

# Setembro 2024

**Sesc Guarulhos**

**Guia de Programação**





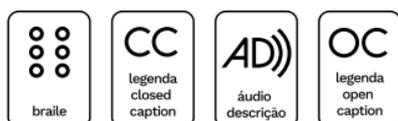
Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

L	AL	livre	14	A14	14 anos
10	A10	10 anos	16	A16	16 anos
12	A12	12 anos	18	A18	18 anos

## Legendas de Acessibilidade



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

## Funcionamento

Terça a sexta: 9h às 21h30.  
Sábados: 9h às 20h.  
Domingo e feriado: 9h às 18h.

## Ingressos

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

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
30/8 a 1/9	20/8	21/8
6 a 8/9	27/8	28/8
13 a 15/9	3/9	4/9
20 a 22/9	10/9	11/9
27 a 29/9	17/9	18/9

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



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

## Preços

- **Credencial Plena:** Trabalhador do comércio de bens, serviços e turismo credenciado no Sesc e dependentes.
- **Meia Entrada:** Aposentado, pessoa com mais de 60 anos, pessoa com deficiência, estudante e servidor de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**

**Capa:** Calistenia - Foto: Freepik

6	<b>Boca, Pra Que Te Quero?</b>
8	<b>Semana Move</b>
13	<b>Shows e Espetáculos</b>
19	<b>Exposição</b>
20	<b>Cursos, Oficinas e Encontros</b>
28	<b>Esporte e Atividade Física</b>
33	<b>Crianças</b>
38	<b>Pessoas Idosas</b>
39	<b>Turismo Social</b>
40	<b>Agenda de Destaques</b>

# Editorial

Setembro chegou! E, com ele, iniciamos a estação das flores, trazendo uma brisa fresca que convida à celebração da cultura, lazer e bem-estar. No Sesc Guarulhos, este mês é um verdadeiro jardim de atividades, refletindo o frescor da estação com uma programação vibrante e diversificada. Vamos explorar juntos esta primavera de possibilidades!

No mundo artístico, destacamos dois eventos imperdíveis. A peça **O Veneno do Teatro**, estrelada por Osmar Prado, explora as complexidades humanas e propõe uma reflexão sobre ética e convenções sociais. Em música, Kiko Zambianchi traz o show **Bem Bacana Demais**, um passeio musical que revive clássicos e novas canções.

No universo esportivo, nossa programação ganha vida e floresce com iniciativas que conectam a prática esportiva à comunidade. O Coletivo Talentos do Capão promove um bate-papo sobre Triathlon, abordando temas como inclusão e desafios



contemporâneos, seguido pelo Fast Triathlon. A **Semana Move** traz o Plogging Walking Zen, uma caminhada que une exercício físico à prática de coleta de resíduos recicláveis.

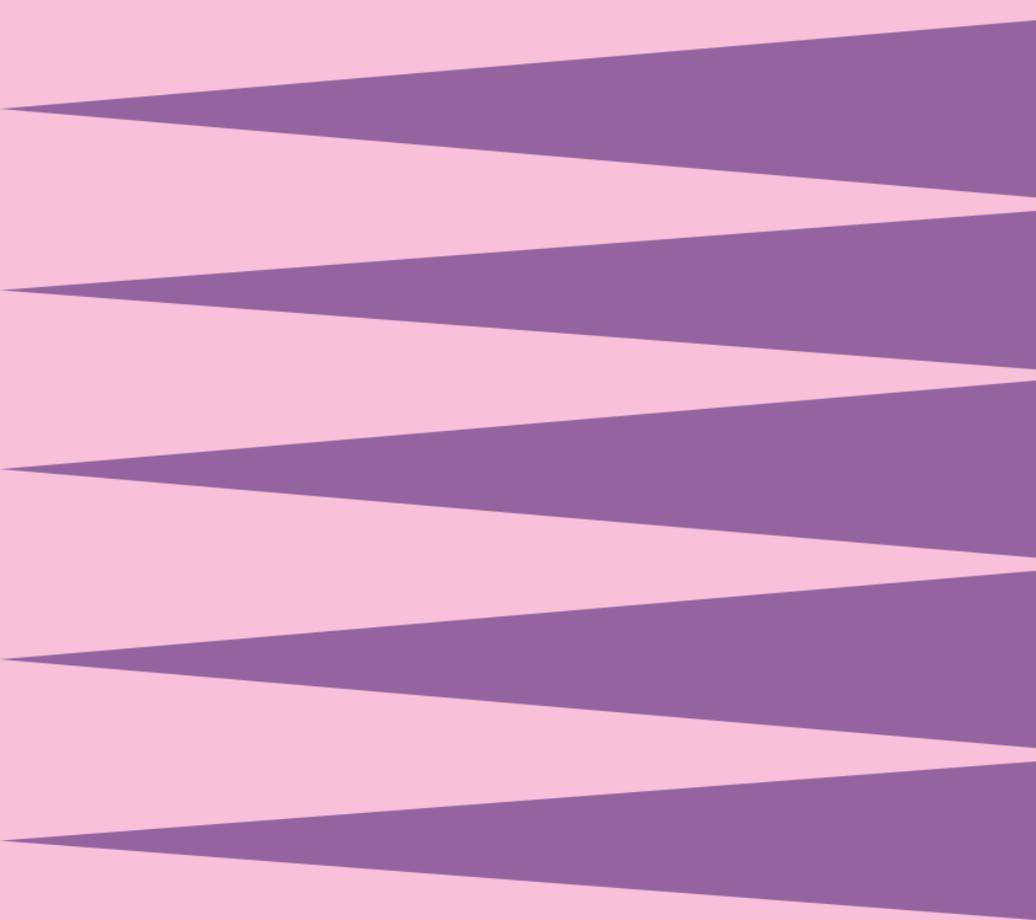
Na órbita do Núcleo Socioeducativo, é o momento de cultivar comunidades e semear a educação. O **Encontro Arte e Primeira Infância** apresenta o Projeto Arteiros! e reúne educadoras (es), artistas e outras pessoas interessadas em discutir a importância da expressão artística desde a primeira infância. Destacamos também a apresentação de **Samba de Roda com Mestres da Bahia** e o grupo **Garoa do Recôncavo**: um verdadeiro jardim de tradições. O Centro de Educação Ambiental (CEA) explora a temática **abelhas** com atividades interativas.

Setembro é um convite à renovação e ao crescimento. Que cada atividade deste guia mensal seja um sopro de frescor e transformação. Junte-se a nós e viva uma primavera cheia de cor e vida!



## Boca, Pra Que Te Quero?

Pegando carona na sabedoria popular dos ditados populares, com uma provocação em forma de questionamento, o projeto propõe discussões sobre saúde bucal e autocuidado para além de dentes, língua e saliva, ou seja, para além do aspecto biológico, considerando as relações humanas e sociais da boca, com a intenção de reconstruir imaginários e sentidos sobre saúde bucal. Muito mais do que um sorriso bonito, dentes brancos e limpos, uma boca saudável é uma boca livre, capaz de realizar seus desejos e devorar o mundo. Boca saudável é a que deseja, que se expressa e que sabe o que quer.



**CIRCO**

Intervenção

**IN.PRESS - A IMPRENSA OFICIOSA DO CIRCO DI SÓLADIES/NEM SÓLADIES**  
**Com Circo di SóLadies/Nem SóLadies**

Palhaces-repórteres irão percorrer espaços da unidade, com breves interações com o público sobre questões relacionadas com higiene bucal, fazendo perguntas, e realizando a *cobertura jornalística* do evento.

**Dia 7. Sábado.**  
**13h às 13h30 e**  
**14h às 14h30.**  
Café do Teatro.  
Grátis.

**SAÚDE**

Intervenção

**SOLTA A VOZ NO GRU - KARAOKÊ**

A equipe de saúde bucal usará a atividade lúdica do karaokê para abordar a saúde bucal para além de limpeza de dentes, língua e prevenção de doenças, mas dando ênfase aos diversos usos que a boca tem como protagonista nas ações de se cuidar e se gostar.

**Dia 7. Sábado.**  
**9h às 13h.**  
Sala 1.  
Grátis.



Show

**QUINTETO NOVOS VENTOS**  
**Com Ensemble Novos Ventos**

Uma experiência de música de câmara única e inovadora. Além da performance cuidadosamente elaborada de cada canção escolhida, os integrantes mostrarão ao público como cada instrumento funciona, quais sons são produzidos e qual o papel da boca e embocadura de cada instrumento na produção desses sons.

**Dia 7. Sábado.**  
**13h às 14h.**  
Praça de Convivência.  
Grátis.



Vivência

**DA BOCA PRA DENTRO, DA BOCA PRA FORA**  
**Com Renata Gelamo e Ritamaria**

A atividade propõe brincadeiras com sons e uso criativo da boca. Inclui experimentos sonoros, contação de histórias com gramelô e canto em diversas línguas. Filtros, cones e amplificadores são utilizados para explorar a voz. O objetivo é desconstruir padrões e ampliar a percepção sobre a boca, promovendo cuidado e diversão.

