



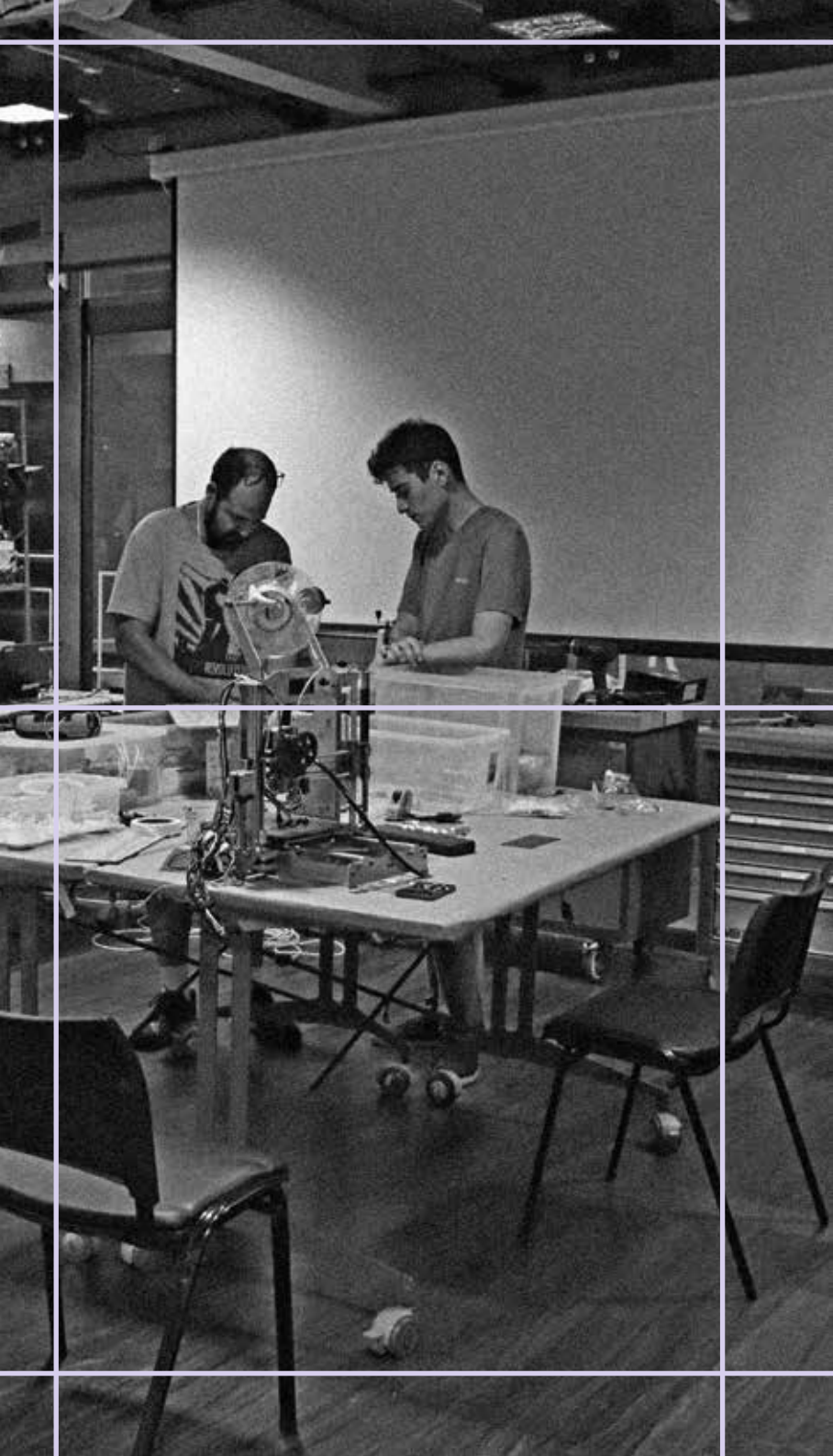
cursos  
 e oficinas  
 julho 2024

use esse espaço para anotar as atividades em que deseja participar

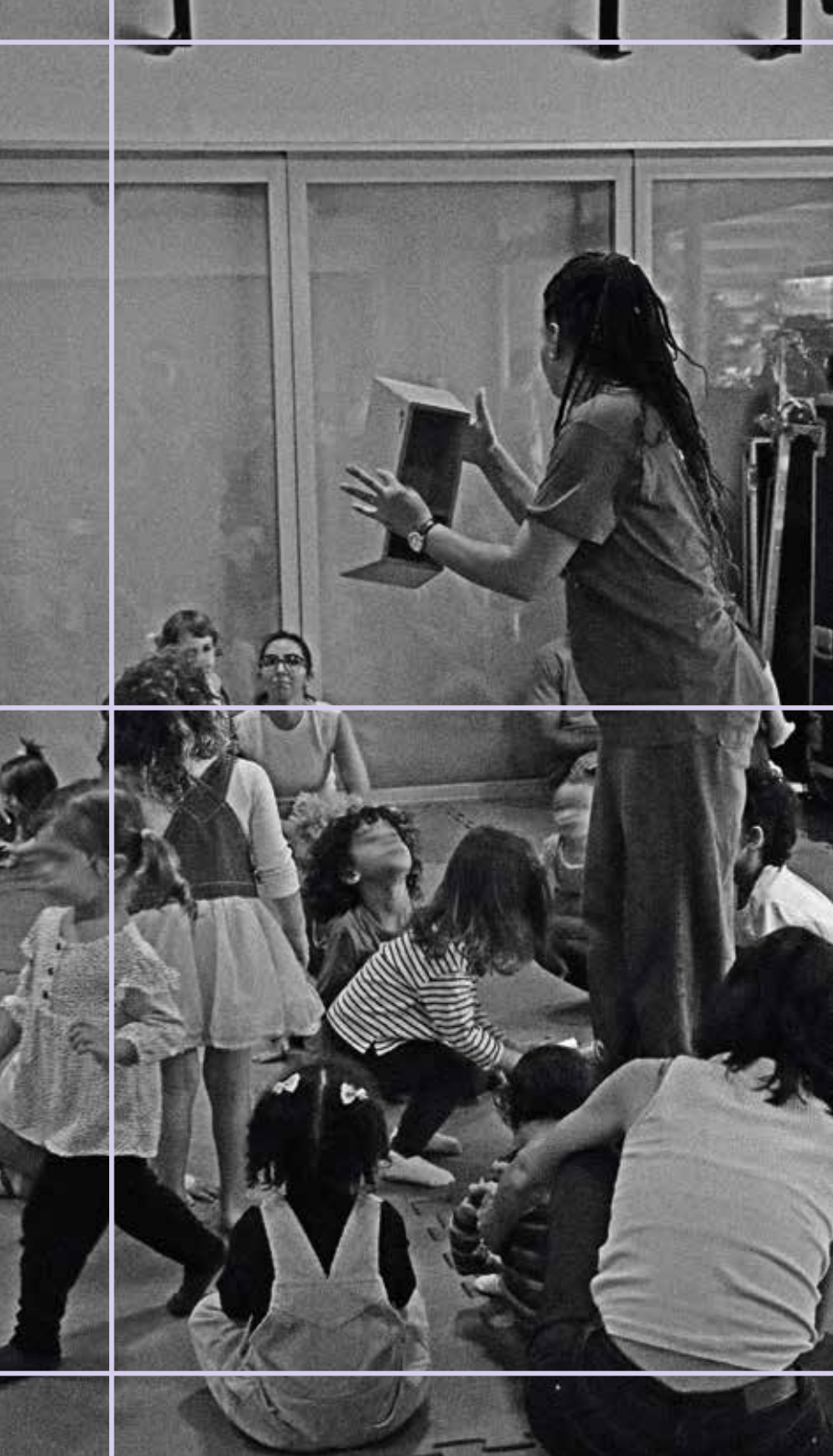
artes visuais 9  
esporte e  
atividade física 16  
meio ambiente 24  
tecnologias  
e artes 26  
turismo 38

