

cursos  
e oficinas  
setembro  
2024

use esse espaço para anotar as atividades em que deseja participar

ações para cidadania	8
artes visuais	10
cinema e vídeo	16
esporte e atividade física	18
literatura	30
meio ambiente	34
saúde	38
tecnologias e artes	40
turismo	48

crianças	50
jovens	56
peessoas idosas	58

fim de semana	60
------------------	----



<b>ações para cidadania</b>	Conversa com Rosane Borges 9 TPM Scratch 9
<b>artes visuais</b>	Experimentos com Barro 11 O Caminho do Barro e o Saber-fazer Quilombola 12 Arte desde os Andes: Conceitos e Obras Contemporâneas 12 Reconstrução Ancestral pela Pintura 13 Cosmovisão Andina: Espiritualidade e Arte 13 Visitas Mediadas com Público Espontâneo 14 Maxwell Alexandre Conversa com Pedra 14 Desenho de Moda 15 Gravura em Metal: <i>Por Necessidade, Não por Conceito</i> 15
<b>cinema e vídeo</b>	Introdução à Maquiagem Cinematográfica 17
<b>esporte e atividade física</b>	Danças Latinas 19 Apresentação: Avenida Paulista às Cegas 20 Criação de Modelos 3D – Avenida Paulista às Cegas 20 Comunicação Esportiva Para Mulheres 21 Balance 21 Esporte Família – Brincadeiras de Rua 22 Dançando como nos Clipes 22 Lambaeróbica 23 Dançando como nos Clipes – Especial 23 Ginástica Aeróbica 24 FIGHT – Ginástica Aeróbica com Movimentos de Lutas 24 Ritmos Flashback Anos 90 25 Treino Coletivo de GMF 25 Gaymada 26 Breaking – Especial Anos 90 26 Axé Anos 90 27 Batalha de Dança dos Anos 90 27 Breaking – Da França ao Brasil 29 Jogos e Brincadeiras Olímpicas – Breaking 29
<b>literatura</b>	Lançamento de <i>Quando a Inocência Morreu</i> , de Estrela Leminski 31 A Multiplicidade na Obra de Paulo Leminski 32



<b>literatura</b>	<p>Livro de Vênus: Laboratório para Criação e Edição de Escritos Eróticos 32</p> <p>Literatura: A Inclusão Desenhada pelas Margens 33</p>
<b>meio ambiente</b>	<p>Minimutirão: Preparar, Plantar e Colher 35</p> <p>Avanços e Desafios: A Política Cicloviária para São Paulo 36</p> <p>Para que Tanta Pressa? Entregas Rápidas, Mortes e Aceleração no Trânsito 37</p>
<b>saúde</b>	<p>Desconstruindo Estigmas Raciais na Saúde Bucal 39</p> <p>Me Empresta seu Sorriso 39</p>
<b>tecnologias e artes</b>	<p>Gabaritos para Arte Têxtil em Impressão 3D 41</p> <p>Laboratório de Códigos Abertos 42</p> <p>Introdução ao Desenho Artístico: Módulo I 43</p> <p>Gráfica de Cozinha: Gravura com Materiais do Dia a Dia 44</p> <p>Formação em Sysadmina: Como Administrar sua Própria Nuvem 44</p> <p>Encadernação Artesanal: Criação de Álbum para Gravuras 45</p> <p>Desenho de Observação no Cotidiano 46</p> <p>Paisagem Invertida 47</p> <p>Laboratório de Materiais Artísticos 47</p>
<b>turismo</b>	<p>Histórias Não Contadas da Cidade 49</p> <p>De Mirante a Mirante: As Artes no Sesc Avenida Paulista e CCSP 49</p>
<b>crianças</b>	<p>Da Sala ao Palco: Musicalização Infantil 51</p> <p>Do Fio ao Tecido: Tear de Papelão 52</p> <p>Bordado para Todas as Idades 53</p> <p>Impressão com Gelliprint 54</p> <p>Cantinhos do Brincar 54</p> <p>Musicalização e Composição para Crianças 55</p> <p>Momento Curumim 55</p>
<b>jovens</b>	<p>Microfone Aberto – Circo de Variedades 57</p> <p>Sobre Morangos e Alucinações: <i>Morangos Mofados</i> e <i>Alice no País das Maravilhas</i> 57</p>
<b>pessoas idosas</b>	<p>Vivências Experimentais de Flou 59</p>

## 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

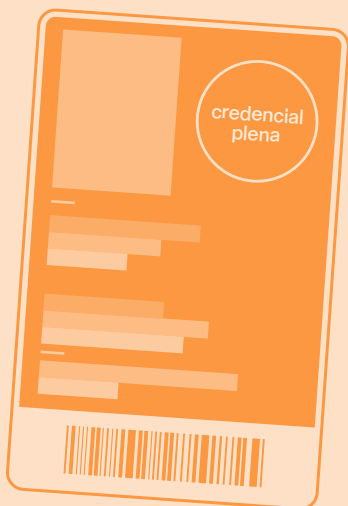
Para participar de atividades com inscrição prévia no Sesc é necessário ter uma Credencial Plena. Ela é gratuita, tem validade de dois anos, pode ser utilizada nas unidades de todo o Brasil e dá acesso prioritário a diversas atividades, além de oferecer descontos em serviços pagos.

## 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, 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**



o que você  
encontrará aqui?  
Cursos, oficinas e outras  
atividades nas áreas de  
diversidade cultural,  
direitos humanos e  
sustentabilidade. Consulte  
condições de acesso  
nas atividades a seguir.

ações para  
a cidadania

aquilombamento nas margens → bate-papo

## Conversa com Rosane Borges

mediação: Kwame Yonatan e Laura Lanari

O bate-papo abordará a relação inextrincável entre as diferentes subjetividades e a política, considerando que ambas possuem uma incidência direta nas formas de configuração dos racismos e dos antirracismos.

**Rosane** é jornalista, escritora e pós-doutora em ciências da comunicação.

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

**Laura** é psicanalista e advogada.

19/9

quinta, 19h30 às 21h30

onde

Térreo

público

a partir de 18 anos

acesso

livre, sujeito

à lotação do espaço

grátis

curso

## TPM Scratch

com Todas Podem Mixar (TPM)

Atividade com foco na profissionalização de mulheres e pessoas LGBTQIAPN+.

Composto por aulas teóricas e práticas com equipamentos profissionais: toca-discos, controladoras, agulhas, mixer, discos de vinil e equipamentos base. Voltada apenas a mulheres e pessoas LGBTQIAPN+.

Criado pela DJ Miria Alves, **TPM – Todas Podem Mixar**, é voltado para a conscientização da mulher por meio da educação musical, com base na cultura hip-hop.

17–18/9

terça e quarta,  
19h às 22h

onde

Térreo

público

a partir de 16 anos

inscrições

online, às 14h

27/8 (Credencial Plena)

30/8 (público em geral)

centralrelacionamento.

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

grátis



artes  
visuais

artesanias: fazeres e saberes paulistas → oficina

# Experimentos com Barro

com Associação Arte nas Mãos (Apiá-SP)

Divulgação



O público experimentará com o barro a técnica de rolinho, rolete ou cordel. Os rolos, feitos a partir dessa manipulação, são sobrepostos de acordo com o formato da peça que se deseja e depois são alisados com as mãos e ajuda de utensílios.

