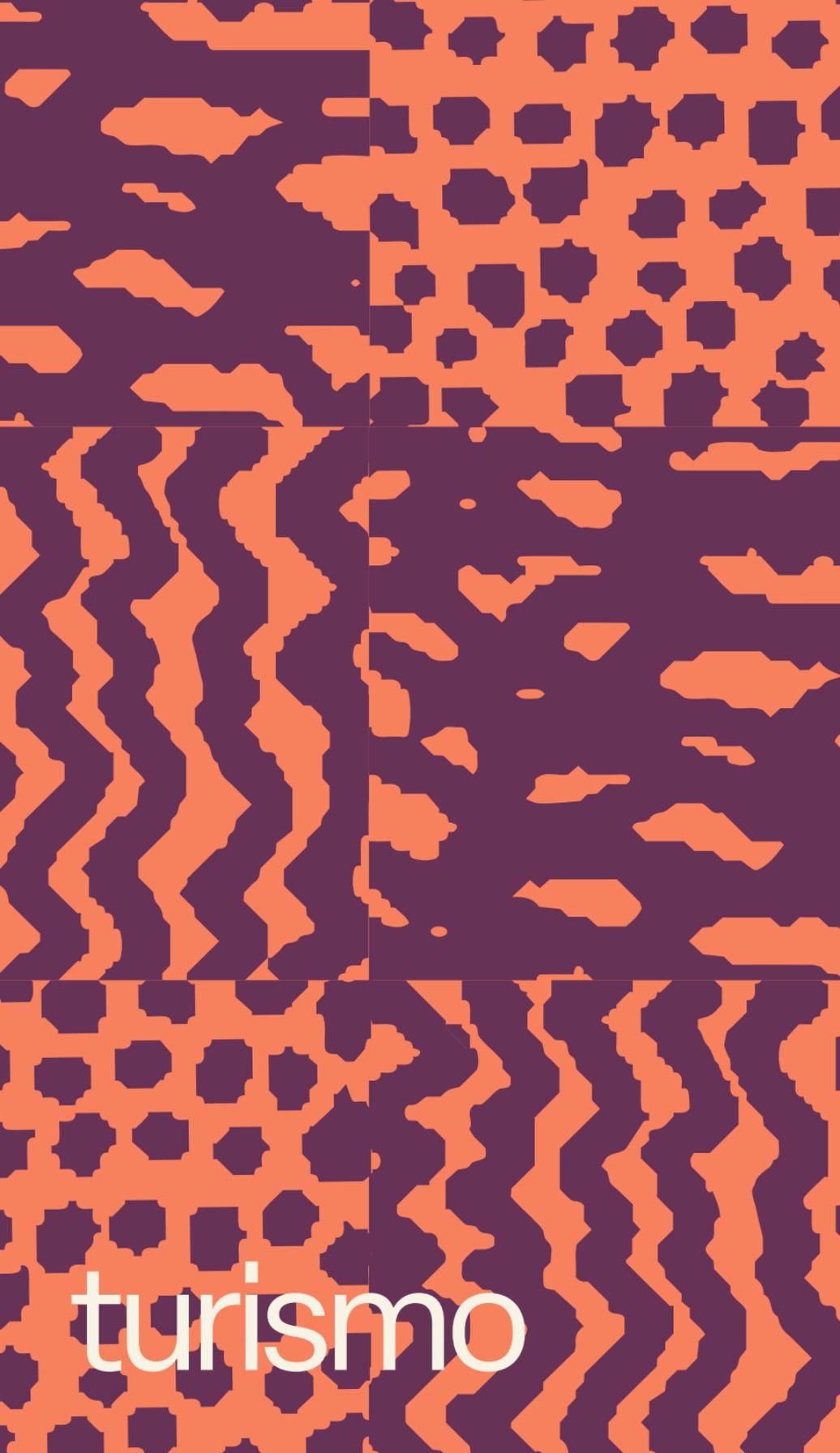
ingressos

30 minutos antes,  
no local

grátis

Acervo Ateliê Nômade





turismo

uma paulista, diferentes vistas → passeio

# A Paisagem como Fato Social: Patrimônio, Direito e Memória

com André Bispo e Debora Pinheiro

André Bispo



Caminhada pela Avenida Paulista que propõe o uso do espaço urbano como território de educação ao patrimônio, memórias e direito à cidade, tratando sobre diversidade, representatividades existentes em São Paulo e suas contradições. Serão temas: a cultura do trabalho na avenida, o bairro do Bixiga, as relações com a história das populações negras e indígenas, dentre outros. Inclui uma visita ao mirante do Sesc. Não recomendado para pessoas com mobilidade reduzida.