crianças  
44  
jovens  
54

fim de  
semana  
e feriado  
56



<b>artes visuais</b>	<p>Renda Renascença: Técnicas Têxteis e Cantos de Trabalho 9</p> <p>Rendar e Cantar 10</p> <p>Experimentos Têxteis com Fibra de Buriti 10</p> <p>Buriti, a Árvore da Vida e suas Possibilidades Têxteis 11</p> <p>Trançando Carnaúba: Criando Chapéus com as Mulheres de Cariré 12</p> <p>Trançados de Carnaúba com as Mulheres de Cariré 13</p> <p>Mediação do Sensível: "Nós Somo" o Novo Poder 13</p> <p>A Cor das Cores 14</p> <p>Descolonizando o Olhar: Ato de se Ver e se Amar 14</p> <p>Periféricas Maneiras de Vestir 15</p> <p>Fabulação e Ostentação: Narrativas do Desejo 15</p>
<b>esporte e atividade física</b>	<p>Movimento Consciente 17</p> <p>Ludoteca Móvel 18</p> <p>Baile Nostalgia 18</p> <p>Clube do Pedal - Noturno 19</p> <p>Clube da Caminhada 19</p> <p>Lian Gong em 18 Terapias 20</p> <p>Introdução às Posturas Invertidas 20</p> <p>Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Parkour 21</p> <p>Yoga 21</p> <p>Primeiras Pedaladas - Clube do Pedal 22</p> <p>Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Ginástica Artística 22</p> <p>Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Badminton 23</p> <p>Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Escalada 23</p>
<b>meio ambiente</b>	<p>Minimutirão: Preparar, Plantar e Colher 25</p> <p>Plantão: Pergunte a um(a) Cientista 25</p>
<b>tecnologias e artes</b>	<p>Sashiko: O Milenar Bordado Japonês 27</p> <p>Tramas e Impressão 3D 28</p> <p>Trançadeiras: Oficina de Penteados 28</p> <p>Estamparia Manual e Técnicas Mistas 29</p> <p>Mostra de Tramas Ancestrais 30</p> <p>Flutuando com Fios 30</p> <p>Sashiko na Prática 31</p>



---

**tecnologias  
e artes**

- Ilustrações em Feltragem 31  
 Tramado Geométrico: Do Tingimento ao Tear 32  
 Recicleta Apresenta: Artes Têxteis 33  
 O Corpo Tece: Das Tramas Ancestrais  
 às Tramas Contemporâneas 33  
 O Corpo Tecelão 34  
 Ateliê Aberto: Tramas e Impressão 3D 34  
 Criação de Tapeçaria Bordada 35  
 Amarrações e Dobras:  
 Formas Seculares de Vestimenta 36  
 Tramado Geométrico em Dois Passos 36  
 Processo Aberto: Takezaiku  
 (Trançado em Bambu) 37  
 Fundamentos do Takezaiku 37

---

**turismo**

- A História da Vida e da Terra 39  
 Histórias Não Contadas da Cidade 40  
 Conhecendo as Áreas Verdes  
 na Cidade e na Avenida 41  
 Artes, Registros e Memórias na Avenida 42  
 Patrimônios da Memória:  
 Histórias de Mulheres e da Cidade 43

---

**crianças**

- Arraial Surreal: Oficina de Máscaras 45  
 Música para Criança?  
 Bate-papo com Banda Mirim 46  
 Festa Percussiva 46  
 Instalação Sonora Interativa 47  
 Tramas Elétricas:  
 Brincadeiras com Eletrônica Básica para Famílias 47  
 Passabilidade e Possibilidades 48  
 Com que Roupa!? 48  
 Ocupação Mia Gato 49  
 Meditação para Crianças: Movimentos Animais 49  
 Tramáveis 50  
 Observando a Natureza:  
 Criação de Seres Imaginários 51  
 A Banda da Costureira:  
 Construção de Instrumentos Musicais 53

---

**jovens**

- inUtilidade Pública:  
*Os Ratos e A Vida Não é Útil* 55

## 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

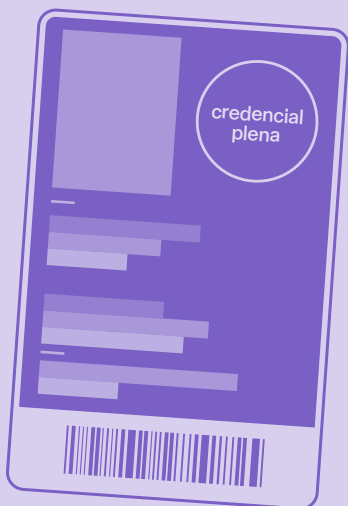
Para participar de atividades com inscrição prévia no Sesc é necessário ter uma Credencial Plena. Ela é gratuita, tem validade de dois anos, pode ser utilizada nas unidades de todo o Brasil e dá acesso prioritário a diversas atividades, além de oferecer descontos em serviços pagos.

## 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

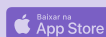
Participantes que desejam fazer cursos e não possuem a Credencial Plena devem apresentar a Credencial Atividades, que pode ser emitida no ato da inscrição de um curso e em qualquer unidade do Sesc, bastando apresentar a documentação necessária.



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



**baixe grátis o app credencial sesc sp**



## festA!

Festival composto por cursos, oficinas, ateliês para a família, bate-papos, palestras, vivências e demonstrações artísticas de artes visuais e tecnologias.

# artes visuais

festA! - festival de aprender 2024 → oficina

# Renda Renascença: Técnicas Têxteis e Cantos de Trabalho

com Rendeiras da Aldeia (Carapicuíba - SP)



Rebeca Chiarini

O(a) participante conhecerá uma das técnicas têxteis mais sofisticadas, a Renda Renascença, enquanto também aprende seus cantos de trabalho, canções entoadas durante todo o processo de feitura da renda e que tornam o processo ainda mais bonito.

**Rendeiras da Aldeia** nasceu em um projeto direcionado às mães e mulheres da Aldeia de Carapicuíba. Contempla a alfabetização, pesquisa das tradições orais, pesquisa e valorização dos saberes manuais e formação para o mercado de trabalho a partir da produção do artesanato brasileiro.

