

Outubro 2024

Sesc Guarulhos

Guia de Programação





Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autotranscrita

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

Legendas de Acessibilidade



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



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

Funcionamento

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

Se houver segundo turno das Eleições Municipais de 2024 em Guarulhos, as atividades serão suspensas e a Unidade estará fechada.

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 bilheteria das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h.

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
4 a 6/10	24/9	25/9
11 a 13/10	1/10	2/10
18 a 20/10	8/10	9/10
25 a 27/10	15/10	16/10

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

Preços

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

Capa: Dança Dentro
Foto: Leonardo Souza

6

**Experimenta! Comida,
Saúde e Cultura**

8

Shows e Espetáculos

12

Exposição

16

**Cursos, Oficinas
e Encontros**

27

**Esporte e
Atividade Física**

35

Crianças

38

Pessoas Idosas

39

Turismo Social

40

Agenda de Destaques

Editorial

Sem dúvida alguma, outubro é mais do que especial no Sesc Guarulhos. Conhecido como o **Mês das Crianças**, por aqui não faltarão brincadeiras, espetáculos, oficinas e vivências para celebrar as mais diversas infâncias. Por isso, além deste Guia de Programação, você também encontrará circulando por aí o nosso passaporte especial com toda as ações voltadas para esta celebração: além de ser uma maneira simples e rápida de acessar tudo - ou quase tudo - que teremos para esta grande festa. Que tal utilizá-lo como um grande mapa para se divertir? Em diversos espaços da Unidade você poderá garantir um carimbo de participação na atividade.

Os grandes destaques ficam por conta do espetáculo **O Pequeno Príncipe** com a Cia Fluctissonante, a experiência de esgrima com os atletas Fernando Scavasin e Heitor Shimbo, e as oficinas de construção de instrumentos com o mestre **Afonso Menino**. Mas para muito além disso, também teremos outras oportunidades para quem já não é mais criança - ou melhor, para quem já é criança há mais tempo, afinal de contas, outubro também é mês do projeto **Experimenta! Comida, Saúde e Cultura**, que te convida a refletir sobre universo da alimentação,



bem como promover a alimentação adequada e saudável, e ampliar a autonomia em torno das escolhas alimentares. Em Guarulhos, o projeto inicia com a vivência *Conhecendo os alimentos: classificação segundo o guia alimentar*, com a Engenheira de Alimentos **Daniele Parra**; em seguida, segue com as oficinas *Culinária Afro Diaspórica* com a chef **Aline Chermoula** e *Cultivo de Cogumelos* com o pessoal da **Cultiverso**; por fim, terminaremos as ações com o bate-papo *(Re)Descobrimos nossa relação com a comida!*, com a chef **Gabriela Brucoli**.

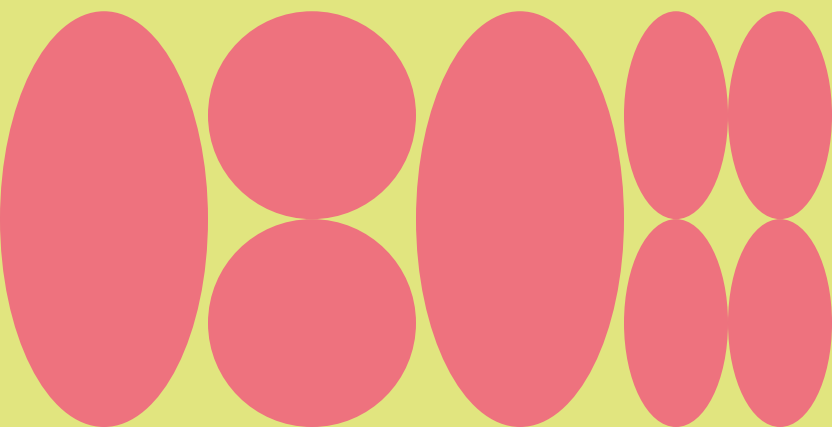
E para quem já estava com saudade dos nossos shows no Ginásio, dia 26 é dia de ninguém menos que **Maria Gadú** embalar o nosso sábado com a turnê de seu quarto álbum de estúdio, *Quem Sabe Isso Quer Dizer Amor*. Será uma noite de muitas reverências à música popular brasileira, com interpretações de músicas que marcaram a vida da cantora, além de seus próprios sucessos de carreira.

Esperamos ver vocês por aqui, se divertindo conosco. Quem falou que brincar não pode ser para todo mundo?



Experimenta! Comida, Saúde e Cultura

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



ALIMENTAÇÃO

Vivência

CONHECENDO OS ALIMENTOS: CLASSIFICAÇÃO SEGUNDO O GUIA ALIMENTAR Com a Engenheira de Alimentos Daniele Parra

Bancada expositiva para explorar a classificação dos alimentos segundo o guia alimentar da população brasileira de 2014. O objetivo da atividade é abordar a classificação dos alimentos e a questão de saúde quanto ao consumo excessivo dos alimentos ultraprocessados e incentivar o consumo dos alimentos in natura.

**Dia 17. Quinta.
11h às 14h30.**

Café do Teatro
Grátis.

L

Oficina

CULINÁRIA AFRO DIASPÓRICA Com a Chef Aline Chermoula

A oficina abordará sobre a culinária da diáspora Africana, resgatando, conscientizando e promovendo o conhecimento de pratos repletos de história, cores e sabores.

**Dia 19. Domingo.
14h às 16h.**

Sala 4 - Auditório
Grátis. Entrega
de senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.

L

Oficina

CULTIVO DE COGUMELOS Com Cultiverso

A oficina de Cultivo de Cogumelos tem como objetivo oferecer técnicas e práticas que possibilitem a produção de cogumelos comestíveis em residências e em espaços simples.

**Dias 19 e
20. Sábado e
domingo.
14h às 17h.**

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

14

Bate-papo

(RE)DESCOBRINDO NOSSA RELAÇÃO COM A COMIDA!

Com a Chef Gabriela Brucoli

Promover vivência que convide os presentes a explorarem os cinco sentidos (olfato, visão, tato, paladar e audição) durante o ato de se alimentar, estimulando assim a (re)descoberta de nossa relação com o gosto e os sabores dos diferentes tipos de alimentos, incentivando a criatividade na produção dos alimentos.

**Dia 26. Sábado.
14h30 às 16h.**

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

L

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Show

TONY TORNADO & BANDA FUNKESSÊNCIA Soul & Emoção

Com mais de 50 anos de carreira, Tony Tornado se apresenta com seus maiores sucessos, acompanhado da banda Funkessência e de seu filho, o cantor e também ator Lincoln Tornado.

Dias 4 e 5.

Sexta e sábado.

20h às 21h.

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

L

Show

JANE E HERONDY

Neste show, Jane e Herondy comemoram seus 50 anos de carreira, lembrando suas histórias, sucessos e convidando ao público para voltar aos anos 70, 80 e 90, revivendo grandes canções, como *Não se Vá*.

Dia 20. Domingo.

18h às 19h.

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

L



Foto: Juliana Moraes

Show Jane e Herondy

Show

MARIA GADÚ

Em turnê com o disco *Quem Sabe Isso Quer Dizer Amor*, Maria Gadú acompanhada de sua banda, apresenta um espetáculo onde realiza interpretações de canções que marcaram a sua vida, além de cantar seus grandes sucessos.

Dia 26. Sábado.

20h às 21h.

Ginásio.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60

L

Show

SAMBOSSA

Com Camila Benedicto

Autora de *Você vai ter que sambar*, single de sucesso nos bailes de samba rock, Camila Benedicto apresenta seu novo projeto *Sambossa* com repertório que mistura clássicos do samba e da bossa nova, além de músicas autorais. O show é parte do projeto *Samba da Convivência*, que neste mês homenageia o samba de gafieira.