**André** é educador, graduado em filosofia e membro do coletivo Ebó de Palavras.

**Debora** é guia de turismo com experiência nas áreas de ecoturismo e afroturismo.

16/6

domingo, 10h às 14h

onde

ponto de encontro:  
30 minutos antes,  
na Central de Relacionamento (2º andar)

público

todas as idades

inscrições

31/5, 14h, em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) e na Central de Relacionamento (2º andar) (lista de espera: 7/6)

grátis

uma paulista, diferentes vistas → passeio

# De Mirante a Mirante: As Artes no Sesc Avenida Paulista e CCSP

com Bruno Makia e David Carolla



Artur Cunha

A atividade a pé propõe um deslocamento pelas áreas dos dois espaços, com enfoque nas diferentes manifestações artísticas (obras do Acervo Sesc de Artes e espaços de espetáculos e bibliotecas), além de conhecer novos horizontes da cidade, a partir do Mirante (17º andar) e jardins suspensos do Centro Cultural São Paulo (CCSP).

**Bruno** é artista educador graduado em artes visuais e mestrando em poéticas visuais. Realiza oficinas, cursos e ações educativas em exposições.

**David** é graduado em turismo e especializado em docência para turismo e hotelaria. Atualmente é professor em cursos da área de turismo, arte e cultura.

**30/6**

domingo, 10h às 14h

onde

ponto de encontro:  
30 minutos antes,  
na Central de Relacio-  
namento (2º andar)

público

todas as idades

inscrições

14/6, 14h, em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) e  
na Central de Relacio-  
namento (2º andar)  
(lista de espera: 21/6)

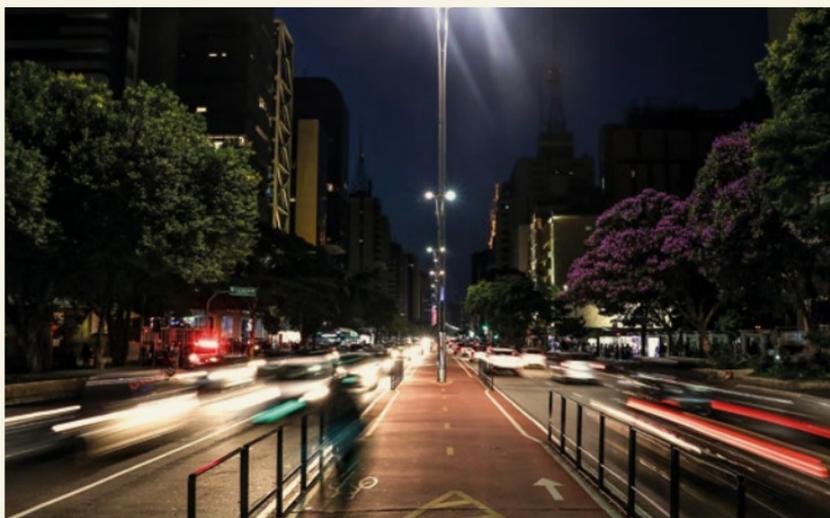
grátis

uma paulista, diferentes vistas → passeio

# Histórias Não Contadas da Cidade

com André Bispo e Ana Paula Portes

Alisson Sbrana



Relações entre a trajetória de determinados grupos sociais e a história da cidade São Paulo. O trajeto a pé explora locais que vão da Avenida Paulista ao bairro da Liberdade, passando pelo Mirante, abordando temas como a construção da Avenida Paulista e seus trabalhadores, mobilidade e acessibilidade e as populações LGBTQIA+, negras e imigrantes da cidade.

**Ana Paula** é pedagoga habilitada em inclusão da pessoa com deficiência. Guia de turismo credenciada pelo Ministério do Turismo bilíngue Libras.