**Dia 14. Sábado.**  
**14h às 16h.**  
Sala 2 - Curumim.  
Grátis. Entrega de senhas no local, 30 minutos antes.  
7 a 12 anos.

## Semana Move

Campanha que acontece anualmente, em geral em setembro, numa ação integrada entre o Brasil, alguns outros países da América Latina e a Europa, com o intuito de mostrar ao público a importância de praticar esportes e atividades físicas para uma vida mais saudável.

## ESPORTE E ATIVIDADE FÍSICA

Aula aberta

### **PARKOUR**

Atividade que propõe a transposição de obstáculos, usando técnicas e capacidades corporais como saltos, equilíbrio, coordenação motora, entre outros.

**De 1 a 22.**

**Domingos.**

**10h às 11h30.**

Praça de Convivência.

Grátis.

**12**

Aula aberta

### **MOVE ÁGUA - NADANDO SEM MEDO**

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Atividade desenvolvida para ajudar as pessoas que enfrentam o medo de nadar e que buscam superar suas inseguranças aquáticas. Os participantes serão guiados por etapas adaptativas, projetadas para desenvolver não apenas habilidades técnicas na água, mas também uma mentalidade confiante.

**De 7 a 28.**

**Sábados.**

**11h15 às 12h15.**

Piscina Coberta.

Grátis. Necessário possuir Credencial Plena e exame médico.

**12**

Vivência

### **MOVE COMUNIDADE- FUTEBOL FEMININO**

**Com Instituto JB 12, JogaMiga e educadores do Sesc Guarulhos**

Encontros que terão treinos, jogos e celebração do futebol feminino. Jogadoras sociabilizarão e participarão de treinos abertos e partidas de futebol society, no campo da Unidade, e de futebol de campo, no Estádio Oswaldo de Carlos.

**Dia 21.** Quadra Poliesportiva.

**Dia 28.** Estádio Oswaldo de Carlos.

**Sábados.**

**9h às 12h.**

Grátis. Entrega de senhas no local, 30 minutos antes. A partir de 13 anos.

Oficina

### **AVALIAÇÃO FÍSICA PARA ATLETAS DE TRIATHLON**

**Com a fisioterapeuta Fernanda Letícia Alves e educadores do Sesc Guarulhos**

Avaliação física direcionada aos atletas de Triathlon, com bioimpedância, baropodometria e posturologia.

**Dia 21. Sábado.**

**13h às 15h30.**

Sala 4 - Auditório Grátis.

**12**





Foto: Divulgação

### **Bate-papo** Coletivo Talentos do Capão - Triathlon

Bate-papo

#### **BATE PAPO E APRESENTAÇÃO COLETIVO TALENTOS DO CAPÃO - TRIATHLON**

##### **Com Coletivo Talentos do Capão de Triathlon**

Discussão sobre os desafios contemporâneos de iniciativas junto à comunidade. Serão abordadas as diferenças de gênero, diversidade e etarismo na prática do Triathlon, além de maneiras pelas quais as pessoas podem contribuir, se motivar e criar novos projetos sociais.

**Dia 21. Sábado.**

**16h às 17h30.**

Sala 4 - Auditório  
Grátis.

**L**

Torneios e campeonatos

#### **II FAST TRIATHLON**

##### **Abertura Semana Move**

Atividade que propõe ao público a oportunidade de experimentar as 3 modalidades que compõe o Triathlon: nadar, correr e pedalar, percorrendo as distâncias propostas para cada uma das etapas, no menor tempo possível. Com a participação de atletas de Triathlon do Coletivo Talentos do Capão, que, além de realizarem a prova, irão dialogar com o público sobre dicas e estratégias da modalidade.

**Dia 21. Sábado.**

**17h às 21h30.**

Piscina  
Descoberta.  
Grátis. Necessário  
possuir Credencial  
Plena e exame  
médico.

**12**

Corrida

#### **PLOGGING WALKING**

##### **Caminhada com recolhimento de resíduos**

Mistura de atividade física com prática sustentável, o plogging é o hábito de correr ou caminhar recolhendo resíduos recicláveis pelo caminho. Atividade física, consciência ambiental e sustentabilidade, numa mesma ação.

**Dia 22. Domingo.**

**9h30 às 11h30.**

Ação externa.  
Grátis.

**10**

Vivência

## **MOVE ÁGUA - REMEXENÁGUA**

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Esta atividade é para todas as pessoas que desejam remexer o corpo dentro da piscina, dançando muito ao som das músicas mais animadas do momento. *Se Joga Nesse Movimento* e venha no *RemexeNágua* junto com a gente.

**Dias 22 e 29.**

**Domingos.**

**14h às 15h.**

Piscina

Descoberta.

Grátis. Necessário possuir Credencial Plena e exame médico.

**L**

Vivência

## **MOVE COMUNIDADE - GINÁSTICA COMUNITÁRIA: RITMOS DA PERIFA**

**Com Pretah Thais**

A atividade acontecerá juntamente com o grupo de ginástica comunitária da Unidade e está aberta para todos os públicos e demais comunidades. Aula com foco em ritmos periféricos, como o funk, brega, pagodão, piseiro e samba.

**Dias 24 e 26.**

**Terça e quinta.**

**9h às 10h30.**

**Dia 28. Sábado.**

**10h às 11h30**

Praça de

Convivência.

Grátis.

**12**

Aula aberta

## **PENTATHLO PARA CRIANÇAS**

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Brincadeiras para crianças com a temática das submodalidades do Pentathlo Moderno.

**De 24 a 27. Terça a sexta. 9h às 11h.**

**Dias 24 e 26.**

**Terça e quinta.**

**14h às 16h. Dias**

**25 e 27. Quarta e sexta. 16h às 18h.**

Ginásio. Grátis.

6 a 13 anos.

Vivência

## **TREINANDO E JOGANDO COM SANDRO CARVALHO**

**Com o atleta Sandro Carvalho e o treinador Gilson Del Santo**

Treino de voleibol aberto ao público. O atleta e levantador titular da equipe Vedacit Guarulhos contará suas experiências e, junto ao professor e treinador de voleibol, comandará exercícios técnicos e táticos.

**Dia 28. Sábado.**

**14h30 às 17h30.**

Ginásio. Grátis.

**16**



Torneios e campeonatos

### **PENTATHLO MODERNO**

Desporto olímpico praticado por homens e por mulheres, individualmente ou em equipes. Compõe-se de cinco modalidades diferentes: hipismo, esgrima, natação, tiro esportivo e corrida. Nessa competição acontecerá etapas de provas adaptadas e os participantes somarão pontos no decorrer das atividades: esgrima, tiro a laser e corrida, natação e ciclismo (hipismo). Os participantes terão a oportunidade de aprender esgrima e tiro a laser para realizar a prova.

**Dia 29. Domingo.  
9h às 12h.**

Ginásio. Grátis.  
Necessário possuir  
Credencial Plena e  
exame médico.

12

Vivência

### **PARKOUR E CALISTENIA: O DESAFIO DO MOVIMENTO**

Serão propostos desafios e jogos que utilizam exercícios, movimentos e estratégias de ambas modalidades, como forma de desenvolver o repertório motor e o condicionamento físico, de forma divertida e empolgante.

**Dia 29. Domingo.  
10h às 11h30.**

Praça de  
Convivência.  
Grátis.

12

# Shows e Espetáculos

## MÚSICA

Show

### EDU RIBEIRO

#### As Melhores do Reggae Nacional

Além de apresentar os sucessos *Me Namora*, *Flor de Liz* e *De Mais Ninguém*, o cantor e compositor Edu Ribeiro apresenta seu novo trabalho, que contém pitadas de rock inspirado pelas bandas californianas.

**Dia 1. Domingo.**  
18h às 19h.

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

L

Show

### LUCCAS CARLOS

#### Show do álbum *Dois*

Conhecido pela sonoridade que, além do rap e trap, engloba o MPB e R&B, o cantor apresenta os sucessos de sua carreira, como *Neblina* e *Bilhete 2.0* e também faixas do disco mais recente.

**Dia 13. Sexta.**  
20h às 21h.

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

14



Foto: Gal Oppido

**Show Edson Cordeiro**

Show

### EDSON CORDEIRO

#### Show Cantor

Acompanhado pelo pianista Paulo Braga, Cordeiro apresenta um repertório com canções que exaltam a profissão de cantor, como *Ouve a Minha Voz* (de Zé Renato e Zeca Baleiro), *Voz e Violão* (dele e de Danilo Audi) e *Baioque* (de Chico Buarque), entre outras surpresas.

**Dia 14. Sábado.**  
20h às 21h15.

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

12



Show Black Mantra

Foto: Divulgação

Show

**SECOS & MOLHADOS POR WILLY VERDAGUER**  
**Com Willy Verdaguer, Patrícia Barbosa, Gabriel Martini, André Perine e Wanderley Mafra**

Projeto especial em que Willy Verdaguer, baixista original e arranjador, interpreta, junto a outros grandes músicos, os maiores sucessos do grupo em arranjos originais, que fizeram história no rock e na MPB.