**5-7/7**

sexta a domingo,  
11h às 13h

---

onde

Estúdio (4º andar)

---

público

a partir de 7 anos

---

ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

grátis

festA! - festival de aprender 2024 → vivência

# Rendar e Cantar

com Rendeiras da Aldeia (Carapicuíba - SP)

Demonstração para o público da renda renascença, confeccionada juntamente com seus cantos de trabalho, canções entoadas durante todo o processo de feitura da renda e que tornam o processo ainda mais bonito.

5-7/7

sexta a domingo,  
14h30 às 16h30

---

onde

Estúdio (4º andar)

---

público

a partir de 7 anos

---

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis

festA! - festival de aprender 2024 → oficina

# Experimentos Têxteis com Fibra de Buriti

com Artecoop - Cooperativa de Artesãos  
dos Lençóis Maranhenses (Barreirinhas - MA)

O público conhecerá mais sobre a história e usos da fibra do buriti, batizada pelos povos tradicionais como árvore da vida, e experimentará diferentes técnicas têxteis possíveis com ela para criar pequenas joias dessa palha brasileira.

**Artecoop** é uma cooperativa de artesãos localizada nos Lençóis Maranhenses. Centenas de mulheres da região trabalham com uma fibra vegetal macia e plural, chamada buriti, para criar peças de tecelagem, crochê e macramê.

9-11/7

terça a quinta,  
11h às 13h

---

onde

Estúdio (4º andar)

---

público

a partir de 7 anos

---

ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

grátis

festA! - festival de aprender 2024 → vivência

# Buriti, a Árvore da Vida e suas Possibilidades Têxteis

com Artcoop - Cooperativa de Artesãs dos Lençóis Maranhenses (Barreirinhas - MA)

Demonstração aberta das possibilidades têxteis com a fibra do buriti, batizado pelos povos tradicionais como *árvore da vida*, suas histórias e usos.

9–11/7

terça a quinta,  
14h30 às 16h30

onde

Estúdio (4º andar)

público

a partir de 7 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

Divulgação



festA! - festival de aprender 2024 → oficina

# Trançando Carnaúba: Criando Chapéus com as Mulheres de Cariré

com Associação Mucaúba de Muquém (Cariré - CE)



Divulgação

O público conhecerá a carnaúba por meio do trabalho realizado pelas mulheres da Associação Mucaúba e seus processos de manejo sustentável, tingimento e trançado, aprendendo a técnica e diferentes pontos para a confecção de um chapéu de palha, peça tradicional da cultura cearense.

**Associação Mucaúba de Muquém é um grupo de mulheres artesãs, que trabalha com palha da carnaúba, no distrito de Cariré (CE).**

**12-14/7**

sexta a domingo,  
11h às 13h

---

onde

Estúdio (4º andar)

---

público

a partir de 7 anos

---

ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

grátis

festA! - festival de aprender 2024 → vivência

# Trançados de Carnaúba com as Mulheres de Cariré

com Associação Mucaúba de  
Muquém (Cariré - CE)

O público conhecerá a carnaúba através do trabalho realizado pelas mulheres da Associação Mucaúba e seus processos de manejo sustentável, tingimento, trançado e suas diversas possibilidades têxteis.

12-14/7

sexta a domingo,  
14h30 às 16h30

onde  
Estúdio (4º andar)

público  
a partir de 7 anos

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

novo poder: passabilidade → visita mediada

# Mediação do Sensível: "Nós Somos" o Novo Poder

com Alice Hudson Braga

A visita irá propor uma imersão às obras de Maxwell Alexandre, dialogando com a música, elemento central da cultura afro-diaspórica. A proposta é conectar a estética presente nas obras de Maxwell com a expressão musical de artistas que abordam temas relacionados à autoestima e estética negra.

Alice integra a equipe educativa da exposição *Novo Poder: passabilidade*, do artista Maxwell Alexandre.

13/7

sábado, 16h às 17h30

onde  
Mezanino I (6º andar)

público  
a partir de 14 anos

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

novo poder: passabilidade → oficina

# A Cor das Cores

com Nanju dos Santos

Tendo como ponto de partida e referência as obras do artista Maxwell Alexandre, os(as) participantes da oficina produzirão suas próprias cores a partir de misturas de tintas que compõem a paleta adotada pelo artista, usando o papel pardo como suporte à pintura além do uso de máscaras estêncil.

**Nanju integra a equipe educativa da exposição *Novo Poder: passabilidade*, do artista Maxwell Alexandre.**

20/7

sábado, 14h às 15h30

---

onde

Mezanino I (6º andar)

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

---

grátis

novo poder: passabilidade → visita mediada

# Descolonizando o Olhar: Ato de se Ver e se Amar

com Mirian Almeida

Em comemoração ao Dia Internacional da Mulher Negra Latina e Caribenha, a visita tem como objetivo concentrar o olhar nas personagens femininas da exposição *Novo Poder: passabilidade*, estabelecendo uma interlocução entre Maxwell Alexandre, Harmonia Rosales e bell hooks, reverenciando a autoestima e empoderamento da mulher negra.

**Mirian integra a equipe educativa da exposição *Novo Poder: passabilidade*, do artista Maxwell Alexandre.**

25/7

quinta, 19h30 às 21h

---

onde

Mezanino I (6º andar)

---

público

a partir de 14 anos

---

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

---

grátis



novo poder: passabilidade → visita mediada

## Periféricas Maneiras de Vestir

com **Angela Bastos**

Em diálogo com a temática de moda presente na exposição, esta visita pretende desenvolver com o público discussões em torno do vestir nas diversas quebradas do RJ e de SP. A partir disso, a intenção é entender como as estéticas faveladas influenciam o universo da moda hegemônica hoje em dia.

**Angela** integra a equipe educativa da exposição *Novo Poder: passabilidade*, do artista Maxwell Alexandre.

28/7

domingo, 16h às 17h30

onde

Mezanino I (6º andar)

público

a partir de 14 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

novo poder: passabilidade → visita mediada

## Fabulação e Ostentação: Narrativas do Desejo

com **Iberê Terra Oliveira**

A visita irá propor uma abordagem da produção de Maxwell Alexandre a partir de narrativas presentes no rap brasileiro. Como a afro fabulação se relaciona com a estética da ostentação em relação às reivindicações de direitos básicos a desejos afetuosos? Da transmutação de leituras individuais aos sonhos coletivos.

**Iberê** integra a equipe educativa da exposição *Novo Poder: passabilidade*, do artista Maxwell Alexandre.

27/7

sábado, 16h às 17h30

onde

Mezanino I (6º andar)

público

a partir de 14 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis



esporte  
e atividade  
física

aula aberta

# Movimento Consciente

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



Divulgação

Práticas que integram corpo e mente e trabalham a expressão corporal. Estimulam a percepção corporal e promovem o autocuidado e o movimento consciente.

2-30/7

terças e quintas,  
11h às 11h50  
(exceto 9/7)

---

onde

Corpo I (10º andar)

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis

vivência

## Ludoteca Móvel

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

Empréstimo de jogos de tabuleiro, jogos de carta, jogos de raciocínio de uma maneira geral para serem jogados e devolvidos no mesmo dia. A cada semana uma temática de jogos para ser explorada e conhecida.