**Dia 31. Quinta.
19h30 às 21h30.**

Praça de Convivência.
Grátis.

L

TEATRO

Espetáculo

SIMÃO E OS PROTETORES DAS FLORESTAS

Com Teatro de Mamulengo do Mestre Valdeck de Garanhuns

Espetáculo que incentiva a preservação ambiental e a criatividade ao recorrer aos seres elementais conhecidos nacionalmente, como Curupira, Caipora, Iara, Jurupari, e outros, para resguardar os mananciais, proteger a floresta, denunciar a caça predatória e outras violações tão presentes em nossas florestas nos dias de hoje.

**Dia 5. Sábado.
16h às 17h.**

Praça de Convivência.
Grátis. L



Foto: Elenize Dezgeniski

Espetáculo O Pequeno Príncipe

Espetáculo

O PEQUENO PRÍNCIPE

Com Cia Fluctissonante (Curitiba)

Após um acidente, um avião perdido no deserto encontra um príncipezinho que lhe pede para desenhar um carneiro. Este Pequeno Príncipe - que conheceu muitos planetas antes de chegar na Terra - passa, então, a contar suas aventuras: ele já conheceu um geógrafo, um homem de negócios e até mesmo um rei.

Dia 12. Sábado.
17h30. Dia 13.
Domingo.
11h30 e 18h30.

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

L

 Libras

Espetáculo

OVOÉ, A OPERETA DO OVO

Com Cia Pronto Sorrir

Às margens do que um dia foi um rio, o Poleiro do Miriti das Sete Aves vivia uma rotina chata e seca, sem chuva ou noite. As aves ansiavam pelo frescor da noite e pelas estrelas. Até que um ovo misterioso surge, trazendo esperança. As aves guerreiras lutam para restaurar o firmamento e a cheia do Rio Muriti, que dizem ser uma cobra grande que visita o céu à noite.

Dias 20 e 26.
Domingo e
sábado.

16h às 17h.

Praça de
Convivência.

Grátis.

L



Espetáculo Ovoé, a Opereta do Ovo

Foto: Tita Couto

CIRCO

Espetáculo

CABARÉ?

Com Cia. do Relativo

Neste espetáculo, dança, teatro e circo se juntam para criar um show superdivertido! Os artistas vão brincar e fazer mágicas durante toda a apresentação, e a música ao vivo vai deixar tudo ainda mais animado. Prepare-se para um show cheio de diversão e surpresas!

Dia 12. Sábado.
16h às 17h.
Dia 22. Domingo.
18h às 19h30.

Praça de
Convivência.
Grátis. Sem
retirada de
ingressos.

L

Espectáculo

KALABAZI

Com **Jessica Arpin (Suíça)**

Uma artista de bicicleta faz acrobacias incríveis e canta palavras ao contrário! Ela quer encontrar um parceiro especial e convida dois espectadores para um concurso. Com muitas risadas e magia, ela ajuda a escolher o melhor candidato. É um espetáculo cheio de circo, palhaçaria e diversão para toda a família!

**Dia 19. Sábado.
16h às 17h.**

Praça de Convivência.
Grátis. Sem retirada de ingressos.

L

DANÇA

Espectáculo

SÃO PAULO CIA DE DANÇA

Apresentação de três criações da São Paulo Companhia de Dança (SPCD), que desde 2008 realiza montagens de trabalhos que passam por peças clássicas, modernas e contemporâneas. A SPCD é um corpo artístico da Secretaria de Cultura e Economia Criativa do Governo do Estado de São Paulo, gerida pela Associação Pró-Dança e dirigida por Inês Bogéa.

**Dias 18 e 19.
Sexta e sábado.
20h às 21h30.**

Teatro.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60

L

LITERATURA

Intervenção

HISTÓRIAS DA GAVETA

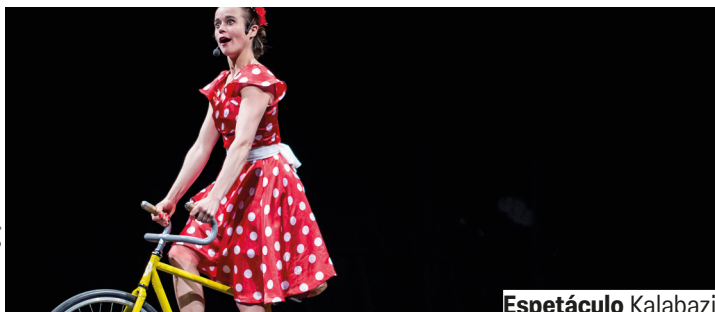
Com **Cia Teatro InComum**

Guarda Pó e Tira Poeira têm um móvel antigo com gavetas mágicas, cheias de histórias que nos levam para um universo de possibilidades através de grandes obras da literatura. A intervenção é um convite literário para brincar e se conectar com o mundo longe das telas do celular.

**Dias 12 e 13.
Sábado e
domingo.
13h às 14h e
14h20 às 15h20.**

Praça de Convivência.
Grátis.

L



AÇÕES PARA A CIDADANIA

Espetáculo

**CONGADA DE SANTA EFIGÊNIA
de Mogi das Cruzes**

A Congada de Santa Efigênia, vinda de uma tradição familiar, nasceu no ano de 1984, fundada pelo capitão Zé Baiano (José Batista Afonso), trazendo de Minas Gerais para o estado de São Paulo uma tradição de seu avô e de seu pai. Em 1999, com seu falecimento a congada passou a ser comandada pela sua filha Gislaine, reconhecida como a 1º mulher a comandar uma congada no estado de São Paulo.

Dia 13. Domingo.**16h às 17h.**Praça de
Convivência.
Grátis.

L



Foto: Afonso Pimenta

Bate-papo Lançamento do Livro - Retratistas do Morro

Exposição

ARTES VISUAIS

Exposição

RETRATISTAS DO MORRO

A exposição fotográfica *Retratistas 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 a 25. Terças**a sextas. 9h às****21h30. De 5 a****26. Sábados. 9h****às 20h. Dia 12,****sábado. 9h às****18h. De 13 a 20.****Domingos. 9h****às 18h.**

Espaço Expositivo.

Grátis. L



Libras

AD) Áudio Descrição

Espetáculo

REAL**Com Cristina Santos**

Neste solo, Cristina Santos utiliza o corpo como meio para narrar processos de urbanização relacionados à necropolítica. A dramaturgia inspira-se na biografia da artista, que nasceu e cresceu na favela do Real Parque em São Paulo. Após o espetáculo haverá um bate-papo entre Cristina e o coreógrafo Helio Lima, com mediação de Débora Rosa, coordenadora do educativo da mostra *Retratistas do Morro*.

Dia 3. Quinta.
19h30 às 21h.

Espaço Expositivo.
Grátis.

12

OFICINAS DA EQUIPE EDUCATIVA

Oficina

CARA CRACHÁ**Com Gabriel Alves, educador da exposição Retratistas do Morro**

O foco estará nas fotografias de retratos em estúdio feitas pelo retratista João Mendes, apresentadas na exposição *Retratistas do Morro*. A atividade abordará a palavra *identidade*, refletindo sobre o fato de que muitas das fotos em destaque foram tiradas para documentos como RGs, carteiras de trabalho e outros.

Dia 5. Sábado.

14h às 16h.

Espaço Expositivo.
Grátis. Sem retirada de senhas.

12

Oficina

OS TESOUROS DA DONA ANA**Com educadores da exposição Retratistas do Morro**

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.

Dia 12. Sábado.

14h às 16h.