**Dia 15. Domingo.**  
**18h às 19h30.**

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

L

Show

**KIKO ZAMBIANCHI**  
**Bem Bacana Demais**

Sonoridades que vão do jazz instrumental ao blues e rock, em um repertório variado, juntando grandes clássicos repaginados como *Rolam as Pedras* e *Em Dezembro de 81* a hits lançados por outros artistas como *Eu Te Amo Você*, *Primeiros Erros* e *Hey Jude*, entre outras surpresas.

**Dia 21. Sábado.**  
**20h às 21h30.**

**Dia 22. Domingo.**  
**18h às 19h30.**

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

L

Show

**JOSYARA CANTA TIMBALADA**  
**Mandinga Multiplicação**

Após dois álbuns autorais, Josyara apresenta sua primeira obra de releituras, homenageando o Timbalada. O show é apresentado no formato voz e violão, destacando o aclamado violão percussivo da cantora.

**Dia 27. Sexta.**  
**20h às 21h30.**

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

L

Show

**BLACK MANTRA**  
**Black Mantra Deluxe**

A banda comemora 10 anos de história se apresentando em formato sinfônico pela primeira vez. O repertório é composto por músicas autorais dos dois discos e EPs lançados pela banda e releituras de ícones como Tim Maia, Jorge Ben, James Brown.

**Dia 28. Sábado.**  
**20h às 21h30.**

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

L

## SAMBA DA CONVIVÊNCIA

Um espaço de encontro, celebração e aprendizado em torno do samba, um dos gêneros musicais mais emblemáticos de nossa cultura.

Show

### GROOVIBE'S

A banda com origem no Itaim Paulista toca sucessos do samba rock e composições autorais com uma pitada de funk music e o embalo do groove. O show faz parte do projeto Samba da Convivência, que este mês traz ao Sesc Guarulhos aulas abertas do estilo de dança samba rock.

**Dia 26. Quinta.**  
**19h30 às 21h30.**

Praça de Convivência.  
Grátis.



## TEATRO

Espectáculo

### O VENENO DO TEATRO

**Com Osmar Prado e Maurício Machado**

**Direção de Eduardo Figueiredo**

Um ator chamado Gabriel de Beaumont (Maurício Machado) é convidado pelo excêntrico Marquês (Osmar Prado) para interpretar uma peça teatral de sua autoria, inspirada na morte de Sócrates. O Marquês, que é um nobre aristocrata egocêntrico, passa a controlar o ator através de um jogo psicológico. Depois de muitas surpresas no decorrer do espetáculo, o Marquês revela-se um psicopata.

**Dias 6 e 7.**  
**Sexta e sábado.**  
**20h às 21h10.**  
**Dia 8. Domingo.**  
**18h às 19h10**

Teatro.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60



Espectáculo

## **STALKING - UM CONTO DE TERROR DOCUMENTAL**

**Com Livia Vilela e Paulo Salvetti**

Uma professora de teatro passa a ser incomodada recorrentemente por um professor, no ambiente da ONG onde trabalham. As abordagens tornam-se uma perseguição que invade a carreira e a intimidade dela, transformando sua vida em um conto de terror. Ao final do espetáculo, haverá bate-papo sobre o tema com a atriz e Luciana Terra, advogada especialista em Promoção e Defesa dos Direitos da Mulher.

**Dia 20. Sexta.**  
**20h às 22h30.**

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

16

Espectáculo

## **DOIS IDIOTAS CADA QUAL NO SEU BARRIL**

**Com Cia Borbolina**

Nessa comédia, os palhaços Teimosinho e Mandão são combatentes de guerra de exércitos distintos e carregam cada qual um barril cheio de pólvora. Egoístas e autoritários, não conseguem dialogar pacificamente. Mas, ao acenderem uma vela, o que pensavam ser um trunfo pode se voltar contra eles. Será que conseguirão chegar a um acordo para o bem comum?

**Dia 22. Domingo.**  
**16h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.

L

Espectáculo

## **SONHO DE ARTISTA**

**Com Cia Borbolina**

Dois artistas saltimbancos que não se conhecem escolhem o mesmo local, dia e horário para realizar a mesma peça. Após debaterem e chegarem a um acordo, topam apresentar juntos a fábula comum a ambos, A Cigarra e a Formiga. Mas com o aparecimento de uma formiga que quer ser artista, essa antiga história ganha contornos surpreendentes. Será que a formiga conseguirá realizar o sonho de ser artista?

**Dia 28. Sábado.**  
**16h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.

L



**Espectáculo** Dois Idiotas Cada Qual no Seu Barril

Espetáculo

## **TORTURAS DE UM CORAÇÃO OU EM BOCA FECHADA NÃO ENTRA MOSQUITO**

**Com Cia de Teatro Diversão & Arte**

Benedito está apaixonado e, para conquistar o coração da jovem Marieta, precisa vencer os valentes e perigosos Vicentão e Cabo Setenta, ambos pretendentes da moça. O Texto original é de 1951 e traz questões que foram retrabalhadas pelo ponto de vista de um elenco inteiramente feminino.

**Dia 29. Domingo.**

**16h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.



Espetáculo

## **SINTA O CHEIRO DO MAR**

**Com Cia Borbolina**

Uma menina se prepara para viver algo desconhecido, mas que lhe trará a cura necessária. Onde ela está? Pelo que passará? O público vai descobrir e viver com ela e sua família esse momento, até que ela possa sentir o cheiro do mar novamente.

**Dia 29. Domingo.**

**17h30 às 18h30.**

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

Grátis até 12 anos.



## **CIRCO**

Espetáculo

## **CARAVANA DA ZONA LESTE**

**Com Cia Exército Contra o Nada**

Uma caravana itinerante reunindo nove artistas oriundos da Zona Leste de São Paulo transita pelo espaço da apresentação, desfilando suas habilidades circenses e musicais, como: malabares, contorcionismo, acrobacia monociclo e palhaçadas, acompanhados de uma banda ao vivo.

**Dias 1 e 8.**

**Domingos.**

**16h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.



Espetáculo

## **SERÁ POSSÍVEL?**

**Com Cia Fundo Falso**

Com uma trilha sonora envolvente, que realça a poesia dos atos, Os mágicos Ricardo Malerbi e Camis Rivetti reinventam mágicas clássicas, incluindo o mentalismo, a manipulação e os aros chineses. Prepare-se para ser surpreendido em um espetáculo que questiona as concepções da realidade.

**Dia 7. Sábado.**

**16h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.



Espetáculo

### **CABARÉ (DES)EQUILIBRADO**

**Com Cia Suno**

No picadeiro, artistas convidados apresentam as várias possibilidades de equilíbrio, através da apresentação de números de antipodismo, foca, rola-rola e monociclo. Pratos, bolas, facas, cadeiras, escadas... tudo pode ser equilibrado, ou desequilibrado.

**Dia 14. Sábado.**

**16h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.

**L**

Espetáculo

### **METÓDO MÁGICO CIENTÍFICO**

**Com Cia Fundo Falso**

Apresentação onde o público é convidado a expandir o olhar para tudo ao redor: o que tomamos por garantido? Neste espetáculo, nossa perspectiva sobre a realidade e as perguntas que deixamos de fazer indicam uma trama que perpassa quem somos, subvertendo nossas relações com o mundo natural e, possivelmente, uns com os outros.

**Dia 15. Domingo.**

**16h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.

**L**

## **AÇÕES PARA A CIDADANIA**

Espetáculo

### **SAMBA DE RODA COM MESTRES DA BAHIA**

**Com Garoa do Recôncavo**

O Samba de Roda é uma tradição popular, que mantém profundas ligações sociais e espirituais em suas comunidades, trazendo novas perspectivas à vida na cidade grande, uma prosa descontraída, cantada e dançada que interage e envolve o público presente.

**Dia 21. Sábado.**

**16h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.

**L**



**Espetáculo** Samba de Roda com Mestres da Bahia



Exposição Retratis do Morro

## Exposição

### ARTES VISUAIS

Exposição

#### **RETRATISTAS DO MORRO**

A exposição fotográfica "Retratis do Morro" busca construir e revisitar uma narrativa da história recente das imagens brasileiras, tendo como foco a região do Aglomerado da Serra, em Minas Gerais. Composta por fotografias que abrangem os anos 60 e 90, a mostra apresenta o trabalho dos fotógrafos Afonso Pimenta e João Mendes, sob a curadoria do pesquisador e artista visual Guilherme Cunha.

**De 1/9 a 17/10.**

**Terças a sextas, 9h às 21h30.**

**De 7/9 a 5/10.**

**Sábados. 9h às 20h. De 1/9 a 27/10. Domingos e feriados, 9h às 18h.**

Espaço Expositivo.

Grátis. **L**

 Libras

**AD**) Áudio Descrição

Visita mediada

#### **CONVERSAS COM O EDUCADOR**

##### **Com educadores da Exposição**

Um convite para percorrer, em grupo, a exposição Retratis do Morro, e conversar, a partir das fotografias de Afonso Pimenta e João Mendes, com curadoria de Guilherme Cunha.

**Até 27/10.**

**Sábados e domingos. 13h45 às 14h45.**

Espaço Expositivo.

