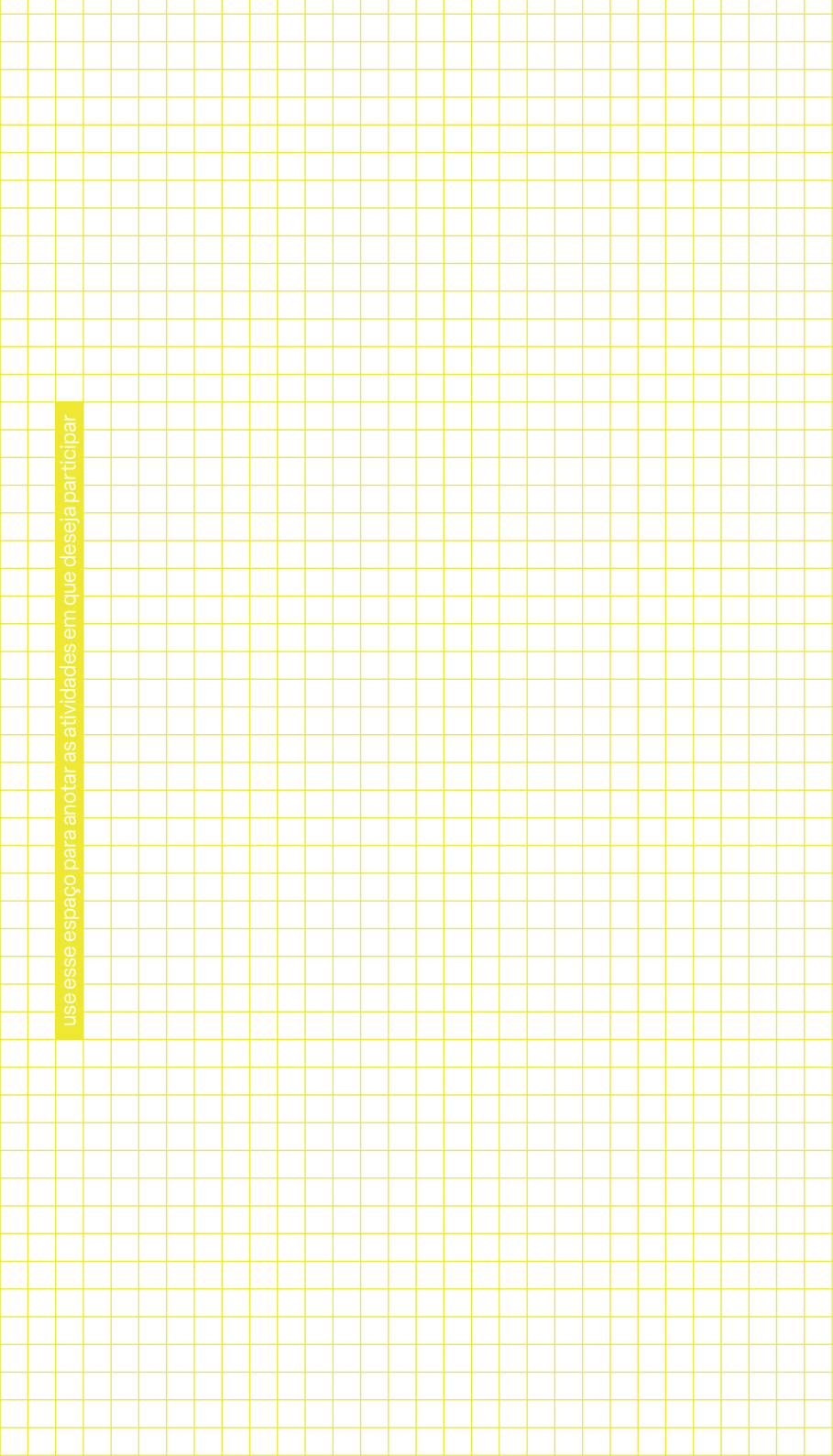




cursos
 e oficinas
 outubro
 2024

use esse espaço para anotar as atividades em que deseja participar



ações para cidadania	8
alimentação	14
artes visuais	16
cinema e vídeo	20
esporte e atividade física	22
literatura	30
meio ambiente	32
tecnologias e artes	36
turismo	44

crianças	46
jovens	56
peessoas idosas	58

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



ações para cidadania	<p>Conversa com Jera Guarani 9</p> <p>Cuidar de Si, Um Reflexo da Voz: Um Mergulho Dentro de Si Através do Canto 10</p> <p>Nem Todas as Cartas de Amor são Ridículas 11</p> <p>Educação Indígena Omágua Kambeba: Construindo Pontes Entre o Respeito e o Saber 13</p>
alimentação	<p>Frutas e Cultura Regional do Brasil 15</p>
artes visuais	<p>Experimentos com Palha de Milho 17</p> <p>O Caminho do Milho Crioulo e o Saber-fazer Rural 18</p> <p>Todo Mundo é Empreendedor. Quem Está a Salvo? 18</p> <p>Zine Vida de Freela: Publicação Coletiva Sobre a Realidade do Trabalho Criativo 19</p>
cinema e vídeo	<p>Produção Executiva no Audiovisual 21</p>
esporte e atividade física	<p>Aulas em Grupo na Ginástica Multifuncional 23</p> <p>Avenida Paulista às Cegas 23</p> <p>Criação de Modelos 3D – Avenida Paulista às Cegas 24</p> <p>Movimento Consciente 24</p> <p>Clube do Pedal – Noturno 25</p> <p>Clube da Caminhada 25</p> <p>Jazz Funk 26</p> <p>Esporte Família 26</p> <p>Yoga 27</p> <p>Jogos e Brincadeiras Olímpicas – Esgrima 27</p> <p>Bollywood 28</p> <p>Do Rock ao Samba 28</p> <p>Dança de Rua 29</p> <p>Maratona de Ritmos Latinos 29</p>
literatura	<p>Literatura e Periferia: Inspiração ou Fetichização 31</p> <p>Literatura e Diáspora: Entre a Tragédia e o Poder Criativo da Distância 31</p>
melo ambiente	<p>Para Conhecer: Abelhas Nativas sem Ferrão 33</p> <p>Minimutirão: Preparar, Plantar e Colher 34</p> <p>Plantio de Espécies Melíferas 34</p> <p>Cultivo de Orquídeas Brasileiras 35</p>