Espaço Expositivo.
Grátis. Sem retirada de senhas.
A partir de 6 anos

Oficina

STYLE DO MORRO**Com Taigo Murai, educador da exposição Retratistas do Morro**

Vamos conhecer os looks do Aglomerado da Serra na década de 80 e 90 e se aproximar do cotidiano, moda, expressão de gênero e vestimenta como forma de ser/estar/pertencer ao mundo. Ao final vamos produzir um croqui de um *look* único.

Dia 13. Domingo.

14h às 16h.

Espaço Expositivo.
Grátis. Sem retirada de senhas.
A partir de 6 anos

Oficina

VISTA-SE PARA O BAILE!

Com Leonardo Santana e Miguel Alcides, educadores da exposição Retratistas do Morro

Venha conhecer um pouco sobre a moda dos bailes do anos 70 e 80 através das fotografias da exposição Retratistas do Morro, depois vamos fazer um exercício de modelagem de roupas em pequena escala.

Dia 19. Sábado.

14h às 16h.

Espaço Expositivo.
Grátis. Sem retirada de senhas.
A partir de 8 anos

Oficina

QUEM SOU EU?

Com Isabele Rocha e Amanda Rocha, educadoras da exposição Retratistas do Morro

Baseado na exposição *Retratistas do Morro* e sua relação com o poder da autoimagem, a oficina propõe que os participantes criem uma colagem a partir de uma foto sua (tiradas em Polaroid). Serão mesclados elementos visuais que contem sua história sem o uso das palavras.

Dia 20. Domingo.

14h às 15h30.

Espaço Expositivo.
Grátis. Sem retirada de senhas.
A partir de 10 anos

Roda de conversa

LANÇAMENTO DO LIVRO - RETRATISTAS DO MORRO

Com Guilherme Cunha, Afonso Pimenta e João Mendes

Para o encerramento da exposição Retratistas do Morro no Sesc Guarulhos, convidamos a todos a participarem do lançamento do livro que irá expandir as fotografias apresentadas na exposição. O livro organizado por Guilherme Cunha, Afonso Pimenta e João Mendes, documenta o cotidiano das pessoas do Aglomerado da Serra nos anos 60 e 80, com fotografias e relatos.

Dia 25. Sexta.

19h às 20h.

Praça de Convivência.
Grátis.

L

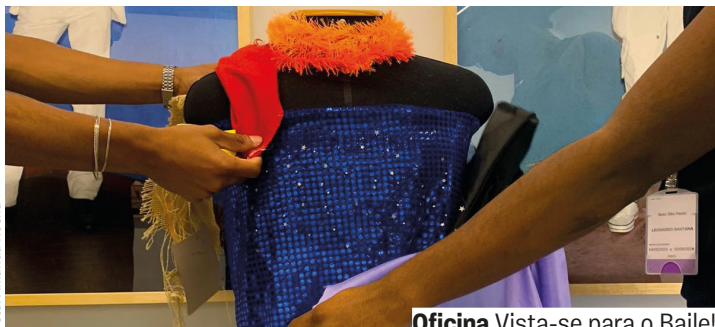


Foto: Amanda Rocha

Oficina Vista-se para o Baile!



Foto: Divulgação

Intervenção Homenagem Soul Convida Nelson do Triunfo

Intervenção

HOMENAGEM SOUL CONVIDA NELSON TRIUNFO

O show traz um repertório com artistas que ajudaram a criar uma estética e moldar a cena dos anos 60 e 70 no mundo. Apresentando um espetáculo dançante, Frã Finamore convida Nelson Triunfo, figura símbolo de resistência, precursor da dança black e ativista que frequentou os icônicos bailes da Chic Show.

Dia 25. Sexta.

20h às 21h.

Praça de Convivência.
Grátis.

L

Oficina

MISTURANDO HISTÓRIAS: INVENTANDO POSSIBILIDADES

**Com Amanda Cavalcante e Débora Rosa,
supervisora e coordenadora da exposição
Retratistas do Morro**

Vamos fabular possibilidades de trajetórias para as crianças retratadas nas fotografias *Sobrinha do Chocolate* e *Becas* a partir da literatura e biografia das escritoras mineiras Carolina Maria de Jesus e Conceição Evaristo. A finalização da contação será com o convite para os participantes inventarem suas histórias utilizando fantasias para protagonizar seus retratos.

Dia 26. Sábado.

14h às 15h.

Espaço Expositivo.
Grátis. Sem
retirada de senhas.
A partir de 6 anos

Cursos, Oficinas e Encontros

AÇÕES PARA A CIDADANIA

Oficina

ADEREÇOS DE CONGADA

Com Congada de Santa Efigênia

Você aprenderá a criar quepes e bastões, adereços essenciais na Congada, usando fitas de cetim e lantejoulas para personalizar cada peça. Sob a orientação da Congada de Santa Efigênia de Mogi das Cruzes, liderada por Mestre Laine, você descobrirá como esses adereços carregam significados profundos de resistência, devoção e celebração da herança afro-brasileira.

Dia 13. Domingo.

13h30 às 15h30.

Jardim Interno.

Grátis. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

A partir de 6 anos



Foto: Vanderson Satiro

Oficina Adereços de Congada

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

ENCONTROS DE GAFIEIRA

Com William Vieira e Laura Juliana

Neste mês, o samba de gafieira é o estilo homenageado no Projeto Samba da Convivência, que traz ao Sesc Guarulhos aulas abertas de dança para praticantes de todos os níveis. Os encontros serão mediados por William Vieira e Laura Juliana, e a última aula do mês será celebrada com apresentação musical ao vivo do Projeto Sambossa, da cantora Camila Benedicto.

De 10 a 31.

Quintas.

19h30 às 21h30.

Praça de Convivência.



JOVENS

JUVENTUDES ARTE E TERRITÓRIO 2024

Com abordagem a temas como o respeito às diferenças e o olhar sensível para todas as manifestações culturais, as programações celebraram a potência e a presença criativa de jovens em seus territórios, com o intuito de que expandam as suas fronteiras geográficas e culturais.

Bate-papo

LAMA

Com Lucas Castro (Cucas), Ea Damaia, Jefferson Costa e Maíra de Carvalho

Lama é uma história em quadrinhos que conta a história de uma família que sofre um despejo súbito por conta de uma reintegração de posse e se muda para a casa da avó em busca de um recomeço. É no apoio, afeto e organização social que Araci e sua família conseguem aprender a lidar com a nova realidade.

**Dia 16. Quarta.
19h30 às 21h.**

Sala 4 - Auditório.
Grátis. De 13 a 29 anos

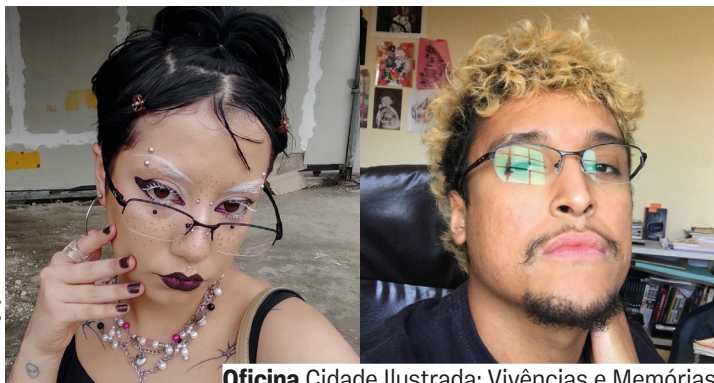
Oficina

**CIDADE ILUSTRADA: VIVÊNCIAS E MEMÓRIAS
Com Ea Damaia e Lucas Castro (Cucas)**

Vamos usar o desenho como uma ferramenta para expressar nossas vivências e refletir sobre nossa relação com o ambiente urbano. Faremos exercícios de desenho livre, desenho intuitivo e de observação a partir de objetos, fotografias e memória. Não é necessário conhecimento prévio em desenho para a participação.