Grátis. Entrega de senhas no local, 30 minutos antes.

**L**

Oficina

#### **FOTOPINTURA**

##### **Com Dani Ramos**

Tem como proposta a utilização da colagem, pintura e outras linguagens visuais para compor uma imagem pessoal de um retorno a infância e aos atravessamentos do agora.

**De 8 a 29.**

**Domingos.**

**14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B

Grátis. Entrega de senhas no local,

30 minutos antes.

A partir de 6 anos.

# Cursos, Oficinas e Encontros

## AÇÕES PARA A CIDADANIA

Curso

### L.A.B.O.R.A - LABORATÓRIO DE CRIAÇÃO ARTESANAL

Com Samir Zavitoski e convidados

O Laboratório de Criação Artesanal estimula artesãos a explorarem suas histórias e repertórios para marcar seu produto final. Os encontros promovem expressão por meio de pesquisa, prática e desenvolvimento de produtos. Com foco em capacitação digital, diversidade cultural e valorização dos artesãos, o programa inclui trocas de experiência, encontros com artistas e vivências para inspiração.

De 11/9 a 13/12.

Quartas e sextas.

14h30 às 17h30.

Exceto dias

15 e 20/11.

Sala 6. Grátis.

Inscrições on-line a partir de 27/8.

18

Oficina

### ABUNDANÇA: FUNK E MOVIMENTO

Com Ju Martins

Nessa experiência imersiva, convidamos você a se render aos ritmos do funk, enquanto desenvolve a liberdade dos quadris e estimula suas habilidades motoras e rítmicas. É mais do que dançar; é uma jornada de autodescoberta, conexão cultural e celebração da diversidade e ancestralidade.

De 8 a 29.

Domingos.

14h30 às 16h30.

Sala 3. Grátis.

Entrega de senhas no local, 30 minutos antes.

12



Oficina Abundância: Funk e Movimento

## DANÇA

**SAMBA DA CONVIVÊNCIA**

Um espaço de encontro, celebração e aprendizado em torno do samba, um dos gêneros musicais mais emblemáticos de nossa cultura.

Aula aberta

**SAMBA ROCK****Com Sambarockano**

Estilo de dança e gênero musical originários das periferias de São Paulo na década de 1950. Os encontros semanais serão mediados pelo Sambarockano, projeto cultural guarulhense que há 15 anos difunde o samba rock na região. A ação contará com apresentação musical ao vivo da banda Groovibe's no último encontro.

**De 5 a 26.**

**Quintas. 19h30  
às 21h30.**

Praça de  
Convivência.  
Grátis.



## JOVENS

Oficina

**MODA, IDENTIDADE E EXPRESSÃO: ACESSÓRIOS****Com Ana Vohs**

A oficina explora correntes, transformando objetos em símbolos de identidade. Os participantes criam gargantilhas, explorando técnicas artísticas, upcycling e autenticidade. Debates sobre moda, identidade e sustentabilidade surgem, gerando reflexões sobre o papel da arte em nossa relação com o mundo.

**Dias 14 e 21.**

**Sábados.**

**14h às 17h.**

Juventudes.

Grátis. Entrega de  
senhas no local,  
30 minutos antes.

13 a 29 anos.

Bate-papo

**PAPO RETO ENTRE JOVENS: MODA PARA QUEM?****Com Alex Santos e Gabriel Matos**

O bate-papo tem por objetivo abordar a moda como mercado de trabalho, via de expressão e empoderamento das juventudes periféricas, expressando como a moda pode representar uma oportunidade de carreira, atuando como uma ponte para as juventudes expressarem suas identidades, culturas e resistências, promovendo um senso de pertencimento e autoestima.

**Dia 19. Quinta.**

**16h às 17h30.**

Juventudes.

Grátis. Sem  
retirada de  
ingressos.

A partir de  
13 anos.

## MEIO AMBIENTE

Vivência

### CLUBE DE PLANTIO E AGROECOLOGIA: GRUPOS VEGETAIS

**Com agentes de Educação Ambiental**

Curso teórico-prático sobre plantio e cultivo orgânico, com técnicas de manejo agroecológico e composto por cinco encontros. Os encontros são presenciais e semanais e abordam conteúdos sobre como cultivar determinados grupos vegetais com suas especificidades.

**De 6/9 a 4/10.**

**Sextas. 16h às 17h30.**

Centro de Educação Ambiental Externo. Grátis.

14

Oficina

### SER SUSTENTÁVEL: SABONETE NATURAL COM PRÓPOLIS

**Com Suzana Longo**

O participante vivenciará uma verdadeira experiência aromática, a fim de aprender sobre os benefícios de se utilizar produtos naturais para a saúde pessoal e ambiental.

**Dia 21. Sábado.**

**10h às 12h e 15h às 17h.**

Centro de Educação Ambiental. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência.

14

Oficina

### SER SUSTENTÁVEL: XAMPU EM BARRA Com Suzana Longo

Você conhece essa tendência? Quais são os benefícios em substituir o xampu líquido industrializado pelo xampu natural em barra? Como utilizá-lo apropriadamente? Além de responder essas e outras dúvidas, essa vivência é um gesto de carinho para si mesmo e para o planeta.

**Dia 22. Domingo.**

**10h às 12h e 15h às 17h.**

Centro de Educação Ambiental. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência.

14

Curso

### ILUSTRAÇÃO CIENTÍFICA DE ABELHAS Com Victor Lombizani

Curso de ilustração científica, a fim de aprender as técnicas de desenho realista sobre a diversidade de abelhas. Nesse curso vamos abordar as espécies de abelhas nativas e usar as técnicas do desenho científico para representar esses animais de uma forma fidedigna e detalhada.

**De 4 a 27.**

**Quartas e sextas. 19h às 21h.**

Centro de Educação Ambiental.

● R\$10

■ R\$15

▲ R\$30

Inscrições on-line a partir de 27/8 (Credencial Plena) e 30/8 (público geral).

16

Oficina

### **QUEM QUER SER CIENTISTA? FORMAS VEGETAIS** **Com Moacyr Turuzawa, agente de Educação Ambiental**

Vivência dedicada ao público infantil, a fim de descobrir incontáveis curiosidades morfológicas e divertidas sobre o Reino Vegetal. O colete de investigação da natureza repleto de ferramentas de trabalho de campo será disponibilizado para cada criança.

**Dias 7 e 8. Sábado e domingo. 15h às 16h30.**

Centro de Educação Ambiental. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência. A partir de 7 anos.

Oficina

### **BOMBAS DE SEMENTES AMIGAS DAS ABELHAS** **Com Mônica Fontes e Natacha Sales, agentes de Educação Ambiental**

Bomba de sementes são bolinhas de argilas cheias de sementinhas, que poderão ser jogadas em parques, praças, áreas que precisam de mais plantas, mais natureza. As crianças montarão as suas próprias bombas de sementes de plantas melíferas e levarão para casa. É uma tática simples para aumentar as zonas verdes nas nossas cidades ou terrenos baldios.

**Dias 14 e 15.**

**Sábado e domingo. 15h às 16h.**

Centro de Educação Ambiental. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência. A partir de 5 anos.

Visita mediada

### **CONHECER PARA CONSERVAR - JARDIM BOTÂNICO PLANTARUM** **Nova Odessa - SP**

Situado na área urbana de Nova Odessa, o Jardim Botânico Plantarum é um centro de referência em pesquisa e conservação da flora brasileira. O Instituto Plantarum de Estudos da Flora trabalha com o levantamento, catalogação e coleta de plantas nativas, principalmente com potencial econômico e ameaçadas de extinção. Nesta visita, iremos fazer o roteiro *Resgate das Abelhas*.

**Dia 28. Sábado. 7h às 17h.**

Ação externa.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60

Inscrições on-line a partir de 10/9 (Credencial Plena) e 12/9 (público geral).

**10**



**Curso** Ilustração Científica de Abelhas

Vivência

## MEIO AMBIENTE E JOGOS DE TABULEIRO

### Com agentes de Educação Ambiental

Mediação de jogos de tabuleiro com temáticas relacionadas à biodiversidade, à ciência e à sustentabilidade no Centro de Educação Ambiental. Venha se divertir elaborando estratégias e encarando os desafios socioambientais em grupo.

Todo último final de semana do mês.

Jogo em destaque: *Honey Buzz*.

**Dias 28 e 29. Sábado e domingo. 13h às 17h.**

Centro de Educação Ambiental. Grátis. Sem retirada de ingressos. A partir de 7 anos.



**Oficina** Direito Autoral na Música

Foto: Victor Balde

## MÚSICA

### CENTRO DE MÚSICA

Difundir o fazer musical através da prática prazerosa e diletante, como forma de expressão individual e coletiva, em um ambiente que promova o lazer, a sociabilização e a troca de saberes.

Vivência

## ESTÚDIO ABERTO PARA PRÁTICA DE BANDAS E MÚSICOS

### Com Alan de Oliveira

O estúdio do Centro de Música abre suas portas como um espaço de socialização e desenvolvimento musical em grupo, propiciando aos participantes a experiência do tocar em uma banda, em um espaço formatado para se conhecer outros saberes musicais, estilos e ideias, estimulando a formação de laços e afinidades tendo a música como plano de fundo. Não é necessário trazer o próprio instrumento.