14/7

domingo, 10h às 14h

onde

ponto de encontro:  
30 minutos antes,  
na Central de Relacio-  
namento (2º andar)

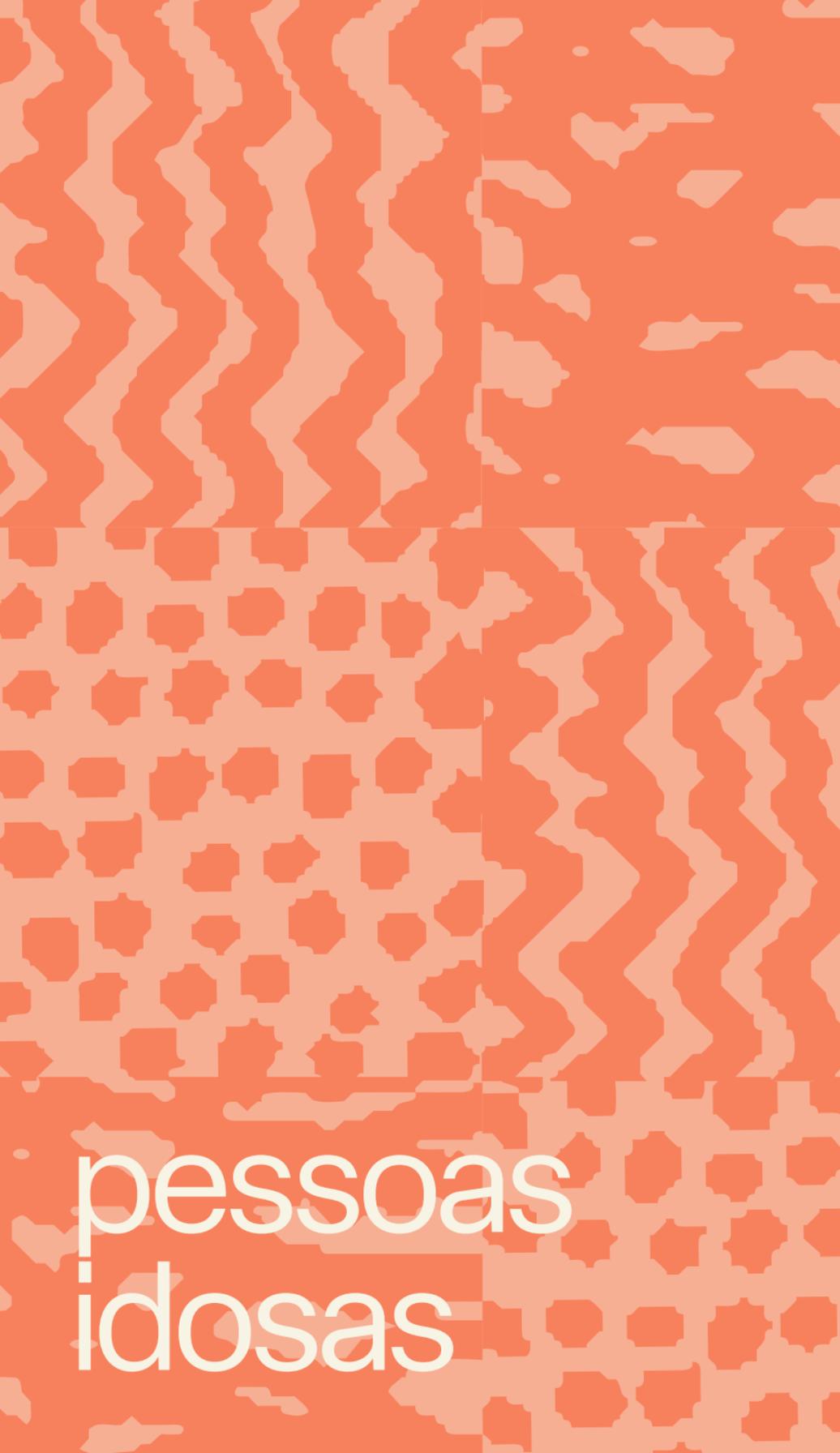
público

todas as idades

inscrições

28/6, 14h, em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) e  
na Central de Relacio-  
namento (2º andar)  
(lista de espera: 5/7)

grátis

The background features a complex, abstract pattern of overlapping geometric shapes in two shades of orange. The shapes include zig-zags, diamonds, and irregular polygons, creating a textured, woven appearance. The pattern is divided into three horizontal sections by thin white lines. The top section has a more fluid, organic feel, while the middle and bottom sections have more regular, grid-like structures.

pe  
soas  
ido  
sas

trabalho social com pessoas idosas → oficina

## Workshop de Dança: Waacking

com Jess Nascimento

Dança que surgiu a partir de corpos LGBTI+ pretos e latinos no início da década de 1970 em Los Angeles e em clubes *undergrounds*. É uma dança expressiva e animada, com uma série de movimentos, principalmente dos braços, na parte superior do corpo, a partir de dinâmicas corporais que acompanham a música tocada no momento.