O grupo **Arte nas Mãos** preserva sua identidade cultural a partir do barro em Apiá, cidade pertencente ao Vale do Ribeira, território que guarda a maior área contínua de Mata Atlântica preservada do país.

**28 e 29/9**  
sábado e domingo,  
11h às 13h

---

onde  
Lab 2 (4º andar)

---

público  
a partir de 12 anos

---

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

---

grátis

artesanias: fazeres e saberes paulistas → vivência

# O Caminho do Barro e o Saber-fazer Quilombola

com Associação Arte nas Mãos (Apiáí-SP)

Demonstração do saber manual e ancestral de manuseio com o barro, passado de mãe para filha a partir de suas histórias, processos e relação com o território do Vale do Ribeira, onde vivem e criam.

28 e 29/9  
sábado e domingo,  
14h30 às 16h30

onde  
Lab 2 (4º andar)

público  
todas as idades

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

curso

# Arte desde os Andes: Conceitos e Obras Contemporâneas

com Jose F. Arispe Rodriguez

Panorama das artes e artistas visuais modernos e contemporâneos que se desenvolveram na Bolívia, em diálogo com o contexto político e social local e latino-americano, com foco para percursos decoloniais.

Temas das aulas:

1. Bolívia e a crise do modernismo; indigenismo e cultura Tiwanaku;
2. Espírito moderno na literatura e pintura;
3. Geração de 52,
4. Cultura e pensadores contemporâneos.

11/9–2/10  
quartas,  
19h30 às 21h30

onde  
Lab 2 (4º andar)

público  
a partir de 18 anos

inscrições  
online, às 14h  
27/8 (Credencial Plena)  
30/8 (público em geral)  
[centralrelacionamento.secsp.org.br](http://centralrelacionamento.secsp.org.br)

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

**Jose é de La Paz, Bolívia. Foi curador do Museo Nacional de Arte da Bolívia (2019 – 2021), responsável por projetos de exposição em arte contemporânea.**

curso

# Reconstrução Ancestral pela Pintura

com Carolina Velasquez

Em um processo coletivo de investigação, o objetivo do curso é que cada participante produza uma pintura de sua *cosmovisão familiar*, contendo trechos de narrativas, rostos, caminhos, histórias, símbolos e palavras que possam ser apresentados a si mesmo e aos seus.

**Carolina** é artista-performer, mediadora e pesquisadora.

18/9–2/10

quartas, 14h30 às 16h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 18 anos

inscrições

online, às 14h

27/8 (Credencial Plena)

30/8 (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

# Cosmovisão Andina: Espiritualidade e Arte

com Carolina Velasquez e Inti Wawa

Cada pessoa participante terminará o curso tendo em mãos uma obra sobre suas raízes ancestrais ligadas a um personagem arquetípico da cosmovisão andina.

Tema das aulas:

1. Cosmovisão andina e exercícios práticos;
2. Roda de conversa sobre reconstrução ancestral e oficina de escultura,
3. Troca sobre as produções e reflexões coletivas.

**Inti** é indígena da nação Quechua e atualmente reside em São Paulo. Se dedica à música, escultura, palestras musicadas e cursos sobre xamanismo.

17/9–1/10

terças, 19h30 às 21h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 18 anos

inscrições

online, às 14h

27/8 (Credencial Plena)

30/8 (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

novo poder: passabilidade → visita mediada

# Visitas Mediadas com Público Espontâneo

com a equipe educativa da exposição

As visitas pretendem estimular novas políticas do olhar, que colocam em questão a representação e a representatividade de pessoas negras. A proposta da mediação é aprofundar assuntos presentes na exposição a partir das pesquisas do corpo educativo, de modo a expandir uma vivência crítica, educativa e criativa.

1–29/9

sábados e domingos,  
11h às 12h e 16h às 17h

onde

Arte I (5º andar)

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

novo poder: passabilidade → bate-papo

# Maxwell Alexandre Conversa com Pedra

com Pedra e Maxwell Alexandre  
mediação: Nathalia Grilo

O artista convida a estilista Pedra para um diálogo sobre suas próprias experiências entre a moda e a arte, além de trazer um pouco do conceito de brasilidade e sobre o processo de criação da sua última coleção Noite Frias sem Vc RMX, apresentada num desfile de ativação da série Miss Brasil, inaugurada na Casa SP–Arte, em São Paulo, em agosto de 2023.

**Pedra** é brasileira, criada a partir de um corpo negro e travesti, ela explora a sensualidade e reivindica a sexualidade negada a tudo o que é dissidente, com peças abertas e desnudas.

**Maxwell** é nascido e criado no Rio de Janeiro, é um dos grandes nomes da arte contemporânea e já teve obras expostas em Nova York, Paris, Londres, Madri e Marrakech.

12/9

quinta, 20h às 22h

onde

Térreo

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis





novo poder: passabilidade → oficina

## Desenho de Moda

com Angela Bastos

Esta oficina pretende desenvolver com o público desenhos de moda. As pessoas participantes aprenderão as técnicas e processos para criação de croquis de moda, desde as referências utilizadas, até o seu resultado. Nesse percurso se discutirá sobre moda, estética, periferia e outros temas importantes presentes na mostra.

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

21/9

sábado, 14h às 16h

onde

Mezanino I (6º andar)

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

novo poder: passabilidade → oficina

## Gravura em Metal: Por Necessidade, Não por Conceito

com Nanju dos Santos

Em diálogo com as obras da exposição, essa oficina possibilita aos participantes experimentarem a técnica de gravura em metal fazendo o uso de materiais alternativos presentes no cotidiano como fez o artista Maxwell Alexandre no início de sua carreira: *Por necessidade, não por conceito*. A proposta é suscitar um olhar atento e poético aos materiais pela arte e estética e não mais por necessidade.

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

14/9

sábado, 14h às 17h

onde

Mezanino I (6º andar)

público

a partir de 9 anos

inscrições

no local

grátis



cinema  
e vídeo

curso

# Introdução à Maquiagem Cinematográfica

com Mirella Machado de Oliveira

Com conteúdos teóricos e práticos, as aulas abordam situações reais e técnicas específicas do trabalho de maquiagem na produção audiovisual. O curso passa por aplicação da teoria das cores, estudo de personagens, distinções entre cinema e publicidade, efeitos especiais, entre outros assuntos.

**Mirella** é maquiadora especializada em cinema e publicidade, ministra aulas em escolas de cinema e em seu estúdio.

4–25/9

quartas, 19h às 21h30

onde

Estúdio (4º andar)

público

a partir de 16 anos

inscrições

online, às 14h

27/8 (Credencial Plena)

30/8 (público em geral)

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

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9



The background features a complex, abstract pattern of irregular, interlocking shapes in shades of orange and purple. The shapes are scattered across the entire frame, creating a textured, mosaic-like effect. The colors are vibrant and contrast sharply against each other.

esporte  
e atividade  
física

semana move → aula aberta

# Danças Latinas

com Patricia Procópio



Unsplash | ArdianLumi

A atividade mistura movimentos aeróbicos com ritmos e coreografias latinas, como a salsa, mambo, merengue e reggaeton.