**De 1 a 29. Domingos. 14h às 17h.**

Estúdio 2. Grátis. Sem retirada de ingressos.

**L**

---

Oficina

**BRINCADEIRAS E JOGOS MUSICAIS:  
EXPLORANDO SOM E SILÊNCIO**

**Com Ana Piva**

Oficina de musicalização infantil que promove vivências lúdicas, nas quais as crianças tomam contato com a linguagem e o fazer musical por meio de brincadeiras cantadas, jogos musicais, experimentações sonoras e atividades rítmicas.

**De 5 a 26.**

**Quintas.**

**17h às 18h.**

Estúdio 1.

Grátis. Sem

retirada de

ingressos.

4 a 9 anos.

---

Oficina

**DIREITO AUTORAL NA MÚSICA - SAMPLE,  
REMIX, CITAÇÃO E MASHUP**

**Com Tiago Red (Laboratório Fantasma)  
e DJ Nato PK**

Com foco nas licenças para o uso legal de samples, mixes e remixes, serão apresentados casos famosos e curiosos, além de demonstrações práticas de como utilizar samples e fazer remixes de forma legal e ética.

**Dia 19. Quinta.**

**19h às 21h30.**

Sala 4 - Auditório.

Grátis. Inscrições

on-line a partir

de 27/8.

**16**

---

## TECNOLOGIAS E ARTES

---

Ateliê

**ENTRE AGULHAS E COSTURAS**

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Ateliê livre de costura. O público é convidado a aproveitar o espaço, trazer seus materiais e colocar as máquinas de costura para funcionar.

**De 1 a 29.**

**Domingos.**

**10h às 12h.**

Espaço de

Tecnologias e

Artes - Lab B.

Grátis. Entrega de

senhas no local,

30 minutos antes.

**16**

---

Ateliê

**L.A.T.A. - LABORATÓRIO ABERTO  
DE TECNOLOGIAS E ARTES**

**Com Lídia Martiniano, educadora  
do Sesc Guarulhos**

O espaço de tecnologias e artes é disponibilizado para você utilizar ferramentas que você já conhece para estudar, praticar, criar suas produções artísticas e aprimorar o seu projeto pessoal nas interseções de arte e tecnologias.

**De 4 a 25.**

**Quartas.**

**14h às 19h.**

Espaço de

Tecnologias e

Artes - Lab B.

Grátis. Sem

retirada de

ingressos.

**16**

Ateliê

**GRAFFITI HACK: RECICLANDO LATAS DE SPRAY  
Com Jorge Buffalo, educador do Sesc Guarulhos**

Nesta oficina, transformaremos latas de spray usadas em novas peças. Uniremos habilidades artísticas e práticas sustentáveis, contribuindo para a redução de resíduos.

**De 5 a 19.****Quintas.  
19h às 21h.**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B. Grátis. Sem retirada de senhas.

16

Oficina

**CONTANDO E BORDANDO  
Com Maristely Souza**

A oficina convida o público a pensar em símbolos que contem sobre a história do nosso bairro, cidade e país. A partir dessa pesquisa, os participantes são instigados a pensar e criar um símbolo que os represente, que de alguma forma também conte um pouco de sua história. Os símbolos criados serão bordados em um caderninho artesanal.

**De 7 a 28.****Sábados.  
14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A. Grátis. Entrega de senhas no local, 30 minutos antes. A partir de 7 anos.

Curso

**ESPELHOS CRIATIVOS: MOLDURAS  
DE CERÂMICA FRIA  
Com Lídia Martiniano, educadora  
do Sesc Guarulhos**

Através de técnicas básicas de modelagem em cerâmica fria, criaremos molduras para espelhos. Cada participante irá confeccionar uma moldura para um espelho, criando formas, por meio da modelagem e pintura, deixando a sua e criatividade fluir.

**De 10/9 a 1/10.****Terças.  
15h às 17h.**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A. Grátis. Inscrições on-line a partir de 27/8 (Credencial Plena) e 30/8 (público geral).

16

Oficina

**COSTURA DE SAIAS EM TECIDO UPCYCLING  
Com Talita Sannalber & Vanestilo**

No curso, primeiro montaremos um tecido com retalhos, iniciando pela seleção dos resíduos, aprendendo sobre harmonias de cores e texturas e, em seguida, faremos corte e costura de uma modelagem de saia já pronta.

**De 21/9 a 26/10.****Sábados.  
10h às 13h.**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A.

● R\$10

■ R\$15

▲ R\$30

Inscrições on-line a partir de 27/8 (Credencial Plena) e 30/8 (público geral).

14

## LITERATURA

**SEMANA DO AUTOR GUARULHENSE**

O Dia do Escritor Guarulhense é comemorado no município no dia 21 de setembro. O Sesc Guarulhos, em parceria com autores da cidade, promove uma série de ações com o objetivo de estimular a escrita e a discussão sobre o mercado literário na cidade.

Oficina

**PUBLICAÇÃO LITERÁRIA:  
DO FANZINE AO DIGITAL**  
**Com Yve de Oliveira**

A oficina aborda os processos de publicação, divulgação e distribuição de obras literárias independentes, além de propor um exercício prático para confecção de um livro físico que se transformará em uma edição digital.

**Dia 17. Terça.  
19h às 21h30.**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A. Grátis. Inscrições on-line a partir de 27/8 (Credencial Plena) e 30/8 (público geral).

**16**

Sarau

**SARAU DA LITERATURA GUARULHENSE**

Celebração literária em um encontro com escritores locais, coletivos literários, e membros da Academia Guarulhense de Letras. Durante a atividade haverá declamações poéticas e leitura de trechos literários dos próprios autores, trazendo momentos de apreciação e aproximação da população de Guarulhos com a produção literária da cidade.

**Dia 18. Quarta.  
19h às 21h.**

Sala 4 - Auditório Grátis. Sem retirada de ingressos.

**L**

Bate-papo

**MERCADO EDITORIAL EM GUARULHOS:  
DESAFIOS E CONQUISTAS****Com Alex Francisco, Gilberto Miri, Miriã Soares dos Santos e mediação de Yve de Oliveira**

Troca de experiência entre autores, editores e leitores da região, abordando os principais desafios enfrentados no mercado editorial da cidade de Guarulhos. Também serão destacadas as conquistas e iniciativas bem-sucedidas para o fomento de novos leitores e o fortalecimento da cadeia produtiva do livro na cidade.

**Dia 19. Quinta.  
19h às 21h.**

Teatro Grátis. Retirada de ingressos com 1 hora de antecedência, na Loja Sesc.

**L**

# Esporte e Atividade Física

Recreação

## TÊNIS

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de materiais para prática.

**De 1 a 29.**

**Domingos.**

**9h15 às 13h30 e**

**15h30 às 17h30.**

**De 7 a 28.**

**Sábados.**

**9h15 às 13h30 e**

**15h30 às 17h30.**

Quadra de Tênis.

Grátis. A partir

de 13 anos.

Recreação

## FUTSAL ADULTO FEMININO

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de materiais para prática.

**Dia 1. Domingo.**

**9h15 às 11h30**

Quadra

Poliesportiva.

Grátis.

**16**

Aula aberta

## NADO ORIENTADO

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

A atividade tem como objetivo aprimorar a técnica de praticantes amadores na natação, oferecendo exercícios, dicas técnicas e correções de erros comuns.

**De 1 a 29.**

**Domingos.**

**11h15 às 12h.**

Piscina Coberta.

Grátis. Sem

retirada de

ingressos.

Necessário possuir

Credencial Plena

e exame médico.

**12**

Recreação

## BASQUETE

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Atividade que faz parte do Programa Sesc de Esportes e busca incentivar a prática autônoma e o desenvolvimento das habilidades motoras, além de possibilitar a integração, a inclusão e a sociabilização entre os participantes por meio da recreação e do lazer. Com disponibilização de materiais para prática.

**Dia 1. 13h às 15h.**

**Dias 8 e 22.**

**12h30 às 15h.**

**Dias 15 e 29.**

**12h às 15h.**

**Domingos.**

Ginásio. Grátis.

Sem retirada de

ingressos. A partir

de 13 anos.

---

Recreação

### TÊNIS DE MESA

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de bolas e coletes.

---

**Dia 1. 13h às 15h.**  
**Dias 8 e 22. 12h**  
**às 15h. Dias 15**  
**e 29. 12h30 às**  
**15h. Domingos.**  
Ginásio. Grátis.

**10**

---

Recreação

### FUTSAL INFANTOJUVENIL

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de bolas e coletes.

---

**Dia 1. Domingo.**  
**13h às 15h.**  
**De 15 a 29.**  
**Domingos. 12h30**  
**às 14h30.**

Quadra  
Poliesportiva.  
Grátis. 10 a  
15 anos.

---

Aula aberta

### RECREÁGUA

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Desafios e brincadeiras aquáticas com características recreativas que estimulam a integração entre os participantes através de diversas modalidades esportivas, jogos, aulas de ginástica, entre outras, praticadas no meio líquido.