**Dias 19 e
20. Sábado e
domingo.
15h às 17h.**

Juventudes.
Grátis. Entrega de
senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.
De 13 a 29 anos



Exibição

VISIONÁRIOS DA QUEBRADA**Com Ana Martins e Lucas Felipe**

O documentário *Visionários da Quebrada* destaca lideranças das periferias de São Paulo, revelando saberes em moda, educação, artes, gastronomia, dança e comunicação. Mostra pessoas extraordinárias promovendo mudanças em suas comunidades. Após a exibição, haverá um bate-papo com a idealizadora Ana Carolina Martins e Lucas Felipe, Presidente do Conselho da Juventudes de Guarulhos.

Dia 30. Quarta.**15h30 às 17h30.**

Sala 4 - Auditório.
Grátis. Retirada de ingressos com 1 hora de antecedência.
De 13 a 29 anos.

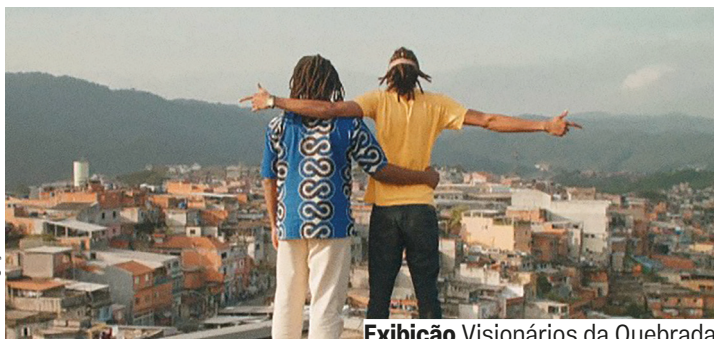


Foto: Divulgação

Exibição Visionários da Quebrada**MEIO AMBIENTE****MOSTRA ECOFALANTE DE CINEMA AMBIENTAL**

Evento que acontece desde 2012 e segue em itinerância para cidades do estado de São Paulo no 2º semestre do ano. A programação aborda temas socioambientais cruciais para a sociedade brasileira, refletindo o compromisso em democratizar o acesso ao cinema e alcançar um público diversificado em todo o país.

Exibição

FOOD, INC. 2**Dir. Robert Kenner, Melissa Robledo.****EUA, 2023, 93'**

O filme acompanha agricultores inovadores, produtores de alimentos com visão de futuro, ativistas dos direitos trabalhistas e legisladores proeminentes, que enfrentam essas empresas para inspirar mudanças e construir um futuro mais saudável e sustentável.

Dia 5. Sábado.**14h às 15h30.**

Centro de Educação Ambiental.
Grátis.
De 13 a 29 anos

Exibição

PLASTIC FANTASTIC

Dir. Isa Willinger. Alemanha, 2023, 102'

O plástico encontra-se não só nos oceanos, como também nos rios, no ar, no solo e dentro de nós. O documentário acompanha representantes da indústria e cientistas e ativistas para descobrir qual futuro essa crise nos reserva.

Dia 9. Quarta.

14h às 17h.

Centro de Educação Ambiental. Grátis.
De 13 a 29 anos

Exibição

SAMUEL E A LUZ

Dir. Vinícius Girnys. Brasil, França, 2023, 70'

Samuel vive em Ponta Negra, uma pequena vila de pescadores no litoral de Paraty. A chegada da eletricidade e do turismo na comunidade cristaliza a desconstrução de um paraíso idealizado.

Dia 10. Quinta.

19h30 às 20h40.

Centro de Educação Ambiental. Grátis.

12

Exibição

REJEITO

Dir. Pedro de Filippis. Brasil, Estados Unidos, 2023, 75'

Após os maiores rompimentos de barragens de rejeito da história, novas barragens ameaçam romper sobre milhões de pessoas em Minas Gerais. Uma conselheira ambiental do Estado confronta o modus operandi do governo e das mineradoras, enquanto moradores resistem em suas comunidades ameaçadas.

Dia 11. Sexta.

19h30 às 20h45.

Centro de Educação Ambiental Externo. Grátis.

12



FLORESTAR: ÁREAS VERDES EDUCADORAS - AÇÕES REGULARES

Projeto com o objetivo de ampliar o caráter educativo das áreas verdes, por meio da contemplação, informação, experiências sensoriais e ações educativas regulares na Unidade, assim como na sua vizinhança.



Foto: Natacha Sales

Oficina Clube de Plantio e Agroecologia: Grupos Vegetais

Oficina

CLUBE DE PLANTIO E AGROECOLOGIA: GRUPOS VEGETAIS

Com agentes de Educação Ambiental do Sesc Guarulhos

Os encontros são presenciais e semanais e abordam conteúdos sobre como cultivar determinados grupos vegetais com suas especificidades. Destinado ao público frequentador do Sesc Guarulhos, a fim de trocar saberes e experiências sobre as principais práticas de plantio, cultivo orgânico e técnicas de manejo agroecológico.

Dia 4. Sexta.

16h às 17h30.

Centro de Educação Ambiental Externo. Grátis.

14

Vivência

O INCRÍVEL JARDIM DOS FUNGOS Com Coletivo Foca

Vamos construir juntos um grande jardim inspirado pelo mundo fantástico dos fungos, com diversos materiais e permeado por muitas brincadeiras e desafios.

Dias 12 e 13.

Sábado e domingo.

11h às 13h e

14h às 16h.

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

Curso

ILUSTRAÇÃO EM AQUARELA DE COGUMELOS DA MATA ATLÂNTICA

Com a Designer Priscila Cardoso

Curso de Ilustração em Aquarela dos Cogumelos Silvestres da Mata Atlântica, bioma em que estamos localizados. A proposta deste curso é ampliar nosso conhecimento sobre a diversidade de cogumelos existentes em nosso bioma, utilizando a técnica da aquarela.

**De 23/10 a 1/11.
Quartas e sextas.
19h às 21h.**

Centro de Educação Ambiental.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

Inscrições on-line a partir de 24/9 (Credencial Plena) e 27/9 (público geral).

14

Oficina

SER SUSTENTÁVEL: APROVEITAMENTO INTEGRAL DE ALIMENTOS

Com agentes de Educação

Ambiental do Sesc Guarulhos

Já parou para refletir sobre o desperdício de alimentos em sua casa? Para além das sobras, muitas vezes descartamos partes de legumes, verduras e frutas que são tão nutritivas quanto as partes que consumimos comumente. Nesta oficina, aprenderemos algumas alternativas viáveis sobre aproveitamento integral de alimentos, enquanto assamos um bolo com as cascas da abóbora cabotiá.

**Dia 5. Sábado.
15h às 16h30.**

Centro de Educação Ambiental.

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

14

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: *Fungi*.

**Dia 26. Sábado.
13h às 17h.**

Centro de Educação Ambiental. Grátis. Sem retirada de ingressos.

14

CIRCO

Oficina

MALABARISMO POSSÍVEL

Venha experimentar jogos divertidos e cooperativos, brincando com o malabarismo e objetos como bolas, anéis e argolas. Há sete estações incríveis para explorar, e os artistas da Companhia do Relativo estarão lá para ajudar. É uma chance de brincar, pular e descobrir coisas novas juntos!

Dia 12. Sábado.**12h às 14h.**

Praça de Convivência.
Grátis. Sem retirada de ingressos.

MÚSICA

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 15/9 a 1/12.**Domingos.****14h às 17h.****Exceto 6 e 27/10.**

Estúdio 2.
Grátis. Sem retirada de ingressos.