tecnologias e artes	<p>Cologravura: Explorando Relevos e Texturas 37</p> <p>Ateliê Aberto: Exploração de Técnicas Gráficas Experimentais 38</p> <p>Grupo de Estudos em Python 38</p> <p>Criação de Documentário Autoral com CapCut 39</p> <p>Ateliê Aberto: Adaptação de Impressora 3D para Material Reciclado 39</p> <p>Introdução ao Desenho Artístico Módulo II 40</p> <p>Iniciação ao Crochê 40</p> <p>Macramê Paramétrico: Tecendo o Som 41</p> <p>Isopo – Criação de Joias Afro 43</p> <p>Mini-painel de Macramê 43</p>
turismo	<p>Memórias e Patrimônios da Avenida Paulista 45</p>
crianças	<p>Criação de Boneco Articulado 47</p> <p>Momento Curumim 48</p> <p>Espaço Afrobrincante 48</p> <p>Animações Flutuantes 49</p> <p>Trilha Literária 50</p> <p>Ateliê Experimental 50</p> <p>Brasilidades em Jogo 51</p> <p>Gameando: Aventuras Colaborativas em Realidade Virtual 51</p> <p>Ludo-Oficina de Brinquedos 52</p> <p>Pronto Socorro de Brinquedos 52</p> <p>Trocaria: Troca de Brinquedos e Livros Infantis 53</p> <p>Meu Mini-hotel de Abelha Solitária 54</p> <p>Animais Híbridos e Articulados 55</p> <p>Saúde dos Bebês com Técnicas Orientais 55</p>
jovens	<p>Cartola: Canções Escolhidas 57</p> <p>Caminho das Águas: <i>Água Funda e Olhos D'água</i> 57</p>
pessoas idosas	<p>Práticas Integrativas e Naturais 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

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. 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

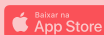
Participantes que desejam fazer cursos e não possuem a Credencial Plena devem apresentar a Credencial Atividades, que pode ser emitida no ato da inscrição de um curso e em qualquer unidade do Sesc, bastando apresentar a documentação necessária.



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, ciências sociais
e sustentabilidade. Consulte
condições de acesso nas
atividades a seguir.

ações para
a cidadania

aquilombamento nas margens → bate-papo

Conversa com Jera Guarani

mediação: Kwame Yonatan e Laura Lanari

Divulgação



Conversa sobre a cultura Guarani e sua filosofia de coexistência saudável e equilibrada com a natureza. Jera compartilhará sua experiência na Terra Indígena Tenondé Porã, com foco no trabalho de recuperação do solo degradado para plantar sementes tradicionais em diálogo com técnicas agroflorestais.

Jera é liderança da aldeia Kalipety, na Terra Indígena Tenondé Porã, no extremo sul de São Paulo. Formada em pedagogia, atua hoje como agente ambiental.

Kwame é psicanalista, psicólogo clínico e supervisor institucional.

Laura é psicanalista e advogada.

17/10

quinta, 19h30 às 21h30

onde

Térreo

público

a partir de 18 anos

acesso

livre, sujeito

à lotação do espaço

grátis

curso

Cuidar de Si, Um Reflexo da Voz: Um Mergulho Dentro de Si Através do Canto

com Palomaris, Nina Oliveira, Lilian Rocha e Danda Costa

A voz será o objeto principal de estudo e auto-observação, tendo como princípio norteador o autocuidado e a integralidade da voz-corpo a partir de tudo que o nutre: ideias, conhecimento, relações, afetos etc.

Encontros:

1. Identidade e voz: meu poder de ser e encantar;
2. O canto como ferramenta de autodescoberta;
3. A voz amefricana,
4. Transcantar: voz, palavra e performance.

Palomaris é cantora, compositora, performer, atriz e licenciada em história.

Nina é cantora, compositora, atriz e arte educadora.

Lilian é cantora, compositora, bailarina e educadora musical.

Dandá é artista e educadora travesti, pesquisa a palavra, a música e o canto.

9–30/10

quartas,
14h30 às 16h30

onde

Estúdio (4º andar)

público

a partir de 16 anos

inscrições

online, às 14h

1/10 (Credencial Plena)

4/10 (público em geral)

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

sescsp.org.br

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9



curso

Nem Todas as Cartas de Amor são Ridículas

com Tatiana Nascimento, Zeca Carú de Paula e Fabian Kassabian

As pessoas se encontrarão para escrever cartas de amor para si, sentindo a escrita como ferramenta de cura, estratégia de fortalecimento de subjetividades e ponte de conexão em comunidades de resistência, especialmente grupos de pessoas negras, indígenas, LGBTQIAPN+, gordas, com deficiência, mas não só.

Tatiana é mãe da Irê, pessoa não-binária. Escritora, compositora, cantora, tradutora e editora.

Zeca é multiartista, poeta, conjurador de ynymagynáveys, psicólogo clínico, mestre e doutorando em psicologia.

Fabian, não-binário, fundador da Brava – espaço de conhecimento contra-hegemônico – comunicador e produtor.

9–23/10

quartas,
19h30 às 21h30

onde
Lab 2 (4º andar)

público
a partir de 18 anos

inscrições
online, às 14h
1/10 (Credencial Plena)
4/10 (público em geral)
centralrelacionamento.secsp.org.br

grátis

Divulgação





aula aberta

Educação Indígena Omágua Kambeba: Construindo Pontes Entre o Respeito e o Saber

com Márcia Kambeba

A convidada contará sobre sua experiência em salas de aula nas aldeias e aprendizados de quem nasceu, cresceu e aprendeu com os povos indígenas. A intenção é partilhar saberes de modo a colaborar com uma educação mais inclusiva e justa, pensando temas como a inclusão de crianças indígenas e práticas para uma educação intercultural.

Márcia é doutoranda em linguística, autora de nove livros publicados e contadora de histórias.

25/10

sexta, 16h30 às 17h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

todas as idades

ingressos

30 minutos

antes, no local

grátis



alimentação

experimental! comida, saúde e cultura → vivência

Frutas e Cultura Regional do Brasil

com Nutri Jr

Buscando sensibilizar as crianças sobre a relação entre comida e a cultura brasileira, serão feitas vivências sensoriais e divertidas para observar as variedades de frutas das regiões do Brasil.