---

**De 1 a 15.**  
**Domingos.**  
**14h às 15h.**  
Piscina Coberta.  
Grátis. Sem  
retirada de  
ingressos.  
Necessário possuir  
Credencial Plena  
e exame médico.

**L**

---

Aula aberta

### TÊNIS

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

O intuito é dar oportunidade para o público participar de aulas de tênis que possibilitem a iniciação na modalidade.

---

**De 1 a 29.**  
**Sábados e**  
**domingos.**  
**14h às 15h20.**  
Quadra de Tênis.  
Grátis. Entrega de  
senhas no local,  
30 minutos antes.

**10**

---

Recreação

### FUT FAMÍLIA

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Recreação de futebol possibilitando, aos mais variados públicos, o acesso as atividades reduzidas, adaptadas e alternativas de se recrear jogando futebol. Além disso, a recreação em família visa oportunizar momentos recreativos entre as pessoas das mais diversas faixas etárias, sobretudo as que puderem participar com membros de sua própria família.

---

**Dia 1. Domingo.**  
**15h30 às 17h30.**  
Quadra  
Poliesportiva.  
Grátis.

**L**



Foto: Thamires Motta

## Vivência Jogos e Brincadeiras com Cordas e Elásticos

Recreação

### ESPORTE FAMÍLIA

Com educadores do Sesc Guarulhos

Recreação de jogos, brincadeiras e esportes adaptados intergeracionais. Com disponibilização de materiais para prática.

De 1 a 29.

Domingos.

15h30 às 17h30.

Ginásio. Grátis.

L

Recreação

### JOGOS E BRINCADEIRAS COM CORDAS E ELÁSTICOS

Com educadores do Sesc Guarulhos

Atividades recreativas com cordas e elásticos são divertidas e promovem habilidades motoras e de coordenação. Pular corda estimula também o movimento e o trabalho em equipe, além de proporcionar diversão e exercício físico para todas as idades.

Dia 1. Domingo.

16h às 17h30.

Ginásio. Grátis.

L

Aula aberta

### GINÁSTICA COMUNITÁRIA

Com educadores do Sesc Guarulhos

Atividade que visa incentivar a prática regular e oferecer um momento de lazer e consciência corporal para pessoas sedentárias ou pouco ativas, que residem no entorno do Sesc Guarulhos, aproximando a comunidade dos valores e ações do Sesc.

De 3 a 26. Terças e quintas.

8h15 às 9h.

Praça de Convivência.

Grátis.

Inscrições com os educadores do Sesc Guarulhos.

12

Recreação

### FUTSAL ADULTO MASCULINO

Com educadores do Sesc Guarulhos

Com disponibilização de materiais para prática.

De 7 a 28.

Sábados.

9h15 às 14h.

Exceto dia 21/9.

Quadra Poliesportiva. Grátis. Sem retirada de ingressos.

16

Recreação

**BADMINTON****Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de materiais para prática.

**Dias 7, 14 e 28.****Sábados.****9h15 às 12h.****Dia 22. Domingo.****9h15 às 11h30.**

Ginásio. Grátis. A partir de 13 anos.

Aula Aberta

**CALISTENIA****Com Aldo Gallo**

Prática em que se utiliza o peso corporal para movimentos acrobáticos e de força. Os exercícios de calistenia desenvolvem habilidades corporais (como equilíbrio, coordenação motora, consciência corporal e flexibilidade) e uma melhor fisionomia, pois auxiliam no tônus e desenvolvimento da massa muscular.

**De 7 a 28.****Sábados.****10h às 11h30.**

Praça de Convivência.

Grátis.

**12**

Recreação

**VOLEIBOL JOVEM****Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de materiais para prática.

**Dias 7, 14 e 21.****Sábados.****12h30 às 14h30.****Dia 28. Sábado.****12h30 às 14h.**

Ginásio. Grátis.

13 a 16 anos.

Aula Aberta

**INICIAÇÃO AO VOLEIBOL****Com educadores do Sesc Guarulhos**

Aulas ministradas com foco nos iniciantes. Serão praticados os principais exercícios da modalidade. Os educadores auxiliarão nos ajustes corporais necessários para jogar.

**De 7 a 28.****Sábados.****13h às 14h20.**

Ginásio. Grátis.

Entrega de senhas no local, 30 minutos antes. A partir de 13 anos.



Foto: Schimene Weber

**Vivência** Badminton



**Vivência** Futsal para Mulheres

Foto: Marcello Ferreira

Recreação

## **XADREZ**

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de materiais para prática.

**De 7 a 28.**

**Sábados.**

**13h30 às 17h30.**

Sala 1. Grátis.

Sem retirada

de ingressos. A

partir de 6 anos.

Aula aberta

## **ANIMÁGUA**

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Aulas recreativas no meio líquido. Exercícios físicos com caráter recreativo utilizando a água como meio para a busca do condicionamento físico aliado ao elemento lúdico.

**Dias 7 e 14.**

**Sábados.**

**14h às 15h.**

Piscina

Descoberta.

Grátis. Sem

retirada de

ingressos.

Necessário possuir

Credencial Plena

e exame médico.

**L**

Recreação

## **VOLEIBOL ADULTO**

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de materiais para prática.

**De 7 a 21.**

**Sábados.**

**14h30 às 17h30.**

Ginásio. Grátis.

Sem retirada

de ingressos.

**16**

Recreação

## **FUTSAL PARA MULHERES**

**Com Coletivo @JogaMiga**

O Coletivo estará na Unidade promovendo treinos e jogos voltado ao público feminino que desejar se inserir na modalidade, voltar a jogar ou para encontrar um espaço regular de prática da modalidade. Além das vivências e treinos, as educadoras do Coletivo dialogarão com este público, a fim de incentivá-las a se apropriarem e ocuparem, cada vez mais, os espaços de prática do Fut7.

**De 7 a 29.**

**Sábados e**

**domingos.**

**14h30 às 17h30.**

**De 8 a 29.**

**Domingos.**

**9h30 às 12h30.**

Quadra

Poliesportiva.

Grátis. Sem

retirada de

ingressos. A partir

de 13 anos.

Aula aberta

## REEDUCAÇÃO DO MOVIMENTO

Com educadores do Sesc Guarulhos

A reeducação do movimento e da postura é uma abordagem que utiliza exercícios corretivos e posturais para promover o equilíbrio muscular e mental em todo o corpo. Esse método trabalha simultaneamente diversos grupos musculares por meio de movimentos suaves e contínuos, com foco na concentração, no fortalecimento e na estabilização dos músculos centrais, como abdômen, coluna e pelve.

De 7 a 28.

Sábados.

15h30 às 16h30.

Sala 5. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

12

Curso

## CAPOEIRA

Com o educador Silvio Vilar e educadores convidados

Curso modular que promoverá um diálogo de corpos através da História do Brasil, segundo a Capoeira.

De 14 a 28.

Sábados.

14h às 15h30.

Exceto dia 21/9.

Sala 5. Grátis.

Inscrições on-line, a partir de 5/9.

12



Foto: Thamires Motta

Curso Capoeira

## Crianças

Vivência

### BRINCANTES!

Com educadoras do Espaço de Brincar

Atividades brincantes com as educadoras do Programa Espaço de Brincar. Para bebês e crianças até 6 anos e seus responsáveis.

De 1 a 29. Terças a domingos.

10h às 13h30 e

14h às 17h30.

Espaço de Brincar.

Grátis. Sem

retirada de

ingressos.

Até 6 anos.



Foto: Rafael Munduruca

### **Vivência** Brincadeiras com a Aldeia Multiétnica

Vivência

#### **BRINCADEIRAS COM A ALDEIA MULTIÉTNICA**

##### **Com Aldeia Indígena Multiétnica**

##### **Filhos Dessa Terra**

Vivência com o objetivo de proporcionar o contato com as diferentes manifestações culturais na relação com a natureza. Através de brincadeiras, o público vai conhecer melhor a cultura dos povos originários do território de Guarulhos.

**De 1 a 29.**

**Domingos.**

**14h às 16h.**

Espaço de Brincar Externo. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência. 7 a 12 anos.

Vivência

#### **BRINCA, BRINCA NO QUINTAL -**

##### **BRINCANDO COM SOMBRAS**

##### **Com educadoras do Espaço de Brincar**

A sombra pode guardar um lugar fresquinho, quando uma árvore nos protege do sol; pode nos divertir, quando as mãos constroem formas de bichos contra o foco de luz de um abajur; pode nos causar medo, quando uma história a relaciona com algo assustador. Nessa atividade, convidamos bebês e crianças, acompanhadas de seus adultos, a brincar com as sombras formadas por luz natural.

**Dias 1 e 8.**

**Domingos.**

**11h às 12h30.**

Espaço de Brincar Externo. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência. Até 6 anos.

Vivência

#### **SEXTOU! TEATRO DE ANIMAÇÃO**

##### **Com educadoras do Espaço de Brincar**

Utilizando diferentes recursos, vamos criar o nosso teatro de bonecos e formas animadas, e soltar a imaginação com muitas histórias.