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

**21/9**

sábado, 17h30 às 18h30

---

onde

Térreo

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

---

grátis

avenida paulista às cegas → bate-papo

# Apresentação: Avenida Paulista às Cegas

com Flávia Mariano e Renato Frosch

Iniciativa que une bicicleta, experiência cultural e inclusão social. Uma bicicleta triciclo dupla carrega os passageiros, parando em pontos do percurso, para apresentar monumentos e espaços da arquitetura urbana, apresentando réplicas em miniatura desses locais, produzidas em impressão 3D. Dessa forma, cegos e pessoas com baixa visão podem tocar e compreender as formas dos locais apresentados.

**Flávia** é bacharel em hotelaria e pós graduada em tradução inglês/português.

**Renato** é doutor em educação, mestre em engenharia e professor universitário.

4/9

quarta, 18h30 às 20h

onde

Térreo

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

avenida paulista às cegas → oficina

# Criação de Modelos 3D – Avenida Paulista às Cegas

com Flávia Mariano e Renato Frosch

Criação de miniaturas 3D para a atividade Avenida Paulista às Cegas.

5–26/9

quintas, 10h30 às 12h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 16 anos

inscrições

online, às 14h

27/8 (Credencial Plena)

30/8 (público em geral)

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

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

copa sesc do comércio e serviços → curso

# Comunicação Esportiva Para Mulheres

com Luciana Mariano, Day Natale, Ana Cruzeiro e Roberta Magalhães

Curso que trará formação em três frentes que atuam no basquete 3x3: a narração, as comentaristas e MCs das quadras.

**Luciana** é jornalista, narradora e apresentadora do canal ESPN.

**Day** é jornalista, atua como reporter na CazéTV.

**Ana** é ex-atleta de basquete, atua como comentarista da Liga de Basquete Feminino.

**Roberta** é basqueteira, feminista, comunicadora, escritora, poeta e militante.

5/9–24/10  
quintas, 19h às 21h

onde  
Lab 2 (4º andar)

público  
a partir de 18 anos

inscrições  
online, 16/8, às 14h  
[centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

grátis

semana move → aula aberta

# Balance

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

Atividade com base em exercícios de concentração, força e mobilidade, despertando a consciência corporal.

1–29/9  
domingos, 10h10 às 11h

onde  
Corpo I (10º andar)

21 e 22/9  
sábado e domingo,  
10h10 às 11h

onde  
Térreo

público  
a partir de 12 anos

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

semana move → vivência

# Esporte Família – Brincadeiras de Rua

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

Taco, pique bandeira, elástico, amarelinha e queimada são exemplos de brincadeiras que faziam sucesso nos anos de 1990. A recreação orientada resgatará brincadeiras de rua, para os adultos relembrem e as crianças conhecerem.

21–28/9

sábados e domingos,  
11h15 às 12h45

onde

Corpo I (10º andar)

29/9

domingo, 11h às 12h30

onde

Térreo

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

semana move → aula aberta

# Dançando como nos Clipes

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

Aulas que trabalham ritmo e coordenação motora por meio de coreografias de videoclipes de grandes sucessos.

3 a 26/9

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

onde

Corpo I (10º andar)

21/9

sábado, 14h às 15h

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis



semana move → aula aberta

## Lambaeróbica

com Karina Piazzentin

Aula que contempla ritmos como: axé, sertanejo, funk, pagode baiano e alguns hits internacionais.

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

21/9

sábado, 15h10 às 16h

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

semana move → aula aberta

## Dançando como nos Clipes – Especial

mediação: Sabrina Parlatore

Aulas que trabalham ritmo e coordenação motora por meio de coreografias de videocliques de grandes sucessos.

**Sabrina** é paulistana e marcou uma geração como apresentadora dos programas Disk MTV e Luau MTV. Além disso, é cantora, ativista na luta contra o câncer de mama e promotora da vida saudável.

29/9

domingo, 16h às 18h

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

semana move → aula aberta

## Ginástica Aeróbica

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

Sucesso nos anos 1990, a ginástica aeróbica mistura os movimentos da ginástica clássica com a dança.

22/9

domingo, 11h10 às 12h

24–27/9

terça a sexta,  
12h às 12h50  
e 18h às 18h50

---

onde

Térreo

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis

semana move → aula aberta

## FIGHT – Ginástica Aeróbica com Movimentos de Lutas

com Yuri dos Anjos

Aula coletiva que combina exercícios do treinamento funcional e movimentos das artes marciais, garantindo um alto gasto calórico por meio de exercícios de força, condicionamento, postura e flexibilidade.

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

22/9

domingo,  
15h30 às 16h30

---

onde

Térreo

---

público

a partir de 12 anos

---

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis

semana move → aula aberta

## Ritmos Flashback Anos 90

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

A atividade revive a nostalgia dos anos 90, de maneira alegre e divertida, resgatando os movimentos e coreografias marcantes da década.

22/9

domingo, 17h às 18h30

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

semana move → aula aberta

## Treino Coletivo de GMF

com Renan Murta

Aulas abertas com treinos pensados para grupos, nos quais serão trabalhados os princípios da ginástica multifuncional, priorizando o movimento, a mobilidade e pensando do simples para o complexo.

**Renan** é formado em educação física, praticante de crossfit e acredita na atividade física como forma de desenvolvimento global do indivíduo.

24–27/9

terça, quinta e sexta,

11h às 11h50,

14h às 14h50,

16h às 16h50

e 19h30 às 20h20

quarta, 11h às 11h50,

14h às 14h50

e 16h às 16h50

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

semana move → vivência

# Gaymada

com Gaymada SP

A *gaymada* é um jogo, uma brincadeira e uma performance. Com base em uma das brincadeiras mais conhecidas do país, a queimada, essa versão é um ato de resistência e coexistência para as pessoas da comunidade LGBTQIAPN+. Nesta recreação orientada, o público poderá jogar e brincar em conjunto com o coletivo Gaymada SP.

**Gaymada SP** é um coletivo LGBTQIAPN+ que busca a ocupação de espaços públicos de São Paulo, por meio do incentivo ao esporte queimada. A atividade traz a pauta da diversidade para as quadras e reafirma que esporte é para todas as pessoas.

28 e 29/9

sábado, 11h às 12h30

domingo, 13h às 15h

---

onde

Térreo

---

público

a partir de 6 anos

---

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

---

grátis

semana move → aula aberta

# Breaking – Especial Anos 90

com B-Boy Pelezinho

Aula aberta para todas as pessoas aprenderem os principais movimentos da dança urbana e conhecerem a evolução do *breaking* de 1990 até agora como modalidade olímpica.

**B-Boy Pelezinho** é o nome no mundo do hip-hop de Alex José Gomes Eduardo, que iniciou no Breaking em 1995.

28/9

sábado, 13h às 14h30

---

onde

Térreo

---

público

a partir de 6 anos

---

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

---

grátis

semana move → aula aberta

## Axé Anos 90

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

Nascido na Bahia, o axé se espalhou pelo Brasil nos anos de 1990 e 2000. Aula especial para trazer os maiores sucessos do Axé Bahia para o Sesc Avenida Paulista.