A **Nutri Jr** desenvolve programa de educação nutricional visando o aprendizado e a autonomia de cada pessoa sobre a sua própria alimentação.

19 e 26/10
sábados, 14h às 15h
e 15h às 16h

onde
Central de
Relacionamento
(2º andar)

público
6 a 10 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

Divulgação





artes
visuais

artesanias: fazeres e saberes paulistas → oficina

Experimentos com Palha de Milho

com Associação de Mulheres Artesãs (Guapiara-SP)



As pessoas participantes aprenderão sobre processos artesanais com a palha do milho, desde a escolha das sementes para o plantio, colheita, retirada das palhas, tingimento e trançado em diferentes padrões e confecção de peças utilitárias.

As integrantes da **Associação de Mulheres Artesãs de Guapiara** vivem no coração da Mata Atlântica. É na relação com a terra que as artesãs se conectam aos saberes ancestrais valorizando e preservando sua história e território.

12 e 13/10
sábado e
domingo, 11h às 13h

onde
Estúdio (4º andar)

público
a partir de 12 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

artesanias: fazeres e saberes paulistas → vivência

O Caminho do Milho Crioulo e o Saber-fazer Rural

com Associação de Mulheres Artesãs (Guapiara-SP)

Encontro para compartilhar histórias, processos e relação com a arte e território a partir do artesanato produzido com a palha de milho crioulo, uma tecnologia social valiosa para a preservação da cultura local da região do Alto Ribeira.

12 e 13/10
sábado e domingo,
14h30 às 16h30

onde
Estúdio (4º andar)

público
todas as idades

acesso
livre, sujeito à
lotação do espaço

grátis

bate-papo

Todo Mundo é Empreendedor. Quem Está a Salvo?

com Miriam Chnaiderman e Túlio Custodio
mediação: Tereza Bettinardi

Bate-papo sobre os impactos subjetivos da precariedade do trabalho em profissionais criativos. O mundo do trabalho criativo está rodeado por frases motivacionais e ferramentas de produtividade, ao mesmo tempo, a pressão para se *destacar* e *vencer* dão pouco espaço para a reflexão dessa realidade.

Miriam é psicanalista e cineasta.
Tulio é sociólogo. **Tereza** é designer e editora do Clube do Livro do Design.

8/10
terça, 19h30 às 21h30

onde
Lab 2 (4º andar)

público
a partir de 18 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

curso

Zine Vida de Freela: Publicação Coletiva Sobre a Realidade do Trabalho Criativo

com Tereza Bettinardi

O objetivo é estimular a discussão sobre as condições do trabalho criativo a partir de reflexões teóricas e exercícios práticos, resultando em um zine coletivo sobre essa realidade.

30/10–1/11quarta a sexta,
19h às 21h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 18 anos

inscrições

online, às 14h

1/10 (Credencial Plena)

4/10 (público em geral)

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

Divulgação





cinema
e vídeo

curso

Produção Executiva no Audiovisual

com Carolina Scalice

O curso foca as principais funções da produção executiva audiovisual e demonstra detalhes da rotina de trabalho, processos, a relação com profissionais de outros departamentos e com a equipe executiva, orçamento, decupagem e todas as demais fases da cadeia produtiva de um projeto.

Carol é formada em comunicação social com habilitação em rádio e TV. Trabalha no audiovisual há quase 20 anos e, nos últimos treze, se dedicou à coordenação da produção executiva.

9–30/10

quartas, 19h às 21h30

onde

Estúdio (4º andar)

público

a partir de 16 anos

inscrições

online, às 14h

1/10 (Credencial Plena)

4/10 (público em geral)

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

Pexels | Lê Minh





esporte
e atividade
física

aula aberta

Aulas em Grupo na Ginástica Multifuncional

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

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

5–26/10
sábados, 15h às 16h
domingos,
11h30 às 12h30
(exceto 6/10)

onde
Corpo II (11º andar)

público
a partir de 12 anos

acesso
livre, sujeito à
lotação do espaço

grátis

avenida paulista às cegas → aula aberta

Avenida Paulista às Cegas

com Flávia Mariano e Renato Frosch

A atividade envolve um roteiro em bicicleta especial pela Avenida Paulista para apresentar monumentos e espaços da arquitetura urbana, em uma narrativa que utiliza réplicas em miniatura desses locais, produzidas digitalmente 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.

13/10
domingo, 10h às 12h
e 13h às 15h

onde
ponto de
encontro: Bulevar
(ao lado do Sesc)

público
a partir de 16 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

avenida paulista às cegas → curso

Criação de Modelos 3D – Avenida Paulista às Cegas

Turma 2

com Flávia Mariano e Renato Frosch

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

3–24/10
terças e quintas,
16h às 16h50

onde
Lab 2 (4º andar)

público
a partir de 16 anos

inscrições
online, às 14h
1/10 (Credencial Plena)
4/10 (público em geral)
[centralrelacionamento.
sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

aula aberta

Movimento Consciente

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

Práticas que estimulam a percepção
corporal e promovem o autocuidado
e o movimento consciente.

5/10–28/12
sábados, 10h10 às 11h

onde
Corpo I (10º andar)

público
a partir de 12 anos

acesso
livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

aula aberta

Clube do Pedal – Noturno

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

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

2/10

quarta, 20h às 23h

onde

ponto de encontro:
entrada do Sesc

público

a partir de 16 anos

acesso

livre, vagas limitadas

grátis

aula aberta

Clube da Caminhada

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

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

12/10 Trilhas urbanas: Parque Vila Lobos

19/10 Esporte Clube Pinheiros

12 e 19/10

sábados, 8h às 11h

onde

ponto de encontro:
entrada do Sesc

público

a partir de 16 anos

acesso

livre, vagas limitadas

grátis

aula aberta

Jazz Funk

com Felipe Baptista

Jazz Funk é um misto das técnicas do jazz com danças urbanas. Tem um caráter bastante performático, trabalhando além do movimento, a expressividade, presença e autoestima.

Felipe é dançarino, coreógrafo, professor, modelo e videomaker.