L

Palestra

ARTISTA IGUAL TRABALHADORA**Com Thabata Lima Arruda**

Histórias, dados e perspectivas sobre as mulheres no palcos brasileiros A palestra ministrada pela pesquisadora e escritora Thabata Lima Arruda, explora como dispositivos legais, igualdade salarial e regulação das jornadas de trabalho, conquistados através das lutas dos movimentos operário e feminista, impactaram e continuam a impactar a vida das mulheres na música.

Dia 24. Quinta.**19h às 21h30.**

Sala 4 - Auditório
Grátis. Inscrições on-line a partir de 24/9 (Credencial Plena) e 27/9 (público geral).

16

TECNOLOGIAS E ARTES

Curso

CHAPÉU DE BRUXA**Com Isa Bianchi, educadora do Sesc Guarulhos**

O chapéu é um item indispensável para a bruxa moderna! Que tal aproveitar o clima de Halloween e vir fazer o seu costurando ele a mão e decorando com impressões 3D macabras?!

De 2 a 30.**Quartas.****10h às 12h.**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B. Grátis. Inscrições on-line a partir de 24/9 (Credencial Plena) e 27/9 (público geral).

Ateliê

L.A.T.A. - LABORATÓRIO ABERTO DE TECNOLOGIAS E ARTES**Com educadores do Sesc Guarulhos**

No Laboratório Aberto de Tecnologia e Artes (L.A.T.A.) 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 2 a 30.**Quartas.****14h às 19h.**

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

16

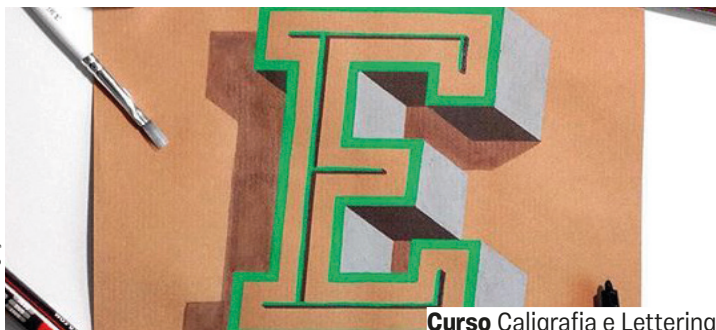


Foto: Divulgação

Curso Caligrafia e Lettering

Aula aberta

PLANTÃO TIRA-DÚVIDAS SOBRE O CELULAR**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Encontro aberto voltado para a inclusão digital, onde você pode tirar dúvidas sobre aplicativos e recursos do seu smartphone. Dentre os assuntos, você poderá entender melhor como funciona a "memória" de um celular e aprender a mantê-lo com um espaço de armazenamento livre e funcional.

De 4 a 25. Sextas.**11h às 12h.**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A. Grátis. Sem retirada de ingressos. A partir de 60 anos

Oficina

PINTANDO O SETE: TINTAS DE TERRA

Com Coletivo Fora da Garrafa

De maneira simples, experimentaremos o processo de confecção de tintas e, com elas, cada pessoa poderá, a partir de seu repertório e conhecimento, produzir registros livremente, a partir de desenhos, pinturas, textos, memórias, relatos. A prática se relaciona sempre com o universo de Sacys e com as histórias compartilhadas e criadas em coletividade.

Dias 5 e 12.

Sábados.

14h às 16h.

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B. Grátis. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência. A partir de 5 anos.

Demonstração

DEMONSTRAÇÕES MAKER: ESPECIAL OUTUBRO

Com educadores do Sesc Guarulhos

As máquinas estão ligadas! Venha ver de perto o funcionamento de uma impressora 3D e aproveite para conversar com os educadores sobre todas as possibilidades desse universo.

Dia 8. Terça.

14h às 19h.

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A. Grátis. Sem retirada de ingressos.

L

Curso

CALIGRAFIA E LETTERING

Com Jorge Buffalo, educador do Sesc Guarulhos

Neste curso, você aprenderá os fundamentos da caligrafia e do lettering, explorando estilos, alfabetos e realizando práticas para aprimorar suas habilidades.

De 10 a 31.

Quintas.

19h às 21h.

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A. Inscrições on-line a partir de 24/9 (Credencial Plena) e 27/9 (público geral).

16

Ateliê

PEQUENOS CHAPELEIROS MALUCOS

Com educadores do Sesc Guarulhos

Outubro é conhecido por ser o mês das crianças e, também, o mês em que temos o dia das Bruxas e o dia do Saci. Que tal comemorar tantas datas fazendo seu chapéu maluco?!

Dias 12 e

13. Sábado e domingo.

10h às 11h e 11h às 12h.

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A. Grátis. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência. A partir de 5 anos

Oficina

POÇÕES MÁGICAS PARA BROTAR

Com Coletivo Brotando em Mim

Organizado para a acolhida dos participantes, iniciamos uma narração de história, onde todos são convidados a conhecer a Vivi, uma bruxa que tem medo de voar. A partir da história, abrimos espaço de diálogo e reflexões sobre nossos medos e criamos um caderno de receitas mágicas.

Dias 13 e 20.

Domingos.

14h às 16h.

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B. Grátis. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência. A partir de 5 anos.

Curso

SAPATARIA ARTESANAL: SANDÁLIAS

Com Atairu Sapatos Artesanais

No curso ensinaremos técnicas básicas da sapataria, como corte, costura, modelagem e colagem da sola. Durante o curso, cada um confeccionará um par de calçado. A partir das técnicas ensinadas, o participante terá conhecimento e autonomia para a produção dos dois modelos de sandálias e também para a criação de novos modelos.

De 15 a 18.

Terça a sexta.

10h às 13h.

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

Inscrições on-line a partir de 24/9 (Credencial Plena) e 27/9 (público geral).

A partir de 15 anos

Curso

ENCADERNAÇÃO: DIÁRIO DE MEDOS

Com Lidia Martiniano, educadora do Sesc Guarulhos

Vamos transformar nossos medos em arte? Neste curso vamos apreender técnicas básicas de encadernação, e criar um diário para guardar nossos medos a partir de produções artísticas que vamos construir através de diálogos, contos de assombração e escuta de canções.

De 15 a 29.

Terças.

19h às 21h.

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B. Grátis. Inscrições on-line a partir de 24/9 (Credencial Plena) e 27/9 (público geral).

10

Curso

MUIRAQUITÃ, O AMULETO-PRESENTE

Com Coletivo Fora da Garrafa

Um amuleto é, de modo geral, produzido para proteger e fortalecer a pessoa que o carrega. Na atividade as pessoas participantes são convidadas a refletirem sobre os significados presentes na construção de um amuleto pessoal, recuperando suas histórias, memórias e trajetórias.

Dias 19 e 26.

Sábados.

14h às 16h.

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B. Grátis. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência. A partir de 5 anos

LITERATURA

Oficina

RESSIGNIFIQUE HISTÓRIAS COM POESIA**Com Liana Nakamura**

Aprenda a transformar histórias em poesias no estilo verso livre a partir da apreciação de poemas e exercícios de escrita com temáticas da vida cotidiana. Por meio da valorização da memória, a oficina visa desmistificar a escrita poética e fomentar o hábito da leitura.

De 9 a 30.**Quartas.****19h30 às 21h30.**

Biblioteca.

Grátis. Sem

retirada de

ingressos.

A partir de 8 anos

CINEMA E VÍDEO

Curso

ATUAÇÃO PARA CINEMA**Com Tico Barreto**

A proposta tem como foco despertar nos alunos novos olhares sobre a investigação do comportamento humano e a real capacidade de viver uma situação fictícia com absoluta verdade, por meio das técnicas Stanislavisk, Meisner e Demidov. O curso busca provocar reflexão, protagonismo social e promover a identidade cultural da cidade.

De 2/10 a 27/11 .**Quartas e quintas.****19h30 às 21h30.**

Sala 3.