28/9

sábado, 15h às 16h30

onde

Térreo

público

a partir de 6 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

semana move → aula aberta

## Batalha de Dança dos Anos 90

com B-boy Pelezinho e educadores(as)  
de atividades físico-esportivas  
do Sesc Avenida Paulista

Inspirado nas batalhas de *breaking*, o Sesc Avenida Paulista promove uma batalha de ritmos: o *breaking* dos anos 90 encontra com o axé. Os professores puxam passinhos e todas as pessoas estão convidadas a experimentar os dois ritmos. O importante é se jogar na dança!

28/9

sábado, 17h às 18h30

onde

Térreo

público

a partir de 6 anos

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis



semana move → vivência

## ↙ Breaking – Da França ao Brasil

com B-boy Enzo

Apresentação esportiva de *breaking* que convida o público a vivenciar a modalidade olímpica que estreou em Paris 2024.

**B-boy Enzo** é um atleta francês de *breaking* há mais de 12 anos.

25/9

quarta, 19h às 21h

onde

Térreo

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

aula aberta

## Jogos e Brincadeiras Olímpicas – Breaking

O *breaking* é um estilo de dança que faz parte da cultura hip-hop e nasceu na década de 1970, nos Estados Unidos. Caracterizado pelos movimentos acrobáticos e pelo trabalho com os pés, a modalidade fez sua estreia nos jogos olímpicos esse ano em Paris. As aulas abertas trarão os movimentos básicos e permitirão que o público arrisque outros movimentos mais complexos e até crie os seus.

1–22/9

domingos,

15h30 às 17h30

onde

Corpo I (10º andar)

público

a partir de 6 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis



literatura



leminski 80 → bate-papo

# Lançamento de *Quando a Inocência Morreu,* de Estrela Leminski

com Estrela Leminski e Alice Ruiz

Divulgação



*Quando a Inocência Morreu* é o primeiro romance de Estrela Leminski. A autora não conheceu seus avós e tudo o que construiu como identificação, afeto ou lembrança se baseia em relatos de alguém da família. A impregnação dessa ausência permitiu a construção desse livro, que é dividido em quatro histórias. Uma para cada um dos seus avós.

**Estrela** é escritora, poeta e compositora.

**Alice** é poeta e compositora, vencedora de dois prêmios Jabuti.

4/9  
quarta, 19h

onde  
Biblioteca (15º andar)

público  
a partir de 14 anos

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

leminski 80 → bate-papo

# A Multiplicidade na Obra de Paulo Leminski

com Aurea Leminski  
participação: Teo Ruiz e Estrela Leminski

Nesta mesa, os(as) convidados(as) debatem as múltiplas facetas da obra de Paulo Leminski, que explorou a diversidade cultural brasileira, mesclando influências orientais, ocidentais e indígenas.

**Aurea** é formada em jornalismo, produtora cultural, atualmente preside o Instituto Paulo Leminski.

3/9  
terça, 19h

onde  
Térreo

público  
a partir de 14 anos

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

curso

# Livro de Vênus: Laboratório para Criação e Edição de Escritos Eróticos

coordenação de Natália Nolli Sasso

O laboratório é uma proposta descontraída para a realização de uma série de encontros visando estimular as pessoas participantes nos exercícios de criação e edição de escritos eróticos.

**Natália** é escritora, editora e performer. Graduada em jornalismo e mestra em artes cênicas, é autora de *Ninfas do Tietê* (2018/2021), *Sexo estranho com desconhecidos em lugares impróprios* (2020) e *Vírus do beijo* (2023).

12/9–31/10  
quintas, 19h30 às 21h30

onde  
Estúdio (4º andar)

público  
a partir de 18 anos

inscrições  
online, às 14h  
27/8 (Credencial Plena)  
30/8 (público em geral)  
[centralrelacionamento.secsp.org.br](http://centralrelacionamento.secsp.org.br)

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

bate-papo

# Literatura: A Inclusão Desenhada pelas Margens

com Marcos Samuel da Costa (PA), Dayane Teixeira (SP),  
Alexandre de Almeida (CE) e Gabriel Leite (SP)  
mediação: Lai Kaos (PA)

Pexels | Ravi Kant



Nos últimos anos, muitos livros com temáticas relacionadas às minorias têm vencido prêmios e se destacado no cenário literário nacional. Esse é um fenômeno novo, uma conquista de pessoas e comunidades em luta. Na conversa, esse fenômeno será abordado por autores que trabalham temas caros às minorias e, muitos deles, vivem imersos nessa realidade.

**Marcos** é poeta, escritor e mestrando em antropologia.

**Dayana** é escritora e pesquisadora das literaturas africanas negro-brasileira e indígena brasileira.

**Alexandre** é escritor, músico e livreiro.

**Gabriel** é escritor e mestrando em direito internacional.

**Lai** é poeta, professora e historiadora.

11/9  
quarta, 19h

onde  
Biblioteca (15º andar)

público  
a partir de 14 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 à alteração conforme condições climáticas. 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.

10/9\*

terça, 14h às 18h

onde

Terraço (17º andar)

público

todas as idades

ingressos

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

grátis

Igor Jatobá



debate

# Avanços e Desafios: A Política Ciclovitária para São Paulo

com Ricardo Neres Machado, Jô Pereira e Guilherme Moraes  
mediação: Daniel Santini

Discussão a respeito dos desafios das políticas públicas para o uso e disseminação das bicicletas na cidade de São Paulo. Serão temas da conversa: a distribuição espacial, questões de gênero e raça, como incentivar o uso de bicicletas, dentre outros.

**Ricardo** é diretor-geral da Ciclocidade (Associação de Ciclistas Urbanos de São Paulo), economista e idealizador do Giro Preto.

**Jô** é diretora-presidenta da União dos Ciclistas do Brasil e idealizadora e fundadora do Pedal na Quebrada.

**Guilherme** é pesquisador sobre mobilidade urbana que faz parte do Diversitas – Núcleo de Estudos das Diversidades, Intolerâncias e Conflitos da USP.

**Daniel** é jornalista, mestre e doutorando em planejamento urbano.

11/9

quarta, 19h às 21h

onde

Térreo

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis



debate

# Para que Tanta Pressa? Entregas Rápidas, Mortes e Aceleração no Trânsito

com Renan Kalil, Jacira Souza (Senôritas Courier)  
e Henrique Bombana  
mediação: Daniel Santini

A conversa discutirá a questão da mobilidade urbana e como ela está sendo afetada pela plataformação dos serviços de entregas de mercadorias. Com a participação de convidados(as) que acompanham e vivenciam essas problemáticas sob diferentes perspectivas, o encontro pretende apresentar uma análise bem fundamentada sobre o fenômeno e abrir o debate sobre alternativas e possibilidades.

**Renan** é procurador do Ministério Público do Trabalho, doutor e mestre em direito.

**Jacira** é cicloentregadora da cooperativa Senôritas Courier.

**Henrique** é biomédico toxicologista, mestre e doutor em ciências.

24/9

terça, 19h30 às 21h30

onde

Biblioteca (15º andar)

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à  
lotação do espaço

grátis

Pexels





saúde



boca, pra que te quero? → bate-papo

## Desconstruindo Estigmas Raciais na Saúde Bucal

com Tadeu de Paula e Victor Hugo  
mediação: Juliana Alves

Bate-papo que nos traz, em um passeio cronológico, questões raciais e a construção da práxis da odontologia dos dias de hoje.