1-31/10

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

5, 12 e 19/10
sábados, 14h às 14h50

onde

Corpo I (10º andar)

26/10

sábado, 15h às 16h

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

aula aberta

Esporte Família

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

Recreação de jogos, brincadeiras e
esportes adaptados para todas as idades.

5/10-29/12

sábados e domingos,
11h15 às 12h45
(exceto 6 e 27/10)

onde

Corpo I (10º andar)

público

a partir de 3 anos

acesso

livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

aula aberta

Yoga

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

Práticas que integram corpo e mente,
e trabalham a expressão corporal.

13/10–15/12
domingos, 10h10 às 11h
(exceto 27/10)

onde
Corpo I (10º andar)

público
a partir de 12 anos

acesso
livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

aula aberta

Jogos e Brincadeiras Olímpicas – Esgrima

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

Na recreação aberta, as pessoas participantes
terão a chance de conhecer a modalidade, ver
os instrumentos e uniformes, além de aprender
os principais movimentos e as habilidades.

13 e 20/10
domingos, 15h às 17h30

onde
Corpo I (10º andar)

público
a partir de 6 anos

acesso
livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

aula aberta

Bollywood

com Iara Romano

Dança de origem indiana que consiste em uma fusão de danças clássicas e folclóricas da região com outros estilos orientais e ocidentais.

Iara é professora há 25 anos nos estilos Bharatanatyam, Kuchipudi, Mohiniyattam e Bollywood Dance.

26/10

sábado, 11h às 12h20

onde

Térreo

5-28/11

terças e quintas,
19h às 19h50

onde

Corpo I (10º andar)

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

aula aberta

Do Rock ao Samba

com Mariana Grifo

Aula aberta que se baseia na livre execução de movimentos artísticos, que são constituídos a partir de movimentos coreografados. Nessa aula, as pessoas participantes vivenciarão o rock, o samba-rock e o samba no pé.

Mariana é educadora de atividades físico-esportivas do Sesc Avenida Paulista.

26/10

sábado,
13h às 13h50

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

aula aberta

Dança de Rua

com Edu Nogueira

A dança de rua trabalha algumas habilidades motoras, como a coordenação, equilíbrio e ritmo. Além de desenvolver expressão corporal e conscientização de equipe, é uma aula desafiadora, que faz você superar os seus limites. Uma característica forte da dança de rua é que existem diversos estilos, que chamam a atenção pelos movimentos coreografados fortes, sincronizados e rápidos.

Edu é formado em educação física e especialista em danças de rua.

26/10

sábado, 14h às 14h50

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito

à lotação do espaço

grátis

aula aberta

Maratona de Ritmos Latinos

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

Misturando movimentos aeróbicos com ritmos e coreografias latinas, como a salsa, mambo, merengue e reggaeton, esta atividade é uma maratona que promove o condicionamento físico de forma geral.

26/10

sábado, 16h30 às 18h

onde

Térreo

público

a partir de 12 anos

acesso

livre, sujeito

à lotação do espaço

grátis



literatura

bate-papo

Literatura e Periferia: Inspiração ou Fetichização

com **Peu Araújo**, **Renan Suckevicius**
e **Wesley Barbosa**
mediação: **Stéphanie Roque**

Bate-papo sobre as vivências nas periferias de São Paulo, com autores que retratam esses cenários.

Peu é escritor, jornalista, diretor de audiovisual e DJ. **Renan** é jornalista e escritor. **Wesley** é escritor e publicou sete livros. **Stéphanie** é editora e coordenadora de clubes de leitura na Companhia das Letras.

16/10

quarta, 19h às 20h30

onde

Biblioteca (15º andar)

público

a partir de 14 anos

acesso

livre, sujeito

à lotação do espaço

grátis

bate-papo

Literatura e Diáspora: Entre a Tragédia e o Poder Criativo da Distância

com **Carlile Cérilia** (Haiti), **Paulo Chavonga** (Angola) e **Ermi Panzo** (Angola)
mediação: **Mayra Sigwalt**

Essa mesa debate o fazer literário a partir da distância e como nosso país influencia essa produção, iluminando e eclipsando carreiras.

Carlile é cantor e compositor, escritor e poeta. **Paulo** é artista plástico, poeta, cineasta, muralista, arte educador e professor. **Ermi** é escritor, poeta declamador, bailarino performer, artista plástico e palestrante. **Mayra** é escritora e influencer literária com foco em literatura indígena.

30/10

quarta, 19h às 20h30

onde

Biblioteca (15º andar)

público

a partir de 14 anos

acesso

livre, sujeito

à lotação do espaço

grátis

The image is a vertical composition divided into four quadrants by a thin white grid. Each quadrant contains a different abstract pattern of organic, irregular shapes. The top-left quadrant features a pattern of light green and yellow shapes on a white background. The top-right quadrant has a pattern of light green and yellow shapes on a light green background. The bottom-left quadrant shows a pattern of light green and yellow shapes on a light green background. The bottom-right quadrant displays a pattern of light green and yellow shapes on a light green background. The text 'meio ambiente' is positioned in the bottom-left quadrant, written in a white, lowercase, sans-serif font.

meio
ambiente

vivência

Para Conhecer: Abelhas Nativas sem Ferrão

com Guilherme Aguirre (Meliponario Airbnb),
Ana Luisa Bovoy e Gabriel Galvani

Jonathan Wilkins



Apresentação de abelhas sem ferrão, ressaltando suas características, importância no ecossistema e manutenção da vida no planeta. As pessoas participantes poderão manusear materiais como livros, ilustrações, produtos derivados do mel e conhecer detalhes da vida das abelhas.

Guilherme é biólogo, meliponicultor, consultor ambiental, fotógrafo e educador.

Ana é agroflorestra e criadora de abelhas. Pesquisa espécies de plantas benéficas para as abelhas e seus arranjos em sistemas agroflorestrais.

Gabriel é formando em engenharia agrônoma e licenciado em ciências agrárias. Se dedica ao estudo e criação de abelhas sem ferrão.

5, 19 e 20/10
sábados e
domingo, 13h às 16h

onde
Bulevar
(ao lado do Sesc)

público
todas as idades

acesso
livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

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.

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.

15/10*

terça, 14h às 18h

onde

Terraço (17º andar)

público

todas as idades

ingressos

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

grátis

oficina

Plantio de Espécies Melíferas

com **Heborá**

Atividade sobre as abelhas nativas sem ferrão, as plantas melíferas e suas relações com a polinização. Com parte teórica e prática (plantio na horta da unidade).