**Jess** é artista, professora, dançarina, coreógrafa, intérprete, criadora e estudante de educação física.

6–27/6

quintas, 10h30 às 12h

onde

Estúdio (4º andar)

público

a partir de 60 anos

inscrições

online, 28/5 a 5/6 em

[centralrelacionamento.](http://centralrelacionamento.secsp.org.br)

[secsp.org.br](http://secsp.org.br)

grátis

aula aberta

## Dançaterapia

com Mariana Romano

Método desenvolvido pela artista e coreógrafa María Fux, pioneira da dança moderna na Argentina.

**Mariana** é dançaterapeuta formada em 2020 pelo Centro Internacional de Dançaterapia Método María Fux em São Paulo.

5–19/6

quartas e sextas,

14h às 15h15

onde

Corpo I (10º andar)

público

a partir de 60 anos

acesso

livre, sujeito à lotação do espaço

grátis



jovens

livros do vestibular → encontro

# O Homem e o Tempo: Vida e Morte de M.J. Gonzaga de Sá e Dois Irmãos

com Camilla Dias e Paloma Amorim

De forma despojada e trazendo elementos artísticos, o projeto busca apresentar os livros obrigatórios dos vestibulares da USP e Unicamp de forma leve sem perder a abrangência e profundidade das análises. Neste encontro, serão abordados *Vida e Morte de M. J. Gonzaga de Sá*, de Lima Barreto e *Dois Irmãos*, de Milton Hatoum.

**Camilla** é assistente social, pós-graduada em docência em literatura e humanidades e publica conteúdo em @camillaeseuslivros.

**Paloma** é autora do livro *Eu Preferia ter Perdido um Olho* e colunista do jornal paraense O Liberal, onde escreve semanalmente crônicas e artigos de opinião.

8/6

sábado, 14h às 15h30

onde

Praça (térreo)

público

a partir de 16 anos

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

grátis

Divulgação/ Luiza Saad





crianças

semana mundial do brincar → intervenção

# Ancestralidades Brincantes

com Cia Amoras



Atividades que funcionam de modo a resgatar o sabor da África por meio de brincadeiras e jogos que nos levam, ao passear em diversos países do continente e nas adaptações do ontem para hoje, às suas essências mais sutis e marcantes.

A **Cia Amoras** entende o processo da brincadeira como uma forma leve e livre de barreiras que nos permitem trazer à tona temas importantes para o desenvolvimento pessoal e social. Atende a vários públicos, desenvolvendo, além de brincadeiras, oficinas completas do brincar.

1 e 2/6

sábado e domingo,  
12h às 16h

onde

Praça (térreo)

acesso

livre, sujeito à lotação

8–30/6

sábados e domingos,  
10h30 às 12h30, 13h30  
às 15h30 e 16h às 18h

onde

Lab 2 (4º andar)

ingressos

30 min antes, no local

público

até 6 anos

grátis

vivência

# Cantinhos do Brincar

ambientação lúdica: Parque de Bambu



Carol Balza

Espaço voltado para a primeira infância, onde bebês e crianças pequenas junto com seus responsáveis podem aproveitar com autonomia, e de forma autogerida, a ambientação montada pela equipe de educadores do Sesc.

1-30/6

terça a domingo,  
10h30 às 18h

---

onde

Varanda - Central  
de Relacionamento  
(2º andar)

---

público

até 6 anos

---

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

vivência

# Parque Sensorial Natural

com Parque de Bambu

Um convite à experiência humana sensível, profunda e lúdica. Uma instalação artística feita de materiais naturais, concebida para crianças da primeira infância e também para todas as pessoas que são tocadas pela intensidade da vida tão presente no brincar.

O **Coletivo Parque de Bambu** desenvolve processos criativos que dialogam com múltiplas linguagens artísticas em processos sustentáveis e uso consciente dos recursos.

1-29/6

sábados e domingos,  
14h às 16h

---

 onde

Bulevar  
(ao lado do Sesc)

---

 público

até 12 anos

---

 acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

 grátis

intervenção

# Bambebelear: Uma Instalação para Bebês

com Anne Binder e Bruna Paiva

Instalação lúdica sensorial criada a partir das diversas formas e possibilidades de brincar com bambolês.