2-31/7

terças a sábados,  
11h às 13h  
(exceto 20/7)

---

onde

Térreo

---

público

todas as idades

---

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis

aula aberta

## Baile Nostalgia

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

Inspirada nos bailes nostalgia, eventos tradicionais em São Paulo, a proposta é relembrar os *passinhos* de sucesso nos anos 1970 e 1980, ao som da *black music*, *soul*, balanços, discoteca e samba rock.

2-30/7

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

---

onde

Corpo I (10º andar)

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

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.

3/7

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.

6-27/7

sábados, 8h às 11h

onde

ponto de encontro:  
entrada do Sesc

público

a partir de 16 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

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.

2–30/7

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

# Introdução às Posturas Invertidas

com **Roberto Lindqquer**

Vivência, experimentação e aperfeiçoamento das posturas invertidas, muito utilizadas nas práticas do yoga, pilates, atividades circenses, ginásticas rítmicas e artística.

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

2–30/7

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

vivência

# Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Parkour

com Tracer Parkour

Esporte criado na França, desenvolvido para que as pessoas possam ultrapassar de forma rápida, eficiente e segura qualquer obstáculo, usando somente capacidades e habilidades do corpo humano. Com obstáculos e orientações os(as) participantes poderão nessa recreação, se desafiar e experimentar diferentes formas de se deslocar e movimentar.

6, 7 e 9/7  
sábado, domingo e  
feriado, 10h às 16h

onde  
Bulevar (ao lado  
do Sesc)

público  
a partir de 6 anos

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

aula aberta

# Yoga

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

Práticas que integram corpo e mente e trabalham a expressão corporal. Estimulam a percepção corporal e promovem o autocuidado e o movimento consciente.

6-28/7  
sábados domingos e  
feriado, 10h10 às 11h

onde  
Corpo I (10º andar)

público  
a partir de 12 anos

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

aula aberta

# Primeiras Pedaladas - Clube do Pedal

com a equipe do Pedal Cultural SP

Atividade voltada para quem pretende iniciar no fascinante mundo das duas rodas. Com o auxílio da equipe de educadores, cada participante receberá orientações preciosas para a prática, na qual é possível finalizar a atividade realizando suas primeiras pedaladas de forma autônoma e adquirir uma nova paixão, a bicicleta.

21/7

domingo,  
10h30 às 15h30

---

onde

Bulevar (ao lado  
do Sesc)

---

público

a partir de 3 anos

---

ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

grátis

aula aberta

# Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Ginástica Artística

A ginástica artística é uma das muitas modalidades de ginástica. Ela exige força, flexibilidade, coordenação motora e equilíbrio. Vivência recreativa na qual o público poderá experimentar diferentes aparelhos, movimentos e figuras acrobáticas da modalidade.

20-25/7

sábado e domingo,  
10h às 16h  
terça a quinta,  
10h às 17h

---

onde

Bulevar (ao lado  
do Sesc)

---

público

a partir de 6 anos

---

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis



aula aberta

## Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Badminton

Modalidade da família dos jogos de rebater, o qual é jogado com raquetes e uma peteca (volante). Pode ser disputado em jogos de simples ou de duplas. Recreação esportiva de uma das modalidades mais rápidas que tem para aprender de forma lúdica.

13–18/7  
sábado e domingo,  
10h às 16h  
terça a quinta,  
10h às 17h

---

onde  
Bulevar (ao lado  
do Sesc)

---

público  
a partir de 6 anos

---

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis

vivência

## Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Escalada

O *boulder* é uma modalidade de escalada, ela é praticada em pequenas formações ou paredes artificiais, não conta com o uso do material tradicional como cordas, mosquetões e cadeirinhas. Recreação esportiva para as pessoas experimentarem em uma parede artificial movimentos e capacidades que esse tipo de escalada exige.

27/7  
sábado, 10h às 16h

---

onde  
Bulevar (ao lado  
do Sesc)

---

público  
a partir de 6 anos

---

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis



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.

18/7

quinta, 14h às 18h

onde

Mirante / Terraço  
(17º andar)

público

todas as idades

ingressos

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

grátis

tem ciência sim! → encontro

# Plantão: Pergunte a um(a) Cientista

com **Via Saber**

O projeto promove encontros entre membros da Academia e o público não-especializado, colocando-os frente a frente para conversar sobre temas de ciências. A atividade é em comemoração ao Dia Nacional da Ciência, que acontece em 8/7. A ação propõe sensibilizar o público para a importância do conhecimento científico e a valorização à pesquisa.

O **Via Saber** é um projeto de divulgação científica, formado por entusiastas das mais diversas áreas, com o objetivo de aproximar a comunidade científica da sociedade.

28/7

domingo, 11h às 16h

onde

Avenida Paulista  
(em frente ao Sesc)

público

todas as idades

inscrições

acesso livre, sujeito  
à lotação do espaço

grátis

## festA!

Festival composto por cursos, oficinas, ateliês para a família, bate-papos, palestras, vivências e demonstrações artísticas de artes visuais e tecnologias.

# tecnologias e artes

festA! - festival de aprender 2024 → oficina

# Sashiko: O Milenar Bordado Japonês

com Marta Matui



Oficina de introdução ao *sashiko*, técnica japonesa de bordado, que tem suas origens no reparo de roupas, abordando história, teoria e prática ao longo da atividade.

**Marta** é entusiasta e praticante do *Visible Mending*. Após se aposentar como diretora de arte em publicidade, passou a se dedicar à arte têxtil. Marta utiliza todas as técnicas de bordado, costura manual, tear e crochê que estiverem ao seu alcance para remendar roupas.

7/7

domingo,  
10h30 às 13h30

---

onde

Lab 2 (4º andar)

---

público

a partir de 10 anos

---

ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

grátis

festA! - festival de aprender 2024 → oficina

# Tramas e Impressão 3D

com Alice Jardim e educadores(as) de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista

Nesta atividade as pessoas poderão acessar e conhecer mais sobre a fabricação digital e impressão 3D em FDM. As peças desenvolvidas terão como tema as tramas possíveis, seja pela própria construção do projeto 3D ou pela impressão feita em tecidos com trama mais abertas, explorando as diferentes possibilidades criativas que esta técnica pode ter.

**Alice é designer multimídia, arte-educadora, além de desenvolver pesquisas e trabalhos autorais no campo das artes visuais. É graduada em arquitetura e urbanismo e tem especialização em cinema, vídeo e fotografia: criação em multimeios.**

6, 7 e 9/7  
sábado, domingo  
e feriado,  
10h30 às 13h30

---

onde  
Lab 1 (4º andar)

---

público  
a partir de 10 anos

---

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

---

grátis

festA! - festival de aprender 2024 → oficina

# Trançadeiras: Oficina de Penteados

com Diva Green

A atividade aborda, em linhas históricas, um panorama sobre a arte de trançar, buscando identificar os caminhos seguidos pelas trançadeiras até os dias de hoje. Além da parte teórica, a atividade terá também uma prática de trançar.