A **Heborá** é uma empresa cuidada e desenvolvida por mulheres. Pioneira no processamento de produtos de abelhas brasileiras sem ferrão.

19/10–2/11

sábados,
10h30 às 13h30
(exceto 26/10)

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 16 anos

ingressos

30 minutos
antes, no local

grátis

curso

Cultivo de Orquídeas Brasileiras

com Orquidário Bella Flor



Motohiro Sunouchi

Para iniciantes no tema que queiram aprender sobre as espécies mais encontradas no Brasil e como realizar o cultivo adequado. Serão assuntos: as principais espécies de orquídeas brasileiras, a Euglossini (abelha de orquídea) e suas características, adubação específica, dentre outros.

Orquidário Bella Flor é formado por Fernanda e Carlos Moreira. O espaço realiza produção e comercialização de diferentes tipos de orquídeas, além de acessórios para orquidários.

17/10–7/11

quintas, 14h30 às 17h30

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 16 anos

inscrições

online, às 14h

1/10 (Credencial Plena)

4/10 (público em geral)

centralrelacionamento.

sescsp.org.br

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9



tecnologias
e artes

curso

Cologravura: Explorando Relevos e Texturas

com Julia Bastos e Kamila Vasques

Acervo Kamila Vasques



Curso de introdução à cologravura, técnica que cria matrizes de gravura por meio da colagem de materiais diversos. As matrizes serão criadas a partir de tecidos e resíduos recicláveis, e serão exploradas diferentes técnicas de entintagem e impressão com elas.

Julia é artista visual e já participou de várias exposições coletivas no Brasil, Argentina, Guatemala e Suíça. Como educadora, ministrou diversas oficinas de marcenaria, cerâmica e principalmente de gravura.

Kamila é artista visual e educadora. Pesquisa a tipografia e desenvolve projetos e oficinas nas técnicas gráficas tradicionais e experimentais.

8–29/10

terças, 10h30 às 13h

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 16 anos

inscrições

online, às 14h

1/10 (Credencial Plena)

4/10 (público em geral)

centralrelacionamento.

sescsp.org.br

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

oficina

Ateliê Aberto: Exploração de Técnicas Gráficas Experimentais

com Carlos Alberto Dias

Atividade que propõe o contato e prática com diversas técnicas gráficas experimentais, abordando técnicas, processos e materiais do processo de gravação e impressão de imagens.

Carlos é artista visual e artista-educador. Com mais de 40 anos de experiência nestes dois campos, trabalha principalmente com gravura em relevo, design de superfície, desenho, pintura e fotografia.

2–30/10

quartas, 10h30 às 12h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos

antes, no local

grátis

oficina

Grupo de Estudos em Python

com Alexandre Villares

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

Alexandre integra a equipe de educadores(as) de tecnologias e artes do Sesc Avenida Paulista e pesquisa o ensino de programação em contexto visual.

2–30/10

quartas, 14h30 às 16h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

ingressos

30 minutos

antes, no local

grátis

curso

Criação de Documentário Autoral com CapCut

com Patrício Salgado

Inspirado no trabalho do diretor Ken Burns, que se destacou fazendo documentários históricos com o uso apenas de fotografias de época, narração e trilha sonora, este curso propõe a criação de documentários autorais de curta duração a partir de fotografias de família, utilizando o software CapCut no celular ou no computador.

Patrício se formou em publicidade, é diretor, colorista, editor, *sound designer* e DJ.

8–29/10

terças, 14h30 às 16h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

inscrições

online, às 14h

1/10 (Credencial Plena)

4/10 (público em geral)

centralrelacionamento.sescsp.org.br

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

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

oficina

Ateliê Aberto: Adaptação de Impressora 3D para Material Reciclado

com Laure Stelmastchuk

Atividade que convida o público a participar, do começo ao fim, do processo de adaptação de uma impressora 3D para capacitá-la a utilizar plástico reciclado como insumo principal de impressão, abordando aspectos teóricos e práticos deste tipo de processo.

Laure possui graduação em farmácia e mestrado em biotecnologia. Atualmente, é pesquisadora no CTI Renato Archer.

8/10–26/11

terças, 19h30 às 21h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 18 anos

acesso

livre, sujeito

à lotação do espaço

grátis

oficina

Introdução ao Desenho Artístico

Módulo II

com Danilo Matias

Atividade que tem como objetivo apresentar técnicas básicas do desenho artístico com lápis grafite e lápis de cor sobre canson.

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.

9/10–4/12

quartas, 19h30 às 21h30
(exceto 20/11)

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 16 anos

ingressos

30 minutos
antes, no local

grátis

curso

Iniciação ao Crochê

com Jéssica Rampim

Nesse curso, as pessoas participantes terão contato com os primeiros passos da técnica de crochê. Utilizando barbantes e agulhas, o objetivo da atividade é a criação de quadradinhos de crochê, também conhecidos como quadradinhos da vovó. A cada aula será ensinado um novo quadradinho.

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

10–24/10

quintas, 10h30 às 12h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 12 anos

inscrições

online, às 14h
1/10 (Credencial Plena)
4/10 (público em geral)
[centralrelacionamento.
sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9

curso

Macramê Paramétrico: Tecendo o Som

com Taynah Spinola e Vitória Mendes

A atividade propõe integrar a programação ao artesanato. A partir do processo de parametrização do som, que converte uma música ou frase falada escolhida pelo(a) participante em um padrão gráfico único, será criado um macramê personalizado, que converte em arte têxtil uma obra sonora com valor afetivo, que exige padrões e técnicas diferentes.

Taynah é arquiteta, professora de artes e arteterapeuta.

Vitória é arquiteta e especialista em design paramétrico.