**De 6 a 20. Sextas.**

**10h30 às 11h30**

**e 15h às 16h.**

Espaço de Brincar. Grátis. Sem retirada de ingressos. Até 6 anos.

---

Vivência

### **PEQUENINOS - VIVÊNCIA FÍSICO-ESPORTIVA**

**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Instalações sensoriais, vivências imersivas, propostas para livre experimentação. Os formatos são diversos, o foco é comum: promover experiências dedicadas à primeiríssima infância.

**De 7 a 28.**

**Sábados.**

**14h às 15h30.**

Sala 3. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência. Até 2 anos.

---

Oficina

### **ATELIÊ ABERTO CURUMIM**

**Com educadores do Programa Curumim**

Um espaço de criação e expressão artística destinado a crianças, onde elas podem explorar livremente suas habilidades e imaginação. Em um ambiente acolhedor e seguro, as crianças terão à disposição uma variedade de materiais, como papéis de diferentes tamanhos e texturas, lápis de cor, giz de cera, canetinhas, tintas e pincéis.

**De 7 a 28.**

**Sábados. 14h**

**às 14h45 e**

**15h às 15h45.**

**Exceto dia 14.**

Sala 2 - Curumim. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência. 7 a 12 anos.

---

### **ARTEIROS!**

Ação que pretende propiciar espaço, tempo e estímulos para que os pequenos possam dar asas à imaginação, vazão à criatividade e desenvolver habilidades para produzir e experienciar arte.

---

Vivência

### **BRINCANDO COM O ESCURO**

**Com educadoras do Espaço de Brincar**

O escuro que tantas vezes assusta e é fonte de mistério, nesse encontro será campo para brincarmos com luzes e sombras. Um convite para crianças, bebês e adultos, juntos, explorarem o medo, a coragem e aquilo que só se vê no escuro.

**De 15 a 29.**

**Domingos.**

**11h às 12h30.**

Sala 3. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência. Até 6 anos.

---

Vivência

### **ASSOMBRINHO**

**Com Núcleo Quanta**

Três fantasmas estão em ensaio e quando as crianças chegam, tudo se altera. Estes seres fantasmáticos se multiplicam e a experiência se abre para a criação conjunta. Daí pode surgir dança, jogo, brincadeira e performance, estímulos ao protagonismo das crianças.

**Dia 29. Domingo.**

**14h às 16h.**

Sala 4 - Auditório. Grátis. Retirada de ingressos com 1 hora de antecedência, na Loja Sesc. Até 6 anos.

---

**ENCONTRO ARTE E PRIMEIRA INFÂNCIA**

Convite aos profissionais da área da educação, arte e demais interessados a participar de mesas, oficinas e ações artísticas, que convocam a refletir sobre o fazer arte para e com bebês e crianças de 0 a 6 anos. A ação é um desdobramento das atividades realizadas dentro do Projeto Arteiros!

---

Palestra

**AS DIFERENTES EXPRESSÕES ARTÍSTICAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA**

**Com Stela Barbieri, Auritha Tabajara e Barbara Martins, educadora do Sesc Guarulhos**

Todo tipo de arte é para criança? Como explorar essa diversidade de linguagens com os pequenos? Nesta roda de conversa, as convidadas dialogam sobre as diferentes expressões artísticas e suas potencialidades para o trabalho com a primeira infância.

---

Oficina

**ENCADERNAÇÃO**

**Com Projeto Presente**

Os participantes do Encontro Arte e Primeira Infância aprenderão a montar e customizar seus próprios cadernos, utilizando moldes, carimbos e uma técnica de encadernação simplificada, para registro de reflexões desse encontro formativo e especial. Somente para participantes do encontro.

---

Oficina

**ARTE NA, PARA E COM A PRIMEIRA INFÂNCIA**

**Com Stela Barbieri**

Este será um ateliê para educadoras, educadores e interessados em geral no universo da arte na, para e com a primeira infância. A partir de contextos de investigação preparados em diferentes linguagens da arte, os participantes poderão experimentar no corpo o estado de ateliê e as potências dos encontros com diferentes materialidades e investigações relacionadas ao universo da primeira infância.

**Dia 24. Terça.  
9h30 às 12h30.**

Sala 4 - Auditório.  
Grátis. Retirada de ingressos on-line a partir de 10/9, às 14h.

**L**

---

**Dias 24 e 25.  
Terça e quarta.  
12h às 14h.**

Sala 4 - Auditório.  
**Dias 26 e 27.  
Quinta e sexta.  
12h às 14h.**

Sala 3.  
Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência.

**L**

---

**Dia 24. Terça.  
14h às 16h.**

Sala 4 - Auditório.  
Grátis. Retirada de ingressos on-line a partir de 10/9, às 14h.

**L**

Palestra

### **O TRABALHO COM ARTES NAS ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INFANTIL E FORMAÇÃO DE PROFESSORES**

**Com Diana Tubenchlack, Beth Castro e Carla Cardoso, educadora do Sesc Guarulhos**

Um encontro para discutir como a arte está presente no cotidiano das escolas de educação infantil e qual o papel dos professores para oportunizar diferentes experiências artísticas. Como a formação cultural destes profissionais pode impactar no trabalho com artes para bebês e crianças pequenas?

**Dia 25. Quarta.  
9h30 às 12h.**

Sala 4 - Auditório. Grátis. Retirada de ingressos on-line a partir de 10/9, às 14h.

**L**

Bate-papo

### **APRESENTAÇÃO DO PROJETO ARTEIROS! SESC GUARULHOS**

**Com Barbara Martins e Carla Cardoso, educadoras do Sesc Guarulhos**

As crianças possuem uma sensibilidade artística orgânica. Como nós, adultos, podemos potencializar as vivências e garantir tempos e espaços para o fazer artístico? Vamos conhecer um pouco sobre o Projeto Arteiros!, do Programa Espaço de Brincar?

**Dia 25. Quarta.  
14h às 16h.**

Sala 4 - Auditório. Grátis. Retirada de ingressos on-line a partir de 10/9, às 14h.

**L**

Oficina

### **SER COLO DE QUEM É COLO**

**Com Beatriz Miguez e Larissa Pretti, da CRIA Cia de Dança**

Há tantas dimensões de cuidado quando falamos na primeira infância. Contudo, vamos ter um olhar atento e realizar uma investigação artística do nosso corpo ao cuidar. Nesta formação, as dançarinas conduzem um caminhar de consciência corporal e exploração sensorial com técnicas de movimento e dança.

**Dia 26. Quinta.  
9h30 às 12h.**

Sala 3. Grátis. Retirada de ingressos on-line a partir de 10/9, às 14h.

**L**



Foto: Yolanda Reis

**Oficina Encadernação**

Espetáculo

### SER COLO

#### Com CRIA Cia de Dança

Pega aqui, rola, pula, corre, puxa, nina, balança, recolhe e acolhe! Duas intérpretes dançam o nascimento de mãe e bebê. Pele, útero, barco, bolsa... Um pouco do puerpério contado com o corpo. Ao final do espetáculo, oferecem um colo e convidam famílias para ninar e brincar com os objetos cênicos.

**Dia 26. Quinta.**

**14h às 16h.**

Sala 4 - Auditório. Grátis. Retirada de ingressos on-line a partir de 10/9, às 14h. Até 6 anos.

Oficina

### ENTRE O BRINCAR E A CRIAÇÃO ARTÍSTICA: CORPO-CRIANÇA E ESPAÇOS RELACIONAIS

#### Com Núcleo Quanta

Este encontro formativo propõe uma imersão na corporalidade infantil e na sua relação lúdica e estética com o espaço. Serão trabalhados os conceitos de *performatividade infantil* e o *corpo-criança* que vivencia o espaço.

**Dia 27. Sexta.**

**9h30 às 12h.**

Sala 3. Grátis. Retirada de ingressos on-line a partir de 10/9, às 14h.



Vivência

### INSTALAÇÃO-PERFORMANCE ASSOMBRINHO

#### Com Núcleo Quanta

Três fantasmas estão em ensaio e quando as crianças chegam, tudo se altera. Estes seres fantasmáticos se multiplicam e a experiência se abre para a criação conjunta. Daí pode surgir dança, jogo, brincadeira e performance, estímulos ao protagonismo das crianças.

**Dia 27. Sexta.**

**14h às 16h.**

Sala 4 - Auditório. Grátis. Retirada de ingressos on-line a partir de 10/9, às 14h. Até 6 anos.

## Pessoas Idosas

Oficina

### TSPI: CORPO E MOVIMENTO

#### Com Juçara Amaral

Baseada na biomecânica (estudo dos movimentos do corpo humano), esta atividade visa desenvolver expressão, promovendo consciência corporal e saúde. Os participantes explorarão suas capacidades físicas e expressões individuais de forma criativa.

**De 4 a 18.**

**Quartas.**

**14h às 16h**

Sala 4 - Auditório. Grátis. Entrega de senhas no local, com 30 minutos de antecedência. A partir de 60 anos.