**Anne e Bruna** integram a equipe de educadores(as) de atividades infantojovens do Sesc Avenida Paulista.

1 e 2/6

sábado, 14h30 às 16h  
domingo, 10h30 às 12h  
e 14h30 às 16h

---

 onde

Lab 2 (4º andar)

---

 público

até 3 anos

---

 ingressos

30 minutos antes,  
no local

---

 grátis

oficina

# Invenções em Madeira

com Oficina Cigarra

Com uma peça de base, varetinhas e pinos de madeira, todos e todas são livres para criar o que quiserem! Na oficina se apresenta como serrar, furar, lixar e unir peças, para aprender sobre as ferramentas e a madeira de forma segura, prática e lúdica.

**Oficina Cigarra** emergiu do desejo das irmãs Mayra e Simone Shinzato de investigar diversas técnicas, formas e intenções da produção artesanal, por meio da matéria prima primordial: a madeira.

1-29/6

sábados, 14h às 15h30  
e 16h30 às 18h

---

onde

Lab 1 (4º andar)

---

público

7 a 12 anos

---

ingressos

30 minutos antes,  
no local

---

grátis



Mayra Shinzato

**o que você  
encontrará aqui?**

Aulas abertas, oficinas  
e vivências grátis e para  
todas as idades. Verifique  
na página da atividade  
indicada mais detalhes  
sobre como acessá-la e sua  
classificação indicativa.

fim de  
semana

fim de semana

# 1-2/6

## sábado

---

**8h Clube da Caminhada**  
página 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h10-11h Alongue-se**  
p. 20 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h30-12h30, 13h30-15h30  
e 16h-18h Ancestralidades  
Brincantes**  
p. 43 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h Caderno de Artista:  
Investigações em Materiais  
Artísticos Não Convencionais**  
p. 32 • ingressos 30 min antes

---

**11h15-12h45 Esporte Família**  
p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**13h-14h Forró**  
p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h-14h50 Ritmos Juninos**  
p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h e 16h30 Invenções em Madeira**  
p. 46 • ingressos 30 min antes de cada sessão

---

**14h-16h Parque Sensorial Natural**  
p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h30 Bamberlear: Uma Instalação  
para Bebês**  
p. 45 • ingressos 30 min antes

---

**15h-16h Aulas em Grupo na  
Ginástica Multifuncional**  
p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---



Betina de Tella

## domingo

---

**10h30 e 14h30 Bamberlear:  
Uma Instalação para Bebês**  
página 45 • ingressos 30 min antes  
de cada sessão

---

**10h30-12h30, 13h30-15h30 e 16h-18h  
Ancestralidades Brincantes**  
p. 43 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h Caderno de Artista:  
Investigações em Materiais  
Artísticos Não Convencionais**  
p. 32 • ingressos 30 min antes

---

**11h15-12h45 Esporte Família**  
p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**13h-14h Forró**  
p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h-16h Parque Sensorial Natural**  
p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h30-17h30 Ateliê Aberto:  
Serigrafia**  
p. 29 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**15h-17h30 Jogos e Brincadeiras  
Olímpicas: Boxe**  
p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

## 8-9/6

## sábado

**8h Clube da Caminhada**

página 15 • acesso livre, sujeito à lotação

**10h10-11h Alongue-se**

p. 20 • acesso livre, sujeito à lotação

**10h30-12h30, 13h30-15h30 e 16h-18h Ancestralidades Brincantes**

p. 43 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h Ateliê Têxtil: Macramê**

p. 32 • ingressos 30 min antes

**11h15-12h45 Esporte Família**

p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

**13h-14h Forró**

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h-14h50 Ritmos Juninos**

p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h-15h30 O Homem e o Tempo: Vida e Morte de M.J. Gonzaga de Sá e Dois Irmãos**

p. 41 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h e 16h30 Invenções em Madeira**

p. 46 • ingressos 30 min antes de cada sessão

**14h-16h Parque Sensorial Natural**

p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

**15h-16h Aulas em Grupo na Ginástica Multifuncional**

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

## domingo

**10h30-12h30, 13h30-15h30 e 16h-18h Ancestralidades Brincantes**

página 43 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h Ateliê Têxtil: Macramê**

p. 32 • ingressos 30 min antes

**11h15-12h45 Esporte Família**

p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h30-12h30 Aulas em Grupo na Ginástica Multifuncional**