Inscrições on-line

a partir de 24/9

(Credencial

Plena) e 27/9

(público geral).

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60

16



Esporte e Atividade Física

COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS

Ação do Programa Sesc Empresas realizada entre os meses de setembro e dezembro, em comemoração ao Dia do Comerciário (30 de outubro). Atende e promove a socialização, amplia o acesso ao lazer e à difusão da prática de atividades físicas e esportivas, como forma de favorecer o desenvolvimento integral dos trabalhadores das empresas do comércio de bens, serviços e turismo.

Recreação

COPA SESC DE FUT7 FEMININO

Voltado para as praticantes da modalidade. As disputas serão organizadas por nível técnico, para garantir a inclusão de todas as pessoas que participarão, independentemente da experiência e da idade. Participe conosco!

Dia 5. Sábado.
9h15 às 17h30.
Campo de Grama Sintética. Grátis.
Retirada de senhas com 30 minutos de antecedência.
Necessário Credencial Plena.
A partir de 13 anos

Torneios e campeonatos

COPA SESC DE VOLEIBOL

Se jogue na Copa Sesc de Voleibol. Participe conosco! Traga a sua empresa para as disputas de um dos esportes mais queridos do Brasil. Serão 3 sábados de competições com direito a arbitragem especializada e premiação com medalhas e troféus para as 3 primeiras empresas melhores classificadas. Além de muita diversão e bola pro alto.

De 9 a 30/11.
Sábados.
Exceto 16/11.
12h30 às 17h30.
Ginásio.
Grátis. Inscrições a partir de 15/10, no Portal Sesc SP. Necessário Credencial Plena.
14

Torneios e campeonatos

COPA SESC DE BADMINTON

Para você que não deixa a peteca cair, chegou a Copa Sesc de Badminton. Venha só ou bem acompanhado, mas represente sua empresa na melhor competição da modalidade entre empresas. As competições serão individuais e em duplas. Não fique fora dessa e se joga na Copa Sesc de Badminton 2024 do Sesc Guarulhos.

Dias 24 e 1/12.
Domingos.
9h às 15h.
Ginásio. Grátis.
Inscrições a partir de 15/10, no Portal Sesc SP. Necessário Credencial Plena.
14

Aula aberta

GINÁSTICA COMUNITÁRIA

Com educadores do Sesc Guarulhos

Aula 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 1 a 31. Terças e quintas.

8h15 às 9h.

Praça de Convivência.

Grátis.

Inscrições com os educadores do Sesc Guarulhos.

12

Aula aberta

TERÇAS ZEN

Com educadores do Sesc Guarulhos

Exercícios que utilizam diversas técnicas corporais orientais e ocidentais, com movimentos que trabalham força, flexibilidade, ritmos, respiração, concentração, e que colaboram com o autoconhecimento.

De 1 a 29. Terças.

9h30 às 10h30

e 19h às 20h.

Praça de Convivência.

Grátis. Sem retirada de ingressos.

12

Vivência

MULTIMODALIDADES

Com educadores do Sesc Guarulhos

Esta atividade busca incentivar a prática e o desenvolvimento das habilidades motoras, além de possibilitar a integração, a inclusão e a socialização por meio da recreação e do lazer vivenciados a partir das experimentações de diversos esportes. Com disponibilização de materiais para prática.

Dia 5. Sábado.

9h15 às 12h.

Quadra Poliesportiva
Grátis. Sem retirada de ingressos.

10

Vivência

FUTSAL ADULTO MASCULINO

Com educadores do Sesc Guarulhos

Com disponibilização de materiais para prática.

Sábados. Dia 5.

9h15 às 12h.

Ginásio.

De 12 a 26.

9h15 às 13h30.

Quadra Poliesportiva
Grátis. Sem retirada de ingressos.

16

**Recreação** Tênis de Mesa

Recreação

DANÇAR BRINCANDO: AULA DE RITMOS MULTIGERACIONAL**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Experiência inclusiva onde pessoas de diferentes idades podem dançar juntas, explorando estilos musicais de maneira divertida e interativa ao som estilos de dança como *jazz*, *hip-hop*, ou dança contemporânea, utilizando músicas que todos conhecem e adoram desde a infância.

De 5 a 26.**Sábados.****10h às 11h.**

Praça de Convivência.
Grátis. Sem retirada de ingressos.

10

Aula aberta

VOLEIBOL JOVEM**Com educadores do Sesc Guarulhos**

Com disponibilização de materiais para prática.

De 5 a 19.**Sábados.****12h30 às 14h30.**

Ginásio.
Grátis.
De 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 5 a 19.**Sábados.****13h às 14h20.**

Ginásio. Grátis.
Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.
A partir de 13 anos

Vivência

BASQUETE 3X3

Com disponibilização de materiais para prática.

De 5 a 26.**Sábados.****13h30 às 17h30.**

Quadra Poliesportiva
Grátis. Sem retirada de ingressos.
A partir de 13 anos

Vivência

XADREZ

Com educadores do Sesc Guarulhos

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

Dias 5, 19 e 26.

Sala 1.

Dia 12. Ginásio.

Sábados. 13h30 às 17h30.

Grátis. Sem retirada de ingressos.

A partir de 6 anos

Aula aberta

ANIMÁGUA

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.

De 5 a 26.

Sábados.

14h às 15h.

Piscina

Descoberta.

Grátis. Sem

retirada de

ingressos.

Necessário

Credencial

Plena e exame

dermatológico

válido.

L

Vivência

VOLEIBOL ADULTO

Com educadores do Sesc Guarulhos

Com disponibilização de materiais para prática.

De 5 a 19.

Sábados.

14h30 às 17h30.

Ginásio. Grátis.

16

Aula aberta

YOGA E AUTOESTIMA: CULTIVANDO AMOR-PRÓPRIO DURANTE O OUTUBRO ROSA

Com Larissa Farias

A prática de yoga para ajudar as participantes a desenvolverem autoestima, autoconfiança e amor-próprio, especialmente no contexto da conscientização sobre o câncer de mama.

Dias 19 e 26.

Sábados.

15h30 às 17h.

Sala 5. Grátis.

Retirada de

senhas no local

com 30 minutos

de antecedência.

12

Vivência

TÊNIS

Com educadores do Sesc Guarulhos

Com disponibilização de materiais para prática.

Dia 12. Sábado.

9h15 às 17h30.

Quadra de Tênis.

A partir de 13 anos

Vivência

FUTSAL ADULTO FEMININO

Com educadores do Sesc Guarulhos

Com disponibilização de materiais para prática.

Dias 12 e 19.

Sábados. 9h15

às 12h. De 6 a

27. Domingos.

9h15 às 11h30.

Ginásio. Grátis.

Sem retirada de

ingressos.

16

Vivência

BADMINTON

Com educadores do Sesc Guarulhos

Com disponibilização de materiais para prática.

**Dia 27. Domingo.
9h15 às 11h30.**

Ginásio. Grátis.
Sem retirada
de ingressos.
A partir de 13 anos

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 13 a 27.
Domingos.**

11h às 12h.
Ginásio. Grátis.
Necessário
Credencial
Plena e exame
dermatológico
válido. A partir
de 13 anos

Vivência

BASQUETE

Com educadores do Sesc Guarulhos

Atividade do Programa Sesc de Esportes. Incentiva a prática autônoma e o desenvolvimento das habilidades motoras, além de possibilitar a integração e a sociabilização por meio da recreação e do lazer. Com disponibilização de materiais para prática.

**Dia 27. Domingo.
12h às 15h.**

Ginásio. Grátis.
Sem retirada
de ingressos.
A partir de 13 anos

Vivência

FUTSAL INFANTO JUVENIL

Com educadores do Sesc Guarulhos

Com disponibilização de materiais para prática.