10–24/10

quintas, 19h30 às 21h30

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 14 anos

inscrições

online, às 14h

1/10 (Credencial Plena)

4/10 (público em geral)

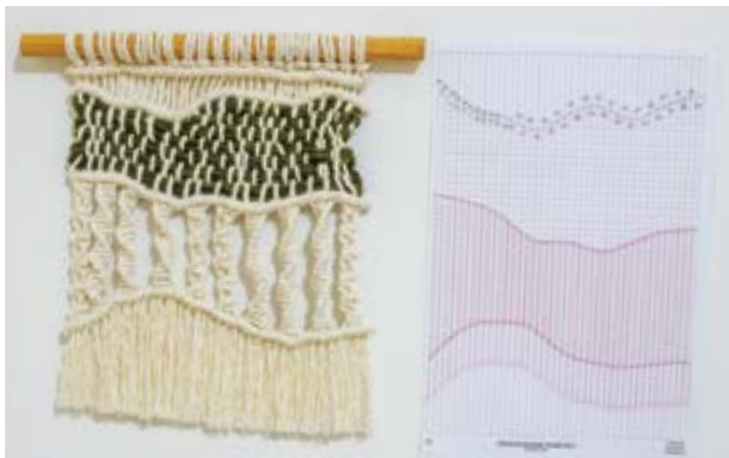
centralrelacionamento.

sescsp.org.br

■ R\$ 30

▲ R\$ 15

● R\$ 9





curso

↳ Isopo – Criação de Joias Afro

com Ojire Art

Voltado para iniciantes, este curso aborda as técnicas, ferramentas e materiais necessários para criar joias, adornos e acessórios com referências da cultura e identidade negra.

Ojire Art é uma marca de joias, adornos e acessórios, e a característica mais marcante do seu trabalho é o uso dos cauris (conchas comumente conhecidas como búzios). Busca fazer uma conexão entre narrativas ancestrais e contemporâneas, fundamentada em estudos das culturas africanas e afrobrasileiras, resultando em um trabalho artístico que valoriza a cultura e identidade negra.

20/10–1/12
domingos,
10h30 às 12h30
(exceto 27/11)

onde
Lab 1 (4º andar)

público
a partir de 16 anos

inscrições
online, às 14h
1/10 (Credencial Plena)
4/10 (público em geral)
centralrelacionamento.
sescsp.org.br

■ R\$ 50

▲ R\$ 25

● R\$ 15

oficina

Mini-painel de Macramê

com Jéssica Rampim

Nesta atividade, as pessoas participantes terão contato com os primeiros passos da técnica de macramê. Utilizando os pontos para iniciantes, criarão um pequeno painel de macramê geométrico.

26/10
sábado, 10h30 às 12h30

onde
Lab 1 (4º andar)

público
a partir de 16 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis



turismo

uma paulista, diferentes vistas → passeio

Memórias e Patrimônios da Avenida Paulista

com Vanessa Lima e Monica Mantovani

Divulgação



Investigação sobre a relação entre as histórias e as memórias pessoais e coletivas, por meio de elementos da arquitetura, fotografias e documentos históricos. O público será convidado a caminhar pelas proximidades da unidade, a região do casarão Franco Mello e o Instituto Moreira Salles, refletindo sobre lembranças, passado e presente. Contempla uma visita ao Mirante da unidade.

Vanessa é historiadora, atua como educadora na realização de oficinas, cursos e visitas-caminhadas na cidade.

Monica é guia de turismo e historiadora.

20/10

domingo, 10h às 14h

onde

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

público

todas as idades

inscrições

4/10, 14h, em sescsp.org.br/avpaulista e na Central de Relacionamento (2º andar)
(lista de espera: 11/10, 14h)

grátis





crianças

oficina

Criação de Boneco Articulado

com Bruna Kim

Acervo Bruna Kim



Por meio da confecção de um brinquedo, serão apresentadas madeiras e ferramentas manuais de marcenaria, propondo a prática artesanal enquanto experiência lúdica. Cada criança, acompanhada de um responsável, irá serrar, furar, montar e pintar seu próprio bonequinho de madeira.

Bruna é artista, atua em cursos e oficinas nas áreas de gravura, marcenaria e ex-líbris. Com marcenaria tem trabalhado com propostas para crianças e adultos, além de produção pessoal.

19/10–30/11
sábados,
14h às 15h30
e 16h às 17h30

onde
Lab 1 (4º andar)

público
a partir de 7 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

curumim → vivência

Momento Curumim

com Charles Roberto

Convite às crianças de 7 a 12 anos a experienciar um conjunto de atividades de forma seriada com os educadores infantojuvenis. 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.

3–31/10

quintas, 10h às 12h

onde

Central de
Relacionamento
(2º andar)

público

7 a 12 anos

inscrições

online, 1 a 30/10, às 14h
centralrelacionamento.sescsp.org.br

grátis

vivência

Espaço Afrobrincante

com Brincando na Kebrada

Essa proposta é pensada para enaltecer a cultura africana e afrobrasileira, permitindo o conhecimento da história e memória da população negra e na construção de outras narrativas por meio dos brincares, promovendo o contato das heranças deixadas pelos nossos ancestrais, elevando assim a autoestima de todas as crianças, principalmente crianças negras.

Brincando na Kebrada é um Coletivo de mulheres pretas, periféricas, mães solo, arte educadoras, pedagogas, brincantes, que acredita na potência das infâncias.

4–26/10

sextas, 14h às 15h30
sábado e domingo,
14h às 15h30
e 16h às 17h30
(exceto 6/10)

onde

Crianças (3º andar)

público

até 6 anos

acesso

livre, sujeito
à lotação do espaço

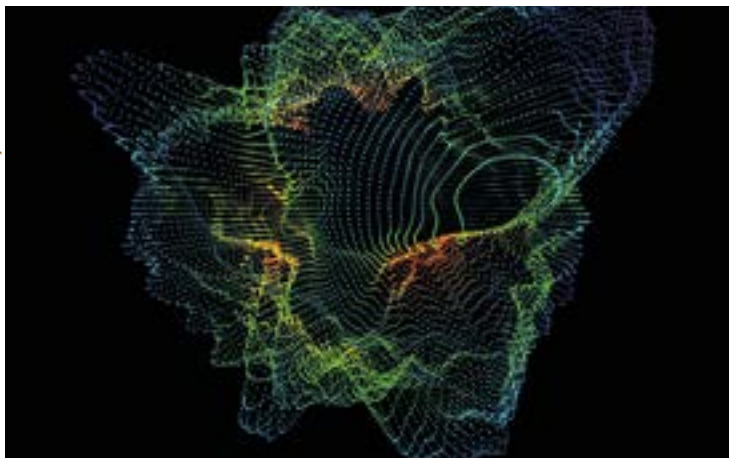
grátis

oficina

Animações Flutuantes

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

Still de Animação: Alexandre Villares



A atividade tem o objetivo de explorar técnicas de projeção e ilusão de ótica. A ideia é unir a tecnologia de celulares e tablets com materiais simples e acessíveis, como o papelão e lentes para brincar com imagens animadas.