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

**13h-14h Forró**

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h-16h Parque Sensorial Natural**

p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h e 16h Fanzine Xilográfico**

p. 33 • ingressos 30 min antes de cada sessão

**15h-17h30 Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Boxe**

p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

Jéssica Rampim



Ateliê Têxtil: Macramê

fim de semana

# 15–16/6

## sábado

---

**8h Clube da Caminhada**  
página 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h10–11h Alongue-se**  
p. 20 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h30–12h30, 13h30–15h30  
e 16h–18h Ancestralidades  
Brincantes**  
p. 43 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h Caderno de Artista:  
Investigações em Materiais  
Artísticos Não Convencionais**  
p. 32 • ingressos 30 min antes

---

**11h15–12h45 Esporte Família**  
p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**13h–14h Forró**  
p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h–14h50 Ritmos Juninos**  
p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h e 16h30 Invenções em Madeira**  
p. 46 • ingressos 30 min antes de cada sessão

---

**14h–16h Parque Sensorial Natural**  
p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**15h–16h Aulas em Grupo na  
Ginástica Multifuncional**  
p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação



Unsplash

Caderno de Artista:  
Investigações em Materiais  
Artísticos Não Convencionais

## domingo

---

**10h30–12h30, 13h30–15h30 e 16h–18h  
Ancestralidades Brincantes**  
página 43 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h Caderno de Artista:  
Investigações em Materiais  
Artísticos Não Convencionais**  
p. 32 • ingressos 30 min antes

---

**11h15–12h45 Esporte Família**  
p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**13h–14h Forró**  
p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h–16h Parque Sensorial Natural**  
p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h e 16h Fanzine Xilográfico**  
p. 33 • ingressos 30 min antes de cada sessão

---

**15h–17h30 Jogos e Brincadeiras  
Olímpicas: Boxe**  
p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

## 22-23/6

## sábado

10h-11h Alongue-se

página 20 • acesso livre, sujeito à lotação

10h30-12h30, 13h30-15h30  
e 16h-18h Ancestralidades  
Brincantes

p. 43 • acesso livre, sujeito à lotação

11h Ateliê Têxtil: Macramê

p. 32 • ingressos 30 min antes

11h15-12h45 Esporte Família

p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

13h-14h Forró

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 16h30 Invenções em Madeira

p. 46 • ingressos 30 min antes de cada sessão

14h-16h Parque Sensorial Natural

p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

15h-16h Aulas em Grupo na  
Ginástica Multifuncional

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

## domingo

10h30-12h30, 13h30-15h30  
e 16h-18h Ancestralidades  
Brincantes

página 43 • acesso livre, sujeito à lotação

11h Ateliê Têxtil: Macramê

p. 32 • ingressos 30 min antes

11h15-12h45 Esporte Família

p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

13h-14h Forró

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

14h-16h Parque Sensorial Natural

p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 16h Fanzine Xilográfico

p. 33 • ingressos 30 min antes de cada sessão

15h-17h30 Jogos e Brincadeiras  
Olímpicas: Boxe

p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação



Carol Balza

Alongue-se

fim de semana

29–30/6

## sábado

---

### 8h Clube da Caminhada

página 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h10–11h Alongue-se

p. 20 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h30–12h30, 13h30–15h30 e 16h–18h Ancestralidades Brincantes

p. 43 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 11h Caderno de Artista: Investigações em Materiais Artísticos Não Convencionais

p. 32 • ingressos 30 min antes

---

### 11h15–12h45 Esporte Família

p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 13h–14h Forró

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h–14h50 Ritmos Juninos

p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h e 16h30 Invenções em Madeira

p. 46 • ingressos 30 min antes de cada sessão

---

### 14h–16h Parque Sensorial Natural

p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 15h–16h Aulas em Grupo na Ginástica Multifuncional

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

## domingo

---

### 10h30–12h30, 13h30–15h30 e 16h–18h Ancestralidades Brincantes

página 43 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 11h Caderno de Artista: Investigações em Materiais Artísticos Não Convencionais

p. 32 • ingressos 30 min antes

---

### 11h15–12h45 Esporte Família

p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 13h–14h e 17h–18h Forró

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h–16h Parque Sensorial Natural

p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h e 16h Fanzine Xilográfico

p. 33 • ingressos 30 min antes de cada sessão

---

### 15h–17h30 Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Boxe

p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

---

Elisa Volland



Parque  
Sensorial  
Natural



faça sua  
credencial  
sesc



sescsp.  
org.br/  
avpaulista

Sesc Avenida Paulista  
Av Paulista, 119  
Tel: (11) 3170-0800  
f @ X d /sescavpaulista

fsc