**Tadeu** é psicólogo doutor em saúde coletiva, professor do departamento de saúde coletiva e da pós-graduação em psicologia social e institucional.

**Victor** é dentista fundador do coletivo Ayo saúde, que une cultura, arte e odontologia, tudo ao mesmo tempo.

**Juliana** é mulher negra, paulista, odontopediatra e mestre em ciências da saúde.

6/9

sexta, 19h30 às 21h30

onde

Biblioteca (15º andar)

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

intervenção

## Me Empresta seu Sorriso

com Thiago Bugallo

O projeto tem como objetivo principal levar até as pessoas sorrisos e motivos para sorrir na vida. Um questionamento sobre nós mesmos e nossa sociedade. Afinal, o que nos traz alegria nos dias de hoje? Ou melhor: O que te faz sorrir?

**Thiago** é diretor de fotografia, fotógrafo e ator. Trabalha com mercado audiovisual e fotográfico há mais de 10 anos.

14/9

sábado, 14h às 17h

onde

Bulevar (ao lado Sesc)

público

todas as idades

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis



tecnologias  
e artes

oficina

# Gabaritos para Arte Têxtil em Impressão 3D

com Jessica Rampim

Com a utilização de *softwares* gratuitos como Figma e InkScape, cada aluno(a) desenhará um gabarito para ajudar na execução de artes têxteis, como: sashiko, boro, quilting, fuxico e bordado livre. Após o desenho, cada aluno(a) passará por todo o processo de impressão 3D do gabarito.

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

**3/9–1/10**

terças, 10h30 às 12h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos

antes, no local

grátis

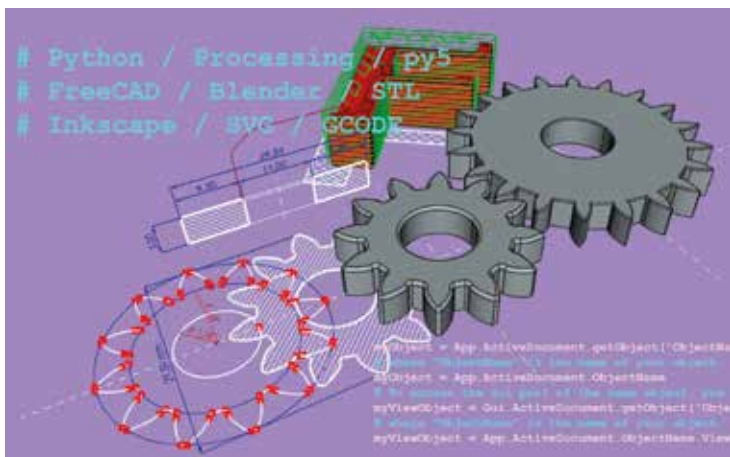
Jessica Rampim



oficina

# Laboratório de Códigos Abertos

com Alexandre Villares e Maraiza Adami



Alexandre Villares

Atividade aberta destinada ao desenvolvimento de experimentos de fabricação digital, tecnologias sociais, eletrônica criativa e design generativo. O público terá a oportunidade de aprender sobre o funcionamento dos equipamentos, os *softwares* envolvidos e será estimulado a desenvolver seus próprios experimentos ao longo da atividade.

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

4–25/9

quartas,  
14h30 às 16h30

---

onde  
Lab 1 (4º andar)

---

público  
a partir de 14 anos

---

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

---

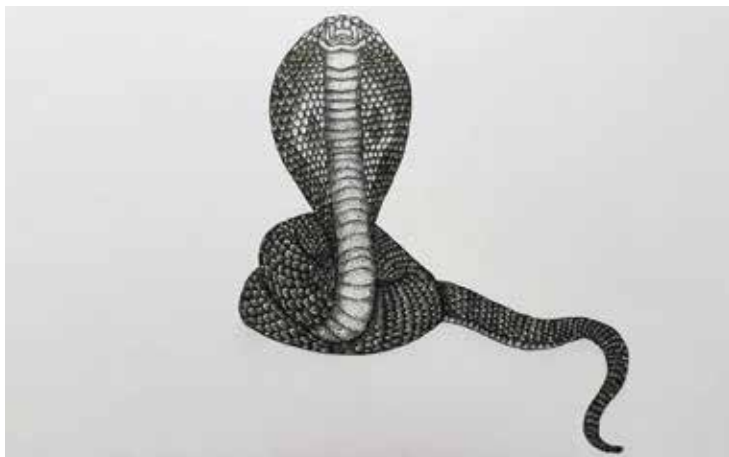
grátis

oficina

# Introdução ao Desenho Artístico Módulo I

com Danilo Matias

Danilo Matias



Atividade que tem como objetivo introduzir as pessoas participantes às técnicas básicas do desenho artístico com lápis grafite e lápis de cor sobre canson. A partir de diversas aulas abertas, que propõem diferentes exercícios, a cada encontro, o(a) participante poderá exercitar o desenho por meio de observação de imagens e objetos físicos.

**Danilo** integra a equipe de educadores(as) 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.

**25/9–2/10**

quartas, 19h30 às 21h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 16 anos

ingressos

30 minutos

antes, no local

grátis

oficina

# Gráfica de Cozinha: Gravura com Materiais do Dia a Dia

com Anita Cavaleiro

Vivência em ateliê, na qual as pessoas participantes serão convidadas a experimentar processos de gravação com materiais do dia a dia, como embalagens, papel alumínio, entre outros.

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

4–25/9  
quartas,  
10h30 às 12h30

onde  
Lab 1 (4º andar)

público  
a partir de 12 anos

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

grátis

curso

# Formação em Sysadmina: Como Administrar sua Própria Nuvem

com membras do MariaLab

A atividade propõe uma introdução ao armazenamento em nuvem sob uma perspectiva crítica e feminista, apresentando como ela funciona e propondo um exercício prático de como colocar um site no ar para explicar mais sobre o funcionamento do armazenamento em nuvem e suas implicações na sociedade como um todo.

**MariaLab** é uma associação sem fins lucrativos, que atua na intersecção entre política, gênero e suas tecnologias.

5/9–10/10  
quintas, 14h30 às 16h30

onde  
Lab 1 (4º andar)

público  
a partir de 14 anos

inscrições  
online, às 14h  
27/8 (Credencial Plena)  
30/8 (público em geral)  
[centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

curso

# Encadernação Artesanal: Criação de Álbum para Gravuras

com Roberto Araki

Curso prático que aborda o processo de confecção de um álbum para armazenar gravuras de pequeno formato ou outras imagens em pequenas molduras feitas de papel.

**Roberto** é formado na área de tecnologia e programação, e na última década tem se dedicado às artes, como desenho, xilogravura, linoleogravura, gravura em metal a buril, encadernação artística e fabricação digital.

5–26/9

quintas, 10h30 às 12h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

inscrições

online, às 14h

27/8 (Credencial Plena)

30/8 (público em geral)

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

Roberto Araki



curso

# Desenho de Observação no Cotidiano

com Fabiana Won

A proposta desta atividade é desenvolver práticas de ilustração que tenham como ponto de partida a observação e a relação com o entorno e o cotidiano, seja por meio de fotografias, objetos pessoais ou no próprio local.