Bate-papo

## PONTO DE ENCONTRO

### Reunião do Trabalho Social com Pessoas Idosas no Sesc Guarulhos

Descubra como fortalecer sua autonomia, explorar novas habilidades e possibilidades e se envolver ativamente em sua própria jornada de envelhecimento, estimulando o protagonismo da pessoa idosa.

**Dia 25. Quarta.**

**14h às 16h**

Sala 4 - Auditório.  
Grátis. Sem retirada de ingressos. A partir de 60 anos.

## Turismo Social

Passeio

### CHÃO CAIPIRA

#### Paraibuna (SP)

Conhecer e vivenciar as tradições caipiras de Paraibuna, por meio de conversas com seus moradores, com os produtores locais e com os jovens da cidade, que estão se organizando para receber mais visitantes na cidade; tomar um café caipira, ouvir uma roda de viola, provar os sabores das fazendas e aprender sobre os costumes da cidade são os principais atrativos desse roteiro.

**Dia 14. Sábado.**

**6h30 às 18h**

● R\$120

▲ R\$180

**Grátis para crianças até 6 anos.**

Inscrições on-line, a partir de 27/8.



### SESC BERTIOGA – PASSE O DIA

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

Limite de até 6 ingressos por pessoa/atendimento.

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

Mais informações em **sescsp.org.br**

## AGENDA DE DESTAQUES

**TERÇA**

**QUARTA**

**QUINTA**

Foto: Divulgação



**3**

**Curso**

Como Criar,  
Formatar e  
Produzir um  
projeto Musical  
de A a Z

**4**

**Oficina**

TSPI: Corpo  
e Movimento

**5**

**Ateliê**

Graffiti Hack:  
Reciclando  
Latas de Spray

**Aula aberta**

Samba Rock

Foto: Michael Atráide



**10**

**Curso**

Movimento  
Consciente

**11**

**Oficina**

Bombas de  
Sementes Amigas  
das Abelhas

**12**

**Oficina**

Brincadeiras e  
Jogos Musicais:  
Explorando Som  
e Silêncio

Foto: Divulgação



**17**

**Curso**

Espelhos Criativos:  
Molduras de  
Cerâmica Fria

**18**

**Sarau**

Sarau da Literatura  
Guarulhense

**Curso**

Triathlon

**19**

**Bate-papo**

Mercado Editorial  
em Guarulhos:  
Desafios e  
Conquistas

Foto: Mari Moura



**24**

**Oficina**

Arte Na, Para e  
Com a Primeira  
Infância

**25**

**Bate-papo**

Ponto de Encontro

**Sarau**

Noites Autorais

**26**

**Espetáculo**

Ser Colo

**Música**

Groovibe's

Foto: Divulgação



---

**SEXTA**

---

---

**SÁBADO**

---

---

**DOMINGO**

---

---

**6**

---

**Vivência**

Clube de Plantio  
e Agroecologia:  
Grupos Vegetais

**Espetáculo**

O Veneno do Teatro

---

**7**

---

**Saúde**

Quinteto Novos  
Ventos

**Espetáculo**

Será Possível?

---

**8**

---

**Aula aberta**

Parkour

**Espetáculo**

Carpinteiros  
em Domicílio

---

**13**

---

**Vivência**

Clube de Plantio  
e Agroecologia

**Música**

Luccas Carlos

---

**14**

---

**Espetáculo**

Cabaré (Des)  
Equilibrado

---

**15**

---

**Espetáculo**

Método Mágico  
Científico

**Música**

Secos & Molhados  
por Willy Verdagner

---

**20**

---

**Espetáculo**

Stalking - Um  
Conto de Terror  
Documental

---

**21**

---

**Bate-papo**

Coletivo Talentos  
do Capão -  
Triathlon

**Música**

Kiko Zambianchi

---

**22**

---

**Oficina**

Fotopintura

**Espetáculo**

Dois Idiotas Cada  
Qual no seu Barril

---

**27**

---

**Música**

Josyara Canta  
Timbalada

---

**28**

---

**Espetáculo**

Sonho de Artista

**Música**

Black Mantra

---

**29**

---

**Espetáculo**

Sinta o Cheiro  
do Mar



Foto: Divulgação



Foto: Cia. Fundo Falso



Foto: Divulgação



Foto: Divulgação



Foto: Natália Arjones

## Sesc.digital

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

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

## SescTV

Disponível via satélite em todo o Brasil, em operadoras de TV por assinatura e serviços de streaming.

Mais de 1.300 títulos sob demanda, entre documentários, filmes, shows e séries.

Assista também em [sesctv.org.br/agorantv](http://sesctv.org.br/agorantv)

## Edições Sesc

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

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

## Selo Sesc

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

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

## Loja Sesc

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

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

---

### Faça sua Credencial Plena

**Para fazer ou renovar a Credencial Plena** de maneira on-line, baixe o aplicativo Credencial Sesc SP ou acesse o site **centralrelacionamento.sescsp.org.br**. Se preferir, nesses mesmos canais, é possível agendar horários para realização desses serviços presencialmente, nas Centrais de Atendimento das unidades.



Consulte a relação de documentos necessários

---

### Sobre o Sesc São Paulo

Com mais de 77 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de mais de 42 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

Mantido por empresas do setor, o Sesc é uma entidade privada que atende cerca de 30 milhões de pessoas por ano. Hoje, aproximadamente 50 organizações nacionais e internacionais do campo das artes, esportes, cultura, saúde, meio ambiente, turismo, serviço social e direitos humanos contam com representantes do Sesc São Paulo em suas instâncias consultivas e deliberativas.

---

## Informações e horários

### **Biblioteca**

Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábados, domingos e feriados:  
9h às 17h30.

### **Bicicletário**

Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábado: 9h às 20h;  
Domingo e feriado: 9h às 18h.  
\*Obrigatório uso de corrente

### **Cafeteria**

Terça a sexta: 9h30 às 11h  
e 15h30 às 20h30.  
Sábados: 9h30 às 11h e 15h30 às 20h  
Domingos e feriados: 9h30 às 11h e  
15h30 às 18h.

### **Central de Atendimento\***

Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábados, domingos e feriados 9h às 17h.  
\*Agendamento por meio do site  
centralderelacionamento.sescsp.org.  
br ou pelo APP - Credencial Sesc SP.

### **Centro de Educação Ambiental**

Terça a sexta: 9h às 21h  
Sábados, domingos e feriados:  
9h às 17h30.

### **Comedoria**

Terça a sexta: 11h às 14h.  
Sábados, domingos e feriados:  
11h às 14h.

### **Espaço de Brincar**

Terça a domingo: 10h às 13h30;  
das 14h às 17h30.

### **Espaço de Tecnologias e Artes**

Terça a sexta, 9h às 21h30  
Sábados, domingos e feriados,  
9h às 17h.

### **Exame Dermatológico**

Baixa temporada - março a setembro:  
Terça à sexta, 9hs às 21hs,  
com intervalo das 16hs às 17hs.  
Sábados, domingos e feriados,  
9hs às 17hs, com intervalo  
das 13hs às 14hs.  
Alta temporada - outubro a fevereiro:  
Terça à sexta, 9hs às 21hs,  
com intervalo das 16hs às 17hs.  
Sábados, domingos e feriados,  
9hs às 17hs, sem intervalo.

### **Estacionamento**

315 vagas para carros e 42 para motos  
Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábado: 9h às 20h;  
Domingo e feriado: 9h às 18h.  
Preços:  
Credencial Plena. Primeira hora:  
R\$ 7. Hora adicional: R\$ 2.  
Público geral. Primeira hora: R\$ 14.  
Hora adicional: R\$ 3,50.

### **Ginástica Multifuncional**

Terça a sexta: 7h15 às 21h30  
Sábados: 9h às 16h  
Domingos e feriados: 9h às 14h.

### **Juventudes**

Terça a sexta: 11h às 21h  
Sábados, domingos e feriados:  
11h às 17h30.

### **Odontologia**

Terça a sexta, 7h20h às 20h40,  
Sábados, 9h30 às 14h20.  
Exclusivo para trabalhadores  
no comércio de bens, turismo  
e serviços credenciados e  
dependentes. Atendimento com  
inscrição prévia. Vagas limitadas.

### **Piscina Externa**

Terça a domingo - das 9h às 17h30.

### **Piscina Interna**

Terça a sexta - das 9h às 21h30  
Sábados, domingos e feriados -  
das 9h às 17h30

### **Programa de Relacionamento com Empresas**

Credenciamento Sesc e ações junto às  
empresas.  
Telefone: (11) 2475-5717.  
E-mail: relacionamentocomempresas.  
guarulhos@sescsp.org.br

### **Agendamento de Grupos**

Participação de grupos em atividades  
presenciais e online.  
Telefone: (11) 2475-5712.  
E-mail: agendamento.guarulhos@  
sescsp.org.br

faça sua  
credencial  
sesc



DISTRIBUIÇÃO GRATUITA VENDA PROIBIDA

## **SESC GUARULHOS**

Rua Guilherme Lino dos Santos  
Jardim Flor do Campo, Guarulhos  
Tel.: (11) 2475-5550

  /sescguarulhos  
 /sescguarulhosyt

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