**De 6 a 27.
Domingos.
11h30 às 15h30.**

Quadra
Poliesportiva.
Grátis. Sem
retirada de
ingressos. De
10 a 15 anos



Recreação

TÊNIS DE MESA

Com educadores do Sesc Guarulhos

O tênis de mesa é um jogo superdivertido, parecido com o ping-pong! Dois jogadores usam raquetes para bater uma bolinha bem leve de um lado para o outro de uma mesa, tentando marcar pontos. É um esporte que exige rapidez, atenção e, claro, muita diversão! Você pode jogar com amigos e melhorar suas habilidades a cada partida! Venha experimentar esse esporte conosco!

De 13 a 27.

Domingos.

12h às 15h.

Ginásio. Grátis.

Sem retirada de senhas.

10

Aula aberta

FUT FAMÍLIA

Com educadores do Sesc Guarulhos

Vamos nos divertir com o futebol de um jeito especial! Temos jogos adaptados e atividades alternativas para todos participarem, desde crianças até os mais velhos. É uma ótima chance para brincar em família, porque aqui o futebol é para todos e a diversão é garantida!

De 12 a 27.

Sábados e

domingos.

16h às 17h30.

Quadra

Poliesportiva.

Grátis. Sem

retirada de senhas.

Aula aberta

RECREÁGUA

Com educadores do Sesc Guarulhos

Venha se divertir com desafios e brincadeiras na água! Temos jogos e esportes aquáticos que ajudam a fazer novos amigos e brincar juntos. Você vai se movimentar, pular e rir muito enquanto se exercita no meio líquido.

De 13 a 27.

Domingos.

14h às 15h.

Piscina. Grátis.

Necessário possuir Credencial Plena e exame dermatológico válido.

Aula aberta

TÊNIS

Com educadores do Sesc Guarulhos

O tênis é um jogo empolgante, em que dois ou quatro jogadores usam raquetes para bater uma bolinha sobre uma rede. Você precisa correr e pular para devolver a bolinha e tentar marcar pontos. É um esporte que ajuda a melhorar sua agilidade e coordenação. Chame seus amigos e venha aprender um pouco desse esporte!

De 12 a 27.

Sábados e

domingos.

14h às 15h20.

Exceto 19 e 26.

9h30 às 12h30.

Quadra de Tênis.

Grátis. Entrega de

senhas no local

com 30 minutos

de antecedência.

10

Aula aberta

ESPORTE FAMÍLIA

Com educadores do Sesc Guarulhos

No Sesc Guarulhos, a diversão é garantida para todas as idades! Temos jogos, brincadeiras e esportes adaptados que todos podem participar, desde os pequenos até os mais velhos. Os educadores estarão lá para ajudar e garantir que todo mundo se divirta junto. Com materiais especiais, você vai descobrir novas formas de brincar e se movimentar em família!

De 13 a 27.

Domingos.

15h30 às 17h30.

Ginásio. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

10

Aula aberta

ESGRIMA

Com Fernando Scavasin e Heitor Shimbo

Já ouviu falar da esgrima? É um esporte emocionante, em que dois jogadores se enfrentam usando espadas leves e seguras. O objetivo é tocar o adversário com a ponta da espada para marcar pontos. Os jogadores usam máscaras e roupas especiais para se proteger. É um jogo que exige agilidade, estratégia e muita concentração. Venha aprender um pouco desse esporte conosco!

De 8 a 13.

Terça a domingo.

10h às 12h e

14h às 16h.

Ginásio. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

De 6 a 13 anos.

Aula aberta

YOGA LÚDICO COM AS FAMÍLIAS

Com Denisy Nicacio (Tia do Yoga)

O yoga é uma prática antiga da Índia que ajuda a deixar o corpo e a mente mais felizes e saudáveis. Com posturas, respiração e meditação, você aprende a relaxar e se concentrar. Em família, é uma ótima maneira de se conectar e se divertir. Vamos juntos descobrir o mundo do yoga!

Dia 12. Sábado.

15h30 às 16h30.

Dias 13 e 20.

Domingos.

16h às 17h.

Dia 17. Quinta.

9h30 às 10h30

e 18h às 19h.

Sala 5. Grátis.

Sem retirada de ingressos.

A partir de 3 anos.



Foto: Divulgação

Aula aberta Tênis

Aula aberta

MERGULHO

Mergulhar na piscina é uma grande aventura! É como explorar um mundo mágico embaixo da água, sentindo a refrescância e a sensação de flutuar. Quer experimentar mergulhar? Venha aprender com a gente!

Dias 15 e 16.

**Quarta e quinta.
9h30 às 11h30
e 14h às 16h.**

Piscina
Descoberta.
Grátis. Necessário
possuir Credencial
Plena e exame
dermatológico
válido.

Aula aberta

CAIAQUE

Você sabe o que é um caiaque? É uma pequena canoa que desliza pela água com a ajuda de remos. Venha aprender um pouco sobre esse esporte, subir em um caiaque e experimentar remar em nossa piscina!

Dias 15 e 16.

**Quarta e quinta.
9h30 às 11h e
15h às 16h30.**

Piscina
Descoberta.
Grátis. Entrega de
senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.
Necessário
possuir Credencial
Plena e exame
dermatológico
válido.

Aula aberta

**CIRCUITÃO DE GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL
Com educadores do Sesc Guarulhos**

Conjunto de exercícios físicos simultâneos, utilizando bikes indoors, steps, mini tramps e biobols.

Dias 22 e 24.

**Terça e quinta.
9h30 às 11h e
19h30 às 21h.**

Praça de
Convivência.
Grátis. Entrega de
senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.
A partir de
13 anos.

Crianças

Vivência

BRINCANTES!

Com educadoras do Espaço de Brincar do Sesc Guarulhos

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

De 1 a 31. Terças a domingos.

10h às 13h30 e 14h às 17h30.

Exceto dia 6.

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

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 3 a 31.

Quintas.

17h às 18h.

Estúdio 1 - Sala C.M. Coletivo Grátis.

Sem retirada de ingressos.

De 4 a 9 anos.

Vivência

SEXTOU! - BRINQUEDOS DOS ARES E MARES

Com educadoras do Espaço de Brincar do Sesc Guarulhos

Flutuar no ar e no mar... por onde será que esses brinquedos irão passar? Essa é a proposta do Sextou! de outubro, vamos criar brinquedos que sairão voando por aí ou que precisam de água para que possam funcionar.

De 4 a 25. Sextas. 15h às 16h.

Espaço de Brincar. Grátis.

Sem retirada de senhas.

Até 6 anos.



Foto: Divulgação

Oficina BANTuque - Oficina de Construção

Oficina

BANTUQUE - OFICINA DE CONSTRUÇÃO DE INSTRUMENTOS

Com Ylu Brazil - Afonsinho Menino

O projeto afro educativo BANTuque une saberes ligados aos instrumentos de percussão originários dos países africanos. Nessa atividade pautada na Lei 10.639/03 que trata do ensino da História e Cultura da África, Mestre Afonsinho Menino vai ensinar fazer alguns desses instrumentos, já incorporados na cultura brasileira.

De 5 a 26.

Sábados.

14h às 16h.

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

Vivência

GOTAS (PARA BEBÊS DE 0 A 2 ANOS)

Com Cia Voos

Gotas é uma ação artística, estética e interativa. As crianças se relacionam com as artistas, a música e os materiais, vivenciando experiências a partir de diversas linguagens artísticas. Um fluxo de proposições onde os adultos de referência interagem com as crianças e as propostas. Todos vão criando um fluxo narrativo próprio sensorio-perceptivo. É uma instalação com crianças de 0 a 2 anos.

De 5 a 19.

Sábados.