**Diva é artista capilar, empresária CEO na Orí Afrofuturo, pesquisadora de moda, cabelos e ancestralidades.**

6/7  
sábado, 10h30 às 12h30

---

onde  
Lab 2 (4º andar)

---

público  
a partir de 14 anos

---

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

---

grátis

festA! – festival de aprender 2024 → oficina

# Estamparia Manual e Técnicas Mistas

com **Maurício Duarte**

A atividade irá propor uma prática de estamparia manual, voltada para processos criativos da moda e de criação de coleção. Os experimentos serão feitos sobre uma ecobag e utilizarão xilogravuras, estênceis e carimbos.

**Maurício** é estilista. Indígena do povo Kaixana, desenvolve sua marca homônima desde 2013. Em 2022, estreou com uma coleção na São Paulo Fashion Week, sendo o primeiro estilista do Amazonas a integrar o *line-up* oficial do evento.

9/7

terça, 10h30 às 12h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos antes, no local

grátis

Acervo Maurício Duarte



festA! - festival de aprender 2024 → encontro

# Mostra de Tramas Ancestrais

com Diva Green, Marta Matui  
e Mauricio Duarte

A atividade convida três artistas de diferentes formações para mostrar como a trama pode ser o ponto de partida para produzir trabalhos artísticos com diferentes naturezas, materiais, técnicas, ferramentas e expressões poéticas, mesclando referências ancestrais e contemporâneas em diferentes trabalhos.

6, 7 e 9/7

sábado, domingo e  
feriado, 15h às 18h

---

onde

Lab 2 (4º andar)

---

público

todas as idades

---

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis

oficina

# Flutuando com Fios

com Daniel Seda

Por meio de alguns exercícios usando a técnica conhecida como tensegridade, o público criará alguns tipos de esculturas que parecem flutuar. A criação dessas esculturas são um exercício prático para compreender como equilibrar a força da gravidade com a tensão gerada por fios.

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

10 e 11/7

quarta e quinta,  
19h30 às 21h30

---

onde

Lab 1 (4º andar)

---

público

a partir de 14 anos

---

ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

grátis



curso

## Sashiko na Prática

com Marta Matui

Curso dedicado à prática do *sashiko*, técnica de bordado de reparo que surgiu no Japão rural e que hoje é empregada tanto para consertar roupas quanto criar detalhes estéticos característicos nelas.

16–30/7

terças, 19h30 às 21h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

inscrições

online, às 14h

25/6 (Credencial Plena)

28/6 (público em geral)

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

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

curso

## Ilustrações em Feltragem

com Anita Cavaleiro e Jéssica Rampim

O curso introduzirá a técnica de feltragem plana em tecido. A partir de pequenos desenhos de animais, cada aluno(a) criará seu próprio quadro, utilizando lã e agulhas de feltragem.

**Anita** é educadora, ilustradora e pesquisadora nas áreas de narrativas visuais, artes gráficas, jogos e fabricação digital.

**Jéssica** é educadora, designer e artesã. Ambas integram a equipe de educadores(as) de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista.

17–31/7

quartas, 10h30 às 12h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

inscrições

online, às 14h

25/6 (Credencial Plena)

28/6 (público em geral)

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

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

curso

# Tramado Geométrico: Do Tingimento ao Tear

com Julio de Paiva



Acervo Julio de Paiva

Curso que aborda todas as etapas envolvidas na criação de um tramado geométrico: a produção de um tear, a produção da peça têxtil em si e o tingimento da peça com corantes naturais.

**Julio é artesão e artista têxtil. Encontrou na materialidade dos fios o meio para sua expressão. Em diversos suportes, cria obras que celebram as suas raízes brasileiras e nordestinas. Arquiteto de formação, transporta as geometrias, cores e percepções da arquitetura para a sua arte.**

**16–19/7**

terça a sexta,  
19h30 às 21h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 10 anos

inscrições

online, às 14h  
25/6 (Credencial Plena)  
28/6 (público em geral)  
[centralrelacionamento.  
sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

oficina

## Recicleta Apresenta: Artes Têxteis

com educadores(as) de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista

Atividade de introdução a duas técnicas têxteis, a tecelagem e o bordado japonês, utilizando como ferramentas de auxílio um mini-tear e um gabarito de bordado criados com impressão 3D e plástico reciclado.

13/7–4/8  
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

## O Corpo Tece: Das Tramas Ancestrais às Tramas Contemporâneas

com Alexandre Heberte

Conjunto de oficinas que, a partir de quatro temáticas diferentes, mostram a diversidade de recortes da arte têxtil na América Latina. Cronograma das temáticas:

- 23/7 Trama coletiva de mesa
- 24/7 Renda Cariri no Tear de Papelão
- 25/7 História da Tecelagem na América Latina
- 26/7 Tecido humano e fala do Corpo-tecelão

Alexandre é artista, professor e tecelão-performer. Trabalha sobre registros e memórias do Juazeiro do Norte e técnicas de tecelagem manual na construção objetos têxteis.

23–26/7  
terça a sexta,  
19h30 às 21h30

onde  
Lab 2 (4º andar)

público  
a partir de 14 anos

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

grátis

demonstração

# O Corpo Tecelão

com Alexandre Heberte

Com uma proposta de unir a tecelagem, a performance e as artes do corpo em um único fazer artístico, o artista propõe duas performances que trabalham essa perspectiva de maneiras diferentes.

## 23 e 24/7 O corpo-tecelão borda o seu manto

Durante três horas, sentado num banco, o artista borda seu próprio manto, conversando com quem lhe dá atenção. A performance propõe o exercício do bordado juntos e da prosa têxtil poética, durante o exercício da tecitura.

## 25 e 26/7 O corpo-tecelão e a trama experimental no espaço

O artista convida o público tecer em performance em suportes alternativos (arara, parede, entre colunas), em uma ação coletiva que se propõe a pensar a prática da tecitura e os locais aonde ela pode acontecer.

23–26/7

terça a sexta,  
14h30 às 16h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

oficina

# Ateliê Aberto: Tramas e Impressão 3D

com Alice Jardim e educadores(as)  
de tecnologias e artes do Sesc  
Avenida Paulista

Espaço dedicado à introdução e experimentação da impressão tridimensional. Os(as) participantes conhecerão mais sobre o universo da fabricação digital e experimentarão as combinações possíveis para criação de tramas.

11/7–1/8

quintas, 10h30 às 12h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 10 anos

ingressos

30 minutos  
antes, no local

grátis

curso

# Criação de Tapeçaria Bordada

com Sarah Lopes

Com a técnica da tapeçaria bordada, cada participante irá produzir uma peça artística para uma intervenção têxtil. A proposta é criar uma peça pessoal e reflexiva, usando os pontos e as possibilidades do têxtil para explorar a ancestralidade e as conexões culturais.

**Sarah** é artista têxtil, formada em design de moda e tecelagem industrial, trabalhou com confecção de roupas. Atua como professora de tecelagem manual, com teares tradicionais (pente e liço) e teares alternativos, tapeçaria, bordado e outras técnicas do manual, e realiza intervenções têxteis urbanas.