**Fabiana Won** ou wonori é artista multidisciplinar e bacharel em direito. Suas principais áreas investigativas são a fotografia, a ilustração, a cerâmica, o bordado e a encadernação, esta última por conta da diversidade de aplicações possíveis.

7-28/9

sábados, 10h30 às 13h

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

inscrições

online, às 14h

27/8 (Credencial Plena)

30/8 (público em geral)

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

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9



Fabiana Won



oficina

## Paisagem Invertida

com Cidade Invertida

A atividade propõe uma imersão na fotografia analógica, a partir de uma vivência de fotografia pinhole, que acontece no trailer do Cidade Invertida, funcionando como uma câmera fotográfica gigante, e pode ser utilizado também como laboratório de revelação de fotografias analógicas.

O **Cidade Invertida** é uma escola de fotografia que reúne fotógrafos, educadores e artistas para elaborar ações culturais relacionadas à imagem a fim de torná-la uma ferramenta propulsora de cultura, conhecimento e cidadania.

7-28/9

sábados e domingos,  
14h às 17h

---

 onde

Bulevar  
(ao lado do Sesc)

---

 público

a partir de 7 anos

---

 inscrições

no local, sujeito  
à lotação

---

 grátis

oficina

## Laboratório de Materiais Artísticos

com Anita Cavaleiro e Danilo Matias

A atividade propõe um ateliê de ilustração para a experimentação de técnicas artísticas. A cada encontro, serão propostos exercícios para a exploração de diferentes materiais, como carvão, pastel seco e lápis de cor, e suas possibilidades de uso aplicadas às artes.

8 e 22/9

domingos, 11h às 13h

---

 onde

Lab 1 (4º andar)

---

 público

a partir de 12 anos

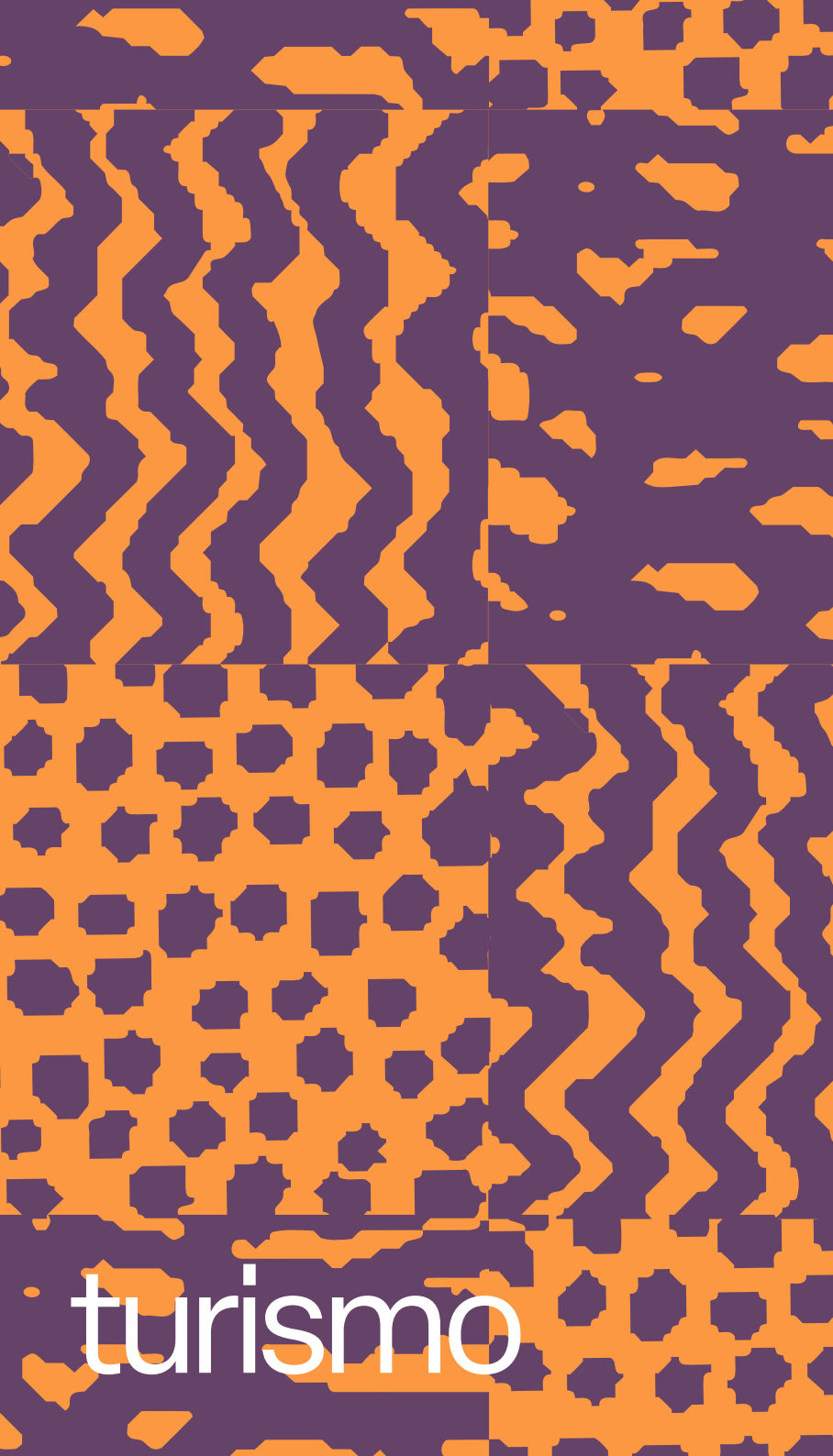
---

 ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

 grátis



turismo

uma paulista, diferentes vistas → passeio

## Histórias Não Contadas da Cidade

com André Bispo e Ana Paula Portes

O trajeto a pé explora locais que vão da Avenida Paulista ao bairro da Liberdade, passando pelo Mirante, abordando temas como a construção da Avenida Paulista e seus trabalhadores, mobilidade e acessibilidade e as populações LGBTQIA+, negras e imigrantes da cidade.

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

**Ana Paula** é pedagoga habilitada em inclusão da pessoa com deficiência.

22/9

domingo, 10h às 14h

onde

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

público

todas as idades

inscrições

6/9, 14h, em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) e na Central de Relacionamento (2º andar)  
(lista de espera: 13/9)

grátis



uma paulista, diferentes vistas → passeio

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

com Bruno Makia e David Carolla

A atividade propõe um deslocamento pelas áreas dos dois espaços, além de conhecer novos horizontes da cidade, a partir do Mirante (17º andar) e jardins suspensos do Centro Cultural São Paulo (CCSP).