14h às 15h30.

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

Vivência

ROLÊ DE NENÊ

Com Cia Mover

Festa brincante voltada para a criação de uma conexão mais profunda entre bebês, crianças e seus pais, familiares ou cuidadores. Pode assumir diferentes formatos, prezando sempre pelo contato com as pessoas do local, a valorização da cultura popular brasileira e o brincar como elemento da cultura, assim como a integração entre as linguagens artísticas.

De 5 a 20.

Sábados e

domingos.

14h30 às 15h30.

Exceto dia 6.

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

Vivência

BOLHAS DE SABÃO

Com educadores em atividades infantojuvenis do Sesc Guarulhos

Diversão para toda a família! Venham fazer bolhas de diversos tamanhos! Nesta oficina, adultos e crianças têm a chance de se encantar com o maravilhoso mundo das bolhas de sabão.

Dias 12 e 13.

Sábado e

domingo.

11h às 12h30.

Espaço de Brincar Externo.
Grátis. Sem retirada de senhas.
Até 12 anos.

Foto: Divulgação



Vivência Jogos da Origem

Espetáculo

CINE CONCERTO: VIDA DE INSETO**Com Caranguejo-Escorpião**

O clássico filme de animação *Vida de Inseto* é exibido com uma performance musical ao vivo, que reimagina a trilha sonora utilizando instrumentos como tambores, xilofones e kalimba. O filme é protagonizado por Flik, habitante uma colônia de formigas explorada por uma gangue de gafanhotos saqueadores.

Dia 11. Sexta.**17h às 18h30.**Praça de Convivência.
Grátis.

L

Vivência

BORBOLETAS GIGANTES**Com educadores em atividades infantojuvenis do Sesc Guarulhos**

Participe dessa experiência e deixe sua criatividade voar alto com as borboletas fluorescentes que você mesmo vai criar! Nesta oficina, as crianças e suas famílias terão a chance de criar lindas borboletas gigantes usando tinta fluorescente e papel.

Dias 12 e**13. Sábado e****domingo.****13h30 às 14h30.**Espaço de Brincar Externo.
Grátis. Sem retirada de senhas.
De 3 a 12 anos.

Vivência

JARDIM MÁGICO**Com educadores em atividades infantojuvenis do Sesc Guarulhos**

Nessa instalação lúdica, bebês, crianças e seus responsáveis são convidadas a explorar um mundo encantado sob a luz negra! Transformando um espaço comum em um cenário vibrante e cheio de surpresas, o Jardim Mágico oferece uma experiência sensorial única onde a criatividade ganha vida.

Dias 12 e**13. Sábado e****domingo. 14h30 às 16h30.**Sala 1. Grátis.
Sem retirada de senhas.
Até 12 anos.

Vivência

JOGOS DA ORIGEM

Com educadores do Programa Curumim do Sesc Guarulhos

Nessa vivência, os educadores do Programa Curumim convidam as pessoas a conhecerem jogos milenares de diversas épocas e continentes, jogos esses que deram origem a diversos jogos populares. Alguns jogos como o Oware atravessaram mais de 7 mil anos de história e estarão presentes na vivência.

Dias 20 e 27.

Domingo.

14h às 16h.

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

Pessoas Idosas

Bate-papo

PONTO DE ENCONTRO

Reunião do Trabalho Social com Pessoas Idosas no Sesc Guarulhos

Junte-se a nós para o encontro mensal do programa TSPI: *Trabalho Social com Pessoas Idosas*, 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 31. Quinta.

14h às 16h.

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

Oficina

TECENDO HISTÓRIAS: ESCRIVIVÊNCIAS

Com Carina Zacarias

Nesse curso, os participantes serão convidados a contar suas histórias construindo seus próprios cadernos, a partir da técnica da cartonagem e da colagem, e poderão reconstruir e reconstituir suas próprias histórias, colando e descolando, compondo e costurando, alterando narrativas e fazendo outras emergirem.

De 3 a 24.

Quintas.

14h às 16h.

Sala 4 - Auditório.
Grátis. Inscrições on-line, a partir de 24/9.
A partir de 60 anos.

Turismo Social

Passeio

SANTOS PANORÂMICA E HISTÓRICA Santos (SP)

Venha conhecer uma cidade de Santos diferente, apreciando o alto do Monte Serrat, com acesso por funicular (pelo ar), por escuna (pelo mar) e por bonde (por terra), este nos conduzirá ao centro histórico, onde visitaremos a Bolsa do Café e realizaremos um passeio panorâmico pela orla, para conhecer o jardim mais extenso do mundo. orla, para conhecer o jardim mais extenso do mundo.

Dia 26. Sábado.

6h30 às 18h

● R\$120

▲ R\$180

**Grátis para
crianças até
6 anos.**

Inscrições on-line,
a partir de 24/9.

A partir de 6 anos.



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

Foto: Divulgação



TERÇA

1

Aula aberta

Terças Zen

QUARTA

2

Curso

Chapéu de Bruxa

QUINTA

3

Dança

REAL

Foto: Divulgação



8

Aula aberta

Ginástica
Comunitária

9

Curso

Atuação para
Cinema

10

Oficina

Brincadeiras e
Jogos Musicais:
Explorando Som
e Silêncio

Foto: Divulgação



15

Curso

Sapataria
Artesanal:
Sandálias

16

Palestra

Lama

17

Aula aberta

Yoga Lúdico
com as Famílias

Foto: Divulgação



22

Curso

Encadernação:
Diário de Medos

23

Curso

Ilustração em
Aquarela de
Cogumelos da
Mata Atlântica

24

Palestra

Artista Igual
Trabalhadora

Foto: Liana Nakamura



29

Exposição

Retratistas
do Morro

30

Oficina

Ressignifique
Histórias com
Poesia

31

Aula aberta

Encontros de
Gafieria

SEXTA

4**Aula aberta**

Plantão
Tira-Dúvidas
Sobre o Celular

SÁBADO

5**Oficina**

Cara Crachá

Música

Tony Tornado
& Banda
Funkessência

DOMINGO

6**Unidade Fechada**

Foto: Maris Raineri



11

Vivência

Sextou!
Brinquedos dos
Ares e Mares

12

Ateliê

Pequenos
Chapeleiros
Malucos

Oficina

Malabarismo
Possível

13

Oficina

Adereços de
Congada

Espectáculo

O Pequeno
Príncipe -
Português e Libras

Foto: Divulgação



18

Espectáculo

São Paulo
Cia de Dança

19

Oficina

Culinária Afro
Diaspórica

Espectáculo

Kalabazi

20

Vivência

Aquarelar

Música

Jane e Herondy

Foto: Divulgação



25

Literatura

Lançamento do
Livro *Retratistas
do Morro*

26

Turismo

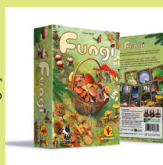
Santos
Panorâmica
e Histórica

27*

Vivência

Meio Ambiente e
Jogos de Tabuleiro

Foto: Divulgação



* Se houver segundo turno das Eleições Municipais de 2024 em Guarulhos, as atividades serão suspensas e a Unidade estará fechada.

Sesc.digital

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

Disponível gratuitamente em sescsp.org.br/sescdigital

SescTV

Disponível via satélite em todo o Brasil, em operadoras de TV por assinatura e serviços de streaming. Mais de 1.300 títulos sob demanda, entre documentários, filmes, shows e séries.

Assista também em sescsp.org.br/agoranatv

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

Selo Sesc

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

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

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

sescsp.org.br/loja

Faça sua Credencial Plena

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



Consulte a relação de documentos necessários

Sobre o Sesc São Paulo

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

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

Informações e horários

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
centralrelacionamento.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.

Comedor

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, sem intervalo.
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, 9h 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