16/7-6/8

terças, 10h30 às 13h

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

inscrições

online, às 14h

25/6 (Credencial Plena)

28/6 (público em geral)

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

Acervo Sarah Lopes



oficina

# Amarrações e Dobras: Formas Seculares de Vestimenta

com Warner Junior e Danilo Matias

A atividade se inspira na tradição de trajes étnicos ancestrais adequando-os às necessidades do clima tropical e à diversidades dos corpos.

**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.

**Warner** é formado em artes visuais e técnico em desenho de moda. É professor de arte, arte educador, figurinista, performer e pesquisador do corpo na produção do espaço.

18/7-1/8

quintas, 19h30 às 21h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos

antes, no local

grátis

oficina

# Tramado Geométrico em Dois Passos

com Julio de Paiva

Em atividade bastante interativa, os(as) participantes aprenderão a fazer um pequeno tear com a técnica do tramado geométrico em bastidor circular, em um processo que envolve apenas dois passos. O objetivo é dar foco na experimentação e aprendizagem prática com a técnica.

16-19/7

terça a sexta,  
14h30 às 16h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 7 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

demonstração

## Processo Aberto: Takezaiku (Trançado em Bambu)

com Igor Hatanda

Atividade aberta que apresenta todos os processos de produção da técnica japonesa *takezaiku*. Ela consiste em extrair a casca externa do bambu e trançá-la de forma a criar padrões diversos, possibilitando a sua transformação tanto em objetos utilitários como em obras de arte.

**Igor é artista e bacharel em desenho industrial. Natural de Ivoti (RS), é pioneiro na criação de trabalhos com takezaiku no Brasil. Suas obras têm como características mais marcantes a disciplina e a simetria na transformação do bambu em objeto.**

30/7-2/8

terça a sexta,  
14h30 às 16h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 7 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

curso

## Fundamentos do Takezaiku

com Igor Hatanda

Curso de introdução ao *takezaiku*. Serão apresentados os fundamentos e a base prática do *takezaiku*, bem como as ferramentas utilizadas, os processos de tratamento do bambu e as técnicas básicas para trançar o bambu tratado.

30/7-2/8

terça a sexta,  
19h30 às 21h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

inscrições

online, às 14h  
25/6 (Credencial Plena)  
28/6 (público em geral)  
centralrelacionamento.  
[sescsp.org.br](http://sescsp.org.br)

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9



turismo



oba! férias! → passeio

# A História da Vida e da Terra

com Luis Eduardo Anelli e Raquel Romão (Geoviver)

Cecília Bastos



Visita ao Museu de Zoologia da USP, acompanhado por especialista. A visita contemplará parte do acervo, em especial os itens relacionados à megafauna brasileira (Preguiça Gigante e Tigre Dente de Sabre) e esqueletos de dinossauros.

**Luiz** é paleontólogo, escritor, professor livre docente do Instituto de Geociência da Universidade de São Paulo, atual diretor da Estação Ciência da USP.

**Raquel** é geocientista e educadora ambiental. Coordena e elabora atividades educativas, roteiros geoturísticos, cursos e palestras na rede Geoviver.

\*Grátis para crianças até 12 anos.

27/7

sábado, 9h30 às 14h

onde

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

público

a partir de 8 anos

inscrições\*

5/6, 14h, [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) ou Central de Relacionamento (2º andar).

Confirmação e pagamento até 25/6 (vagas remanescentes: a partir de 10/7)

■ R\$ 60

● R\$ 40

uma paulista, diferentes vistas → passeio

# Histórias Não Contadas da Cidade

com André Bispo e Ana Paula Portes

O trajeto a pé explorará 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. Inclui uma visita ao mirante do Sesc.

**André** é graduado em filosofia, com extensão em museologia e patrimônio. Atua como educador-artista na área de educação em museus e instituições culturais.

**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 Relacionamento (2º andar)

público

todas as idades

inscrições

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

grátis



Alisson Sbrana

uma paulista, diferentes vistas → passeio

# Conhecendo as Áreas Verdes na Cidade e na Avenida

com Rafael Anzai e Robson Barboza



Domicke

O roteiro apresentará aspectos da natureza urbana e as especificidades das áreas verdes da Avenida Paulista. Passará por espaços como o Mirante da unidade, jardim da Casa das Rosas, vão livre do Masp e parque Trianon. Inclui uma visita ao mirante do Sesc.

**Rafael** é biólogo, tem experiência com educação não-formal e ambiental.

**Robson** é guia de turismo com experiência em ecoturismo e educação ambiental.

21/7

domingo, 10h às 14h

onde

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

público

todas as idades

inscrições

5/7, 14h, em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) e  
na Central de Relacio-  
namento (2º andar)  
(lista de espera: 12/7)

grátis

uma paulista, diferentes vistas → passeio

# Artes, Registros e Memórias na Avenida

com Melissa Rudalov e Priscila Lopes



Clarissa Sá

O trajeto a pé trará aspectos relacionados às artes visuais e à literatura para apresentar características da Avenida Paulista. Observação e registro da paisagem por meio de desenhos, arquitetura e a leitura de trechos de escritores são pontos de partida para a apreciação da Avenida e alguns dos seus pontos icônicos como a Casa das Rosas, Masp, dentre outros. Inclui uma visita ao mirante do Sesc.

**Melissa é ilustradora e educadora.**

**Atuou na mediação e supervisão de exposições.**

**Priscila é guia de turismo, educadora em espaços culturais e licenciada em letras.**

**4/8**

**domingo, 10h às 14h**

**onde**

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

**público**

**todas as idades**

**inscrições**

**19/7, 14h, em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) e  
na Central de Relacio-  
namento (2º andar)  
(lista de espera: 26/7)**

**grátis**

uma paulista, diferentes vistas → passeio

# Patrimônios da Memória: Histórias de Mulheres e da Cidade

com Marina Gouveia e Priscila Lopes



Pxfuel

O roteiro feito a pé traçará um panorama histórico e afetivo da avenida através das memórias da presença ou ausência de mulheres nesse espaço. A partir da visão de pontos altos e estratégicos - como o Mirante do Sesc e o vão livre do Masp - o passeio irá propor conhecer os patrimônios tangíveis e intangíveis da cidade. Inclui uma visita ao mirante do Sesc.

**Marina** é bacharel em lazer e turismo, técnica e mestranda em museologia.

11/8

domingo, 10h às 14h

onde

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

público

todas as idades

inscrições

26/7, 14h, em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) e  
na Central de Relacio-  
namento (2º andar)  
(lista de espera: 2/8)

grátis

The background features a complex, abstract geometric pattern composed of various shapes like triangles, squares, and hexagons, creating a sense of depth and movement. The color palette is a range of purples and blues, from light lavender to deep, dark indigo. The pattern is dense and covers the entire page.

crianças

# Arraial Surreal: Oficina de Máscaras

com Sergio Cordeiro e Juliana Moore

Criação de máscaras e personagens surreais inspirados na fauna, flora, cultura popular e repertório inventivo de cada pessoa. Serão utilizados papelão, materiais recicláveis e orgânicos.

**Sergio** artista de rua e arte educador, radicado em Cunha. Desde 2018, desenvolve a arte de rua na cidade e com a CUÁS, seu Ateliê-Escola Livre de Arte e Cultura.