**Bruno** é artista educador graduado em artes visuais e mestrando em poéticas visuais.

**David** é graduado em turismo e especializado em docência para turismo e hotelaria.

13/10

domingo, 10h às 14h

onde

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

público

todas as idades

inscrições

27/9, 14h, em [sescsp.org.br/avpaulista](http://sescsp.org.br/avpaulista) e na Central de Relacionamento (2º andar)  
(lista de espera: 4/10)

grátis



The background is a complex, abstract pattern composed of various geometric shapes and lines in two shades of orange: a vibrant, saturated orange and a lighter, peach-like orange. The pattern is dense and non-repeating, creating a textured, almost crystalline appearance. The shapes include zig-zags, chevrons, and irregular polygons, some of which are filled with the lighter shade, creating a sense of depth and movement. The overall effect is a vibrant, energetic, and modern aesthetic.

crianças

bate-papo

# Da Sala ao Palco: Musicalização Infantil

com Cássia Conceição

A música como instrumento de aprendizado e de ludicidade, capaz de tocar e transformar pessoas de todas as idades e nos mais variados contextos – seja na escola ou nos palcos – é objeto de reflexão para Cássia Conceição, que fala sobre a sua trajetória artística, pedagógica, os modos de fazer e pensar a música, bem como se há uma diferenciação entre música adulta e para crianças.

**Cássia** é graduada em música, possui mais de doze anos de experiência na musicalização infantil. Atualmente leciona aulas de musicalização em escolas privadas nas cidades de São Paulo e Guarulhos, e no Centro de Música da unidade Sesc Vila Mariana, além de integrar o grupo de show infantil *Os alunissados*.

24/9

terça, 19h às 20h30

onde

Crianças (3º andar)

público

a partir de 16 anos

ingressos

30 minutos  
antes, no local

grátis

Ari Teles



oficina

# Do Fio ao Tecido: Tear de Papelão

com Karina Nakahara



Karina Nakahara

Nessa atividade para famílias, as pessoas participantes conhecerão um pouco da mecânica da feitura de um tecido e experimentarão a técnica do tear por meio de um tear de papelão. Será proposta a construção do tear até a confecção de uma pequena bolsa.

**Karina** é arte-educadora ou atizadora de processos. Graduada em licenciatura em artes visuais e terapia ocupacional, trabalha há quase vinte anos executando atividades relacionadas a percursos poéticos, criação plástica e consciência corporal, ateliês de experimentação plástica, entre outras.

7-28/9

sábados, 14h às 15h30  
e 16h às 17h30

---

onde

Lab 1 (4º andar)

---

público

7 a 12 anos

---

ingressos

30 minutos  
antes, no local

---

grátis

oficina

# Bordado para Todas as Idades

com Jéssica Rampim e Maraiza Adami



Pixabay

Nessa oficina, as pessoas participantes serão convidadas a criar um desenho e transferi-lo para tecido e a partir dos pontos básicos do bordado experimentar essa arte têxtil. A atividade é voltada para pessoas sem experiência em bordado, com foco em crianças acompanhadas de adultos.

**1, 15 e 29/9**  
domingos, 11h às 13h

---

onde  
Lab 1 (4º andar)

---

público  
a partir de 7 anos

---

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

---

grátis

oficina

# Impressão com Gelliprint

com Luze Prints (Luiza Zelada)

Atividade que apresentará a técnica de impressão com *gelliprint*, que utiliza uma placa de gelatina para criar imagens. A partir da criação de um mural coletivo, as pessoas participantes serão convidadas a experimentar e criar efeitos gráficos, botânicos, texturas e sobreposições com placas de *gelliprint*.

**Luiza** é artista visual e educadora, formada em licenciatura e bacharelado em artes visuais. Atua como educadora oferecendo cursos e oficinas de artes em instituições culturais, escolas e ateliês.

1-29/9  
domingos,  
14h30 às 17h30

---

onde  
Lab 1 (4º andar)

---

público  
a partir de 7 anos

---

ingressos  
30 minutos  
antes, no local

---

grátis

vivência

# Cantinhos do Brincar

Espaço voltado para a primeira infância, em que bebês e crianças pequenas com seus responsáveis podem aproveitar com autonomia, e de forma autogerida. A ambientação é montada pela equipe de educadores.

1-29/9  
terças a domingos,  
10h30 às 18h

---

onde  
Central de  
Relacionamento  
(2º andar)

---

público  
até 6 anos

---

acesso  
livre, sujeito à  
lotação do espaço

---

grátis



bate-papo

# Musicalização e Composição para Crianças

com Edi Holanda

Encontro em que a musicista e terapeuta integrativa Edi Holanda fala sobre a carreira, os desafios e as particularidades existentes no trabalho para crianças na área musical. A atividade é conduzida por Charles Roberto, educador infantojuvenil do Sesc Avenida Paulista.

**Edi** é educadora parental e perinatal, musicista e terapeuta integrativa do programa bem-estar Musicriando. Coautora dos livros *Disciplina e Afeto* (Literare books, 2022), *O Mundo da Criança, aprendizagem e emoção* (Literare books, 2023), *Habilidades Socioemocionais para o futuro* (Conquista, 2023) e *Manual de Educação Parental* (Literare Books, 2024).

5/9

quinta, 19h às 20h30

onde

Estúdio (4º andar)

público

todas as idades

ingressos

30 minutos

antes, no local

grátis

curumim → vivência

# Momento Curumim

com Charles Roberto

Momento Curumim é uma forma de convidar crianças de 7 a 12 anos a experimentar um conjunto de atividades de forma seriada com os educadores infantojuvenis. A inscrição pode ser feita para o conjunto de atividades ou para encontros isolados. Após a participação, é ofertado um lanche para as crianças participantes. A coletividade, o senso de responsabilidade e a possibilidade de viver de forma autônoma esse espaço da cidade são os objetivos pretendidos nesses encontros.

**Charles** integra a equipe de educadores(as) de atividades infantojuvenis do Sesc Avenida Paulista.

5–26/9

quintas, 14h às 17h

onde

Central de Relacionamento (2º andar)

público

7 a 12 anos

inscrições

online, às 14h

27/8 (Credencial Plena)

30/8 (público em geral)

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

grátis



jovens

intervenção

## Microfone Aberto – Circo de Variedades

Oficinas de acrobacias aéreas e malabares, bate-papo sobre profissionalização circense, cabaré com artistas e palco aberto para jovens artistas. Para o palco aberto serão aceitas inscrições de linguagens circenses, exceto pirofagia e acrobacias aéreas, de 20 a 26/8, pelo e-mail [infantojuvenil.avenidapaulista@sescsp.org.br](mailto:infantojuvenil.avenidapaulista@sescsp.org.br) com o assunto *Microfone Aberto: Circo de Variedades*. Enviar nome completo, idade, vídeo e tempo de duração do número.

7/9

sábado, 11h às 18h

onde

Térreo

público

a partir de 13 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis

livros do vestibular → palestra

## Sobre Morangos e Alucinações: Morangos Mofados e Alice no País das Maravilhas

com Camilla Dias e Leonardo Miggiorin

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 *Morangos Mofados* (Contos Escolhidos), de Caio Fernando Abreu, e *Alice no País das Maravilhas* de Lewis Carroll.

**Camilla** é assistente social, pós-graduada em docência em literatura e humanidades, publica conteúdo em [@camillaeseuslivros](https://twitter.com/camillaeseuslivros).

**Leonardo** é figura multifacetada no cenário artístico brasileiro, ator, diretor e também psicólogo e professor.

21/9

sábado, 14h às 15h30

onde

Biblioteca (15º andar)

público

a partir de 14 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis





pe  
pessoas  
idosas

vivência

# Vivências Experimentais de Flou

com Ellaine Del Boni Pereira



Ellaine Del Boni

Prática corporal experimental que integra concentração à prática de movimentos que estimulam a força física e um estado de meditação e fluxo contínuo corpo-mente (Flou).