5 e 19/10
sábados, 11h às 13h

5 e 20/10
sábado e domingo,
14h30 às 16h30

onde
Lab 1 (4º andar)

público
a partir de 7 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

vivência

Trilha Literária

com Crialudis

Jogo de percurso com tabuleiro gigante que possibilita uma brincadeira com diversos clássicos da literatura infantojuvenil.

Idealizada por Vicente Godinho e Rúbia Gomes, a **Crialudis** desenvolve ações e projetos lúdicos nas áreas de arte, cultura e educação, direcionados para todas as idades.

5 e 26/10
sábados, 13h às 16h

onde
Bulevar
(ao lado do Sesc)

público
todas as idades

acesso
livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

oficina

Ateliê Experimental

com L.E.V.A

(Laboratório Experimental de Vivências Artísticas)

Espaço de criação, experimentação artística e laboratório poético, no qual os(as) participantes experimentarão propostas no campo das artes visuais, utilizando diferentes materiais, suportes e modos de fazer, como: colagem, pintura, desenho, processos de gravação e impressão, na construção de trabalhos autorais.

Conduzido pelos artistas-educadores Gina Dinucci e Marcio Marianno, o **L.E.V.A.** oferece propostas experimentais de arte, nas quais são exploradas possibilidades de criação a partir de diversos materiais, suportes e fazeres.

5–13/10
sábados e domingos,
14h às 17h
(exceto 6/10)

onde
Lab 2 (4º andar)

público
7 a 12 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

vivência

Brasilidades em Jogo

com Crialudis

Um tabuleiro gigante que possibilita uma imersão pelo universo mitológico e cultural brasileiro, facilitando muitas descobertas sobre as riquezas do nosso país e da cultura popular, além de muitas brincadeiras com as adivinhas, trava-línguas, parlendas, entre outros brinquedos de palavras.

12–20/10

sábados e domingos,
13h às 16h
(exceto 19/10)

onde

Central de
Relacionamento
(2º andar)

público

a partir de 6 anos

acesso

livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

vivência

Gameando: Aventuras Colaborativas em Realidade Virtual

com Rodrigo Rez, Rodrigo Dorta e Henrique Zadoroguo

Nesta atividade, o público desbravará caminhos e resolverá enigmas em um mapa especial, utilizando óculos de realidade virtual para uma imersão completa no mundo do jogo.

Rodrigo Rez é mestrando em artes visuais e graduado em jogos digitais.

Rodrigo Dorta é artista, pesquisador e doutorando em artes visuais.

Henrique é artista, educador, pesquisador e graduando em artes visuais.

12 e 13/10

sábado e domingo,
10h30 às 13h
e 14h às 17h

onde

Lab 1 (4º andar)

público

a partir de 7 anos

inscrições

no local,
vagas limitadas

grátis

oficina

Ludo-Oficina de Brinquedos

com Cia Eureka

Nossos construtores convidam os(as) participantes dessa oficina a uma brincadeira, a do redescobrir e ressignificar diversos tipos de materiais, que estarão disponíveis para a construção de seus próprios brinquedos.

A **Cia Eureka** atua com narrações de histórias, intervenções cênicas e literárias sobre os temas: meio ambiente, prática de atividades físicas e alimentação saudável.

12 e 13/10
sábado e domingo,
10h30 às 12h30

onde
Bulevar
(ao lado do Sesc)

público
a partir de 7 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

intervenção

Pronto Socorro de Brinquedos

com Cia Eureka

Essa atividade visa pequenos reparos e consertos simples de brinquedos, mostrando que as nossas relações não precisam estar pautadas no consumo e na compra, que é possível dar novos usos ou consertar objetos e brinquedos que muitas vezes descartamos.

12 e 13/10
sábado e domingo,
14h às 16h

onde
Bulevar
(ao lado do Sesc)

público
todas as idades

acesso
livre, sujeito
à lotação do espaço

grátis

intervenção

Trocaria: Troca de Brinquedos e Livros Infantis

com Cia Eureka

Ana Gois



Feiras de trocas são uma oportunidade de entrosamento e socialização. Além disso, educa-se para a importância de frear o consumo e descarte desenfreado de objetos. Voltada ao público infantil, a feira tem a condução de dois artistas especialistas em brincar, propondo e intermediando essa convivência e as trocas, com bastante humor e interação, estimulando a prática do consumo compartilhado e consciente.

12 e 13/10
sábado e domingo,
14h às 16h

onde
Bulevar
(ao lado do Sesc)

público
a partir de 7 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

oficina

Meu Mini-hotel de Abelha Solitária

com Heborá



Gaillhampshire

Atividade que irá trazer as crianças para o universo das abelhas brasileiras, mostrando o quão rica é a nossa biodiversidade e levantando a importância desses animais para a manutenção da vida. Será realizada uma atividade com os mini-hotéis de abelhas solitárias, feitos com madeira e que serão personalizados com tinta atóxica.

19/10 e 2/11
sábados, 15h às 18h

onde
Lab 2 (4º andar)

público
a partir de 7 anos

ingressos
30 minutos
antes, no local

grátis

oficina

Animais Híbridos e Articulados

com L.E.V.A

(Laboratório Experimental de Vivências Artísticas)

A proposta visa a realização de um boneco articulado de papel cujo tema é a mistura de dois ou mais animais. O processo de produção dos híbridos envolve reflexões sobre as escolhas estéticas e conceituais do trabalho e será uma construção coletiva entre crianças e suas pessoas responsáveis.

20, 26/10 e 3/11
sábado e domingos,
15h às 17h

onde

Lab 2 (4º andar)

público

a partir de 7 anos

ingressos

30 minutos
antes, no local

grátis

saúde

Saúde dos Bebês com Técnicas Orientais

com Denise Harari

Cuidado das crianças com técnicas de medicina chinesa práticas e fáceis de serem aplicadas. Massageando pontos da acupuntura como forma de cuidado dos bebês. Haverá apresentação dos Fundamentos da Filosofia Chinesa: Tao, Yin e Yang, Cinco Elementos, Meridianos; e a prática das técnicas de escovações, aquecimento, ventosa, massagem, estímulo de pontos do corpo com pressão dos dedos.