**Juliana** é formada em design gráfico e tem pós-graduação em design de tipografias pela. Atualmente, é artista residente e arte educadora na Cuás Ateliê Escola de Artes.

23–28/7

terça a domingo,  
14h30 às 16h30

---

onde

Estúdio (4º andar)

---

público

a partir de 10 anos

---

ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

grátis

Divulgação



bate-papo

# Música para Criança?

## Bate-papo com Banda Mirim

com a **Banda Mirim**  
mediação: **Charles Roberto**

Bate-papo em que a Banda Mirim contará ao público a história da banda, as referências musicais e estéticas, a relação com as crianças e as especificidades de trabalhar e criar para essa faixa etária.

A **Banda Mirim** é um grupo de artistas e criadores radicado em São Paulo, que combina em seus espetáculos música e teatro.

**Charles** é educador de atividades infantojuvenis do Sesc Avenida Paulista.

4/7

quinta, 19h às 20h30

onde

Crianças (3º andar)

público

todas as idades

ingressos

30 minutos

antes, no local

grátis

meio ambiente → oficina

## Festa Percussiva

com **Afonsinho Menino**

A proposta integra os saberes da construção de instrumentos de percussão e de ritmos brasileiros a partir de materiais recicláveis, envolvendo crianças e adultos, sem necessidade de experiência musical anterior. Os participantes aprenderão de forma simples a confecção dos instrumentos.

**Afonsinho** é mestre percussionista, mestre artesão de instrumentos de percussão, educador e pesquisador.

9–11/7

terça a quinta,

14h30 às 15h30,

16h às 17h e

17h30 às 18h30

onde

Térreo

público

a partir de 8 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis



meio ambiente → vivência

# Instalação Sonora Interativa

com Reciclaí

Espaço para a vivência sonora e sensorial, em que o público terá acesso livre e espontâneo a diversos instrumentos musicais feitos com recicláveis, entre eles instrumentos de fácil acesso e reprodução, e outros bastante elaborados e curiosos.

**Reciclaí é um projeto de musicalização e educação ambiental, comandado pelo músico Ari Pereira.**

2–4/7

terça a quinta,  
15h às 18h

onde

Térreo

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

grátis

tecnologias e artes → oficina

# Tramas Elétricas: Brincadeiras com Eletrônica Básica para Famílias

com Alexandre Villares e Maraiza Adami

A atividade irá propor pequenos experimentos com eletrônica, para mostrar como a eletricidade chega de um ponto a outro num circuito e o que pode ser feito para alterar este caminho. Serão utilizados materiais básicos de eletrônica e materiais como Arduino, LED, *makey-makey*, potenciômetros e outros para fazer experimentos com os circuitos.

**Alexandre e Maraiza integram a equipe de educadores(as) 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.**

10, 30, 31/7, 6 e 7/8

terças e quartas,  
14h30 às 16h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

7 a 12 anos

ingressos

30 minutos  
antes, no local

grátis

novo poder: passabilidade → oficina

# Passabilidade e Possibilidades

com Emili Senra e Natii Nascimento

Em conexão com o tema da representação e autorretrato presentes na exposição, esta oficina tem como finalidade explorar o imaginário das crianças a partir das obras de Maxwell Alexandre. Os(as) participantes serão estimulados a propor títulos, histórias e desenhos que dialoguem com as representações que o artista propõe.

**Emili e Natii integram a equipe educativa da exposição *Novo Poder: passabilidade*, do artista Maxwell Alexandre.**

6 e 14/7

sábado e domingo,  
14h às 15h30

---

onde

Mezanino I (6º andar)

---

público

a partir de 7 anos

---

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

novo poder: passabilidade → vivência

# Com que Roupas!?

com Natii Nascimento

Papel é a materialidade base apresentada na exposição *Novo Poder: passabilidade*, de Maxwell Alexandre. A partir desse material, esta oficina irá propor a construção de diferentes looks para bonecas pretas de papel.

12 e 21/7

sexta e domingo,  
14h às 15h30

---

onde

Mezanino I (6º andar)

---

público

a partir de 7 anos

---

acesso

livre, sujeito à lotação  
do espaço

---

grátis

intervenção

## Ocupação Mia Gato

com a Cia. Mia Gato

Serão propostas atividades que permitam o brincar coletivo, como roda de cantigas, circuito Cia. Mia Gato, brincadeiras de roda, quebra-cabeça e gincanas recreativas. Aos finais de semana, apresentações de trabalhos do repertório do grupo desenvolvidos especificamente para a primeira infância.

**A Cia. Mia Gato tem foco em intervenções artísticas e mediação do brincar.**

2/7-4/8

terça a domingo,  
13h30 às 15h30  
e 16h às 18h

onde

Crianças (3º andar)

público

até 6 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

vivência

## Meditação para Crianças: Movimentos Animais

com Evelyn Stephano

Com movimentos inspirados nos animais e na natureza, esta meditação ajuda a desenvolver e trabalhar a concentração e a atenção plena em si e nas próprias emoções, estimulando a autopercepção e a autorregulação das emoções e do corpo, contribuindo para diminuição de ansiedade.

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

18-26/7

quintas e sextas,  
14h às 15h

onde

Corpo I (10º andar)

público

6 a 10 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

tecnologias e artes → oficina

# Tramáveis

com Jucélia da Silva

A atividade irá propor uma prática de tecer manual coletivo, contribuindo para criar uma obra têxtil feita de diversos fios entrelaçados, em técnica mista e livre, por todas as pessoas que participarem da atividade. Ao longo dos encontros, os(as) participantes e demais visitantes poderão acompanhar o crescimento do tecido único feito por todos(as).

**Jucélia** é graduada em artes visuais e em estudos artísticos. Atualmente, é mestranda em poéticas de atuação em artes, transita por linguagens como o desenho, a performance e variadas técnicas têxteis.

16–24/7

terças e quintas,  
14h às 16h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 7 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis



Jucélia da Silva

# Observando a Natureza: Criação de Seres Imaginários

com Tânia Gomes Mendonça e Rafa Muniz



Tânia

As famílias serão convidadas a construir personagens e seres imaginários a partir de elementos naturais, como sementes, flores, frutos, galhos e conchas.

**Tânia** é mestra e doutora em história social da arte. É formada em artes visuais e trabalha como ilustradora profissional.

**Rafa** é ator, bonequeiro, contador de histórias, oficinairo e professor. É fundador e integrante do grupo *Morada das Histórias*.

16–21/7  
terça a domingo,  
14h30 às 16h30

onde  
Estúdio (4º andar)

público  
a partir de 7 anos

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

grátis



tecnologias e artes → oficina

# A Banda da Costureira: Construção de Instrumentos Musicais

com coletivo meiofio

Botão saiu da casa e convidou a costureira para fazer um som! Vamos construir instrumentos com o que encontramos no ateliê de costura: pandeiros de bastidor de bordado, chocalhos de carretel de linha, tambores com agulhas e fitas métricas.