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

**3-24/9**

terças, 10h20 às 11h10

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 60 anos

inscrições

online, 27/8, às 14h

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

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

grátis

**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

# 1, 7 e 8/9

## domingo

### 10h10 Balance

página 21 • acesso livre, sujeito à lotação

### 10h30–18h Cantinhos do Brincar

p. 54 • acesso livre, sujeito à lotação

### 11h e 16h Visitas Mediadas com Público Espontâneo

p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

### 11h Bordado para Todas as Idades

p. 53 • ingressos 30 min antes

### 14h30 Impressão com Gelliprint

p. 54 • ingressos 30 min antes

### 15h30 Jogos e Brincadeiras Olímpicas – Breaking

p. 29 • acesso livre, sujeito à lotação

## sábado

### 10h30–18h Cantinhos do Brincar

página 54 • acesso livre, sujeito à lotação

### 11h e 16h Visitas Mediadas com Público Espontâneo

p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

### 11h – 18h Microfone Aberto – Circo de Variedades

p. 57 • acesso livre, sujeito à lotação

### 14h Dançando como nos Clipes

p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

### 14h e 16h Do Fio ao Tecido: Tear de Papelão

p. 52 • ingressos 30 min antes

### 14h–17h Paisagem Invertida

p. 47 • acesso livre, sujeito à lotação



Balance

Divulgação

## domingo

### 10h10 Balance

página 21 • acesso livre, sujeito à lotação

### 10h30–18h Cantinhos do Brincar

p. 54 • acesso livre, sujeito à lotação

### 11h e 16h Visitas Mediadas com Público Espontâneo

p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

### 11h–13h Laboratório de Materiais Artísticos

p. 47 • ingressos 30 min antes

### 14h–17h Paisagem Invertida

p. 47 • acesso livre, sujeito à lotação

### 14h30–17h30 Impressão com Gelliprint

p. 54 • ingressos 30 min antes

### 15h30 Jogos e Brincadeiras Olímpicas – Breaking

p. 29 • acesso livre, sujeito à lotação

# 14–15/9

## sábado

---

**10h30–18h Cantinhos do Brincar**  
página 54 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h e 16h Visitas Mediadas  
com Público Espontâneo**  
p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h–17h Gravura em Metal:  
*Por Necessidade, Não por Conceito***  
p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h Dançando como nos Clipes**  
p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h–17h Me Emprsta seu Sorriso**  
p. 39 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h e 16h Do Fio ao Tecido:  
Tear de Papelão**  
p. 52 • ingressos 30 min antes

---

**14h–17h Paisagem Invertida**  
p. 47 • acesso livre, sujeito à lotação

## domingo

---

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

---

**10h30–18h Cantinhos do Brincar**  
p. 54 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h e 16h Visitas Mediadas  
com Público Espontâneo**  
p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h Bordado para Todas as Idades**  
p. 53 • ingressos 30 min antes

---

**14h–17h Paisagem Invertida**  
p. 47 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h30 Impressão com Gelliprint**  
p. 54 • ingressos 30 min antes

---

**15h30 Jogos e Brincadeiras  
Olímpicas – Breaking**  
p. 29 • acesso livre, sujeito à lotação



Impressão  
com Gelliprint



21–22/9

## sábado

**10h10 Balance**

página 21 • acesso livre, sujeito à lotação

**10h30–18h Cantinhos do Brincar**

p. 54 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h e 16h Visitas Mediadas**

p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h15–12h45 Esporte Família – Brincadeiras de Rua**

p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h–16h Desenho de Moda**

p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h Dançando como nos Clipes**

p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h e 16h Do Fio ao Tecido: Tear de Papelão**

p. 52 • ingressos 30 min antes

**14h–17h Paisagem Invertida**

p. 47 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h Sobre Morangos e Alucinações: *Morangos Mofados e Alice no País das Maravilhas***

p. 57 • acesso livre, sujeito à lotação

**15h10 Lambaeróbica**

p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

**17h30 Danças Latinas**

p. 19 • acesso livre, sujeito à lotação

## domingo

**10h10 Balance**

página 21 • acesso livre, sujeito à lotação

**10h30–18h Cantinhos do Brincar**

p. 54 • acesso livre, sujeito à lotação

Laboratório de  
Materiais Artísticos

Pixabay

**11h e 16h Visitas Mediadas com Público Espontâneo**

p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h–13h Laboratório de Materiais Artísticos**

p. 47 • ingressos 30 min antes

**11h10 Ginástica Aeróbica**

p. 24 • acesso livre, sujeito à lotação

**11h15–12h45 Esporte Família – Brincadeiras de Rua**

p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h–17h Paisagem Invertida**

p. 47 • acesso livre, sujeito à lotação

**14h30 Impressão com Gelliprint**

p. 54 • ingressos 30 min antes

**15h30 FIGHT – Ginástica Aeróbica com Movimentos de Lutas**

p. 24 • acesso livre, sujeito à lotação

**15h30 Jogos e Brincadeiras Olímpicas – Breaking**

p. 29 • acesso livre, sujeito à lotação

**17h Ritmos Flashback Anos 90**

p. 25 • acesso livre, sujeito à lotação

fim de semana

# 28–29/9

## sábado

---

**10h30–18h Cantinhos do Brincar**  
página 54 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h–13h Experimentos com Barro**  
p. 11 • ingressos 30 min antes

---

**11h e 16h Visitas Mediadas  
com Público Espontâneo**  
p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h Gaymada**  
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h15–12h45 Esporte Família –  
Brincadeiras de Rua**  
p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**13h Breaking – Especial Anos 90**  
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h Dançando como nos Clipes**  
p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h e 16h Do Fio ao Tecido:  
Tear de Papelão**  
p. 52 • ingressos 30 min antes

---

**14h–17h Paisagem Invertida**  
p. 47 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h30–16h30 O Caminho do Barro  
e o Saber-fazer Quilombola**  
p. 12 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**15h Axé Anos 90**  
p. 27 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**16h30 Batalha de Dança  
dos Anos 90**  
p. 27 • acesso livre, sujeito à lotação

---

## domingo

---

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

---

**10h30–18h Cantinhos do Brincar**  
p. 54 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h–13h Experimentos com Barro**  
p. 11 • ingressos 30 min antes

---

**11h e 16h Visitas Mediadas  
com Público Espontâneo**  
p. 14 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**11h Bordado para Todas as Idades**  
p. 53 • ingressos 30 min antes

---

**11h–12h30 Esporte Família –  
Brincadeiras de Rua**  
p. 22 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**13h Gaymada**  
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h30–16h30 O Caminho do Barro  
e o Saber-fazer Quilombola**  
p. 12 • acesso livre, sujeito à lotação

---

**14h30 Impressão com Gelliprint**  
p. 54 • ingressos 30 min antes

---

**16h Dançando como  
nos Clipes – Especial**  
p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

---

Divulgação





faça sua  
credencial  
sesc



sescsp.  
org.br/  
avpaulista

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

fsc