O **meiofio** é um ateliê e coletivo de arte-educação e cenografia têxtil com projetos realizados em mais de 30 cidades. Atuantes no movimento Yarn Bombing e narrativas tecidas, desde 2015 convidam os(as) participantes dos encontros e oficinas a repensarem os espaços, relações de pertencimento e saberes tradicionais por meio do fazer e tecer manual.

13/7-4/8  
sábados e domingos,  
14h às 15h30  
e 16h às 17h30

---

onde  
Lab 2 (4º andar)

---

público  
7 a 12 anos

---

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

---

grátis



jovens



livros do vestibular → encontro

# inUtilidade Pública: Os Ratos e A Vida Não é Útil

com Camilla Dias e Marcelo Antunes

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 *Os Ratos*, de Dionélio Machado e *A Vida Não é Útil*, de Ailton Krenak.

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

**Marcelo** é editor do selo literário *Borboleta Azul* e da *Revista Agagê80*. Tem textos publicados e livros, entre eles, *VIVAVACA -2017, SP: Sem Patuá, Outros Cortes e Os Dias Trabalhados*.

20/7

sábado, 14h às 15h30

onde

Térreo

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis



Divulgação/ Marcelo Antunes



**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  
e feriado

# 6, 7 e 9/7

## sábado

---

### 8h Clube da Caminhada

página 19 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h–16h Parkour

p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h10–11h Yoga

p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h30 Tramas e Impressão 3D

p. 28 • ingressos 30 min antes

---

### 10h30 Oficina de Penteados

p. 28 • ingressos 30 min antes

---

### 11h Técnicas Têxteis e Cantos de Trabalho

p. 9 • ingressos 30 min antes

---

### 11h–13h Ludoteca Móvel

p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h–14h50 Baile Nostalgia

p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h–15h30 Passabilidade e Possibilidades

p. 48 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h30–16h30 Rendar e Cantar

p. 10 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 15h Mostra de Tramas Ancestrais

p. 30 • acesso livre, sujeito à lotação

---

## domingo

---

### 10h–16h Parkour

página 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h10–11h Yoga

p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h30 Tramas e Impressão 3D

p. 28 • ingressos 30 min antes

### 10h30 O Milenar Bordado Japonês

p. 27 • ingressos 30 min antes

---

### 11h–13h Técnicas Têxteis e Cantos de Trabalho

p. 9 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h30–16h30 Rendar e Cantar

p. 10 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 15h Mostra de Tramas Ancestrais

p. 30 • acesso livre, sujeito à lotação

---

## terça

---

### 10h–16h Parkour

página 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h10–11h Yoga

p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 10h30 Tramas e Impressão 3D

p. 28 • ingressos 30 min antes

---

### 10h30 Estamparia Manual

p. 29 • ingressos 30 min antes

---

### 11h–13h Ludoteca Móvel

p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 11h Experimentos Têxteis com Fibra de Buriti

p. 10 • ingressos 30 min antes

---

### 14h–12h50 Baile Nostalgia

p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h30–16h30 Buriti, a Árvore da Vida e suas Possibilidades Têxteis

p. 11 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 14h30, 16h e 17h30 Festa Percursiva

p. 47 • acesso livre, sujeito à lotação

---

### 15h Mostra de Tramas Ancestrais

p. 30 • acesso livre, sujeito à lotação

fim de semana e feriado

# 13-14/7

## sábado

---

**8h Clube da Caminhada**

página 19 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h-16h Badminton**

p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h10 Yoga**

p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h RecicLETA Apresenta:  
Artes Têxteis**

p. 33 • ingressos 30 min antes

---

**11h Traçando Carnaúba:  
Criando Chapéus com as  
Mulheres de Cariré**

p. 12 • ingressos 30 min antes

---

**11h Ludoteca Móvel**

p. 20 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h Baile Nostalgia**

p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h e 16h Construção de  
Instrumentos Musicais**

p. 53 • ingressos 30 min antes

---

**14h30-16h30 Traçados de  
Carnaúba com as Mulheres  
de Cariré**

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**16h Mediação do Sensível:  
"Nós Somos" o Novo Poder**

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação

---

## domingo

---

**10h-16h Badminton**

página 23 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h10 Yoga**

p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h RecicLETA Apresenta:  
Artes Têxteis**

p. 33 • ingressos 30 min antes

---

**11h Traçando Carnaúba:  
Criando Chapéus com as  
Mulheres de Cariré**

p. 12 • ingressos 30 min antes

---

**14h-15h30 Passabilidade  
e Possibilidades**

p. 48 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h e 16h Construção de  
Instrumentos Musicais**

p. 53 • ingressos 30 min antes

---

**14h30-16h30 Traçados de  
Carnaúba com as Mulheres  
de Cariré**

p. 13 • acesso livre, sujeito à lotação



RecicLETA

20–21/7

**sábado**

**8h Clube da Caminhada**  
página 19 • acesso livre, sujeito à lotação

**10h–16h Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Ginástica Artística**  
p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

**10h10 Yoga**  
p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h RecicLETA Apresenta: Artes Têxteis**  
p. 33 • ingressos 30 min antes

**14h A Cor das Cores**  
p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h e 16h Construção de Instrumentos Musicais**  
p. 53 • ingressos 30 min antes

**14h inUtilidade Pública: Os Ratos e A Vida Não é Útil**  
p. 55 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h Baile Nostalgia**  
p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h30 Observando a Natureza: Criação de Seres Imaginários**  
p. 51 • ingressos 30 min antes

**domingo**

**10h–16h Ginástica Artística**  
página 22 • acesso livre, sujeito à lotação

**10h10 Yoga**  
p. 21 • acesso livre, sujeito à lotação

**10h30–15h30 Primeiras Pedaladas - Clube do Pedal**  
p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h RecicLETA Apresenta: Artes Têxteis**  
p. 33 • ingressos 30 min antes

**14h Com que Roupa!?**  
p. 48 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h e 16h Construção de Instrumentos Musicais**  
p. 53 • ingressos 30 min antes

**14h30 Observando a Natureza: Criação de Seres Imaginários**  
p. 51 • ingressos 30 min antes



fim de semana e feriado

# 27–28/7

## sábado

---

**8h Clube da Caminhada**  
página 19 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h–16h Jogos e Brincadeiras Olímpicas: Escalada**  
p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**10h10 Yoga**  
p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h RecicLETA Apresenta: Artes Têxteis**  
p. 33 • ingressos 30 min antes

---

**11h Ludoteca Móvel**  
p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h Baile Nostalgia**  
p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h30–16h30 Arraial Surreal: Oficina de Máscaras**  
p. 45 • ingressos 30 min antes

---

**16h Fabulação e Ostentação: Narrativas do Desejo**  
p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

## domingo

---

**10h10 Yoga**  
página 21 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h RecicLETA Apresenta: Artes Têxteis**  
p. 33 • ingressos 30 min antes

---

**11h Plantão: Pergunte a um(a) Cientista**  
p. 29 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h30–16h30 Arraial Surreal: Oficina de Máscaras**  
p. 45 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**16h Periféricas Maneiras de Vestir**  
p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

Divulgação



Periféricas Maneiras de Vestir



faça sua  
credencial  
sesc



sescsp.  
org.br/  
avpaulista

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

fsc