Denise é doutora e mestre em ciências da reabilitação, fisioterapeuta acupunturista e professora.

25 e 26/10
sexta e sábado,
10h30 às 11h30,
11h30 às 12h30
e 12h30 às 13h30

onde

Estúdio (4º andar)

público

até 3 anos

ingressos

30 minutos
antes, no local

grátis



jovens

livros do vestibular → show

Cartola: Canções Escolhidas

com Ayô Tupinambá e Camilla Dias

Encontro em que será apresentado um *pocket show* de Ayô Tupinambá cantando músicas do Cartola, escolhidas para o vestibular da Unicamp. Entre as músicas, Camilla Dias conduzirá um bate-papo com a cantora.

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

Ayô é artista, originária da periferia de São Paulo, contribui para a conscientização e educação compartilhando sua experiência e se tornando uma voz inspiradora para a comunidade LGBTQIA+.

5/10

sábado, 18h às 19h30

onde

Térreo

público

a partir de 16 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis



livros do vestibular → palestra

Caminho das Águas: Água Funda e Olhos D'Água

com Camilla Dias e Carine Souza

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 *Água Funda*, de Ruth Guimarães, e *Olhos D'Água*, de Conceição Evaristo.

Carine é produtora cultural, mediadora de leitura e idealizadora do *Mulheres Negras na Biblioteca*, projeto que incentiva à leitura de livros de autoras negras, reivindicando a inclusão dessas obras nos acervos das bibliotecas.

26/10

sábado, 15h às 16h30

onde

Biblioteca (15º andar)

público

a partir de 16 anos

acesso

livre, sujeito à

lotação do espaço

grátis





pe
pessoas
idosas

curso

Práticas Integrativas e Naturais

com Carmem Lazari

Oficina que pretende trazer o conhecimento de técnicas de autocuidado por meio de algumas práticas integrativas e complementares, como a aromaterapia, automassagem com reflexologia e a produção de produtos naturais para o corpo e a casa em consonância com uma vida mais harmônica e econômica.

Carmem é artista educadora e educadora ambiental. Tem formação em cursos com indígenas, caboclos, erveiras, cientistas e mestras da arte da sábioaria natural.

10/10-7/11

quintas, 10h30 às 12h30

onde

Estúdio (4º andar)

público

a partir de 60 anos

inscrições1 a 16/10, online em centralrelacionamento.sescsp.org.br**grátis**

Divulgação



**o que você
encontrará aqui?**

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

fim de
semana
e feriado

5/10

sábado

10h10 Movimento Consciente
página 24 • acesso livre, sujeito à lotação

11h e 14h30 Animações Flutuantes
p. 49 • ingressos 30 min antes

11h15 Esporte Família
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

13h–16h Trilha Literária
p. 50 • acesso livre, sujeito à lotação

14h Jazz Funk
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

14h Ateliê Experimental
p. 50 • ingressos 30 min antes

15h Ginástica Multifuncional
p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

**13h Para Conhecer:
Abelhas Nativas sem Ferrão**
p. 33 • acesso livre, sujeito à lotação

**18h–19h30 Cartola:
Canções Escolhidas**
p. 57 • acesso livre, sujeito à lotação

Ayo Rico



Cartola:
Canções Escolhidas

12–13/10

sábado

8h Clube da Caminhada
página 25 • acesso livre, sujeito à lotação

10h10 Movimento Consciente
p. 24 • acesso livre, sujeito à lotação

10h30 e 14h Aventuras Colaborativas em Realidade Virtual
p. 51 • inscrições no local, vagas limitadas

10h30 Ludo-Oficina de Brinquedos
p. 52 • ingressos 30 min antes

11h Experimentos com Palha de Milho
p. 17 • ingressos 30 min antes

11h15 Esporte Família
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

13h Brasilidades em Jogo
p. 51 • acesso livre, sujeito à lotação

14h Ateliê Experimental
p. 50 • ingressos 30 min antes

14h Jazz Funk
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 16h Espaço Afrobrincante
p. 48 • acesso livre, sujeito à lotação

14h Trocaria: Troca de Brinquedos e Livros Infantis
p. 53 • ingressos 30 min antes

14h–16h Pronto Socorro de Brinquedos
p. 52 • acesso livre, sujeito à lotação

14h30–16h30 O Caminho do Milho Crioulo e o Saber-fazer Rural
p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

15h Ginástica Multifuncional
p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

domingo

10h e 13h Avenida Paulista às Cegas
página 23 • acesso livre, sujeito à lotação

10h10 Yoga
p. 27 • acesso livre, sujeito à lotação

10h30 e 14h Aventuras Colaborativas em Realidade Virtual
p. 51 • inscrições no local, vagas limitadas

10h30 Ludo-Oficina de Brinquedos
p. 52 • ingressos 30 min antes

11h Experimentos com Palha de Milho
p. 17 • ingressos 30 min antes

11h15 Esporte Família
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

11h30 Ginástica Multifuncional
p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

13h Brasilidades em Jogo
p. 51 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 16h Espaço Afrobrincante
p. 48 • acesso livre, sujeito à lotação

14h Ateliê Experimental
p. 50 • ingressos 30 min antes

14h Trocaria: Troca de Brinquedos e Livros Infantis
p. 53 • ingressos 30 min antes

14h–16h Pronto Socorro de Brinquedos
p. 52 • acesso livre, sujeito à lotação

14h30–16h30 O Caminho do Milho Crioulo e o Saber-fazer Rural
p. 18 • acesso livre, sujeito à lotação

15h–17h30 Esgrima
p. 27 • acesso livre, sujeito à lotação

19–20/10

sábado

8h Clube da Caminhada

página 25 • acesso livre, sujeito à lotação

10h10 Movimento Consciente

p. 24 • acesso livre, sujeito à lotação

10h30 Plantio de Espécies Melíferas

p. 34 • ingressos 30 min antes

11h Animações Flutuantes

p. 49 • ingressos 30 min antes

11h15 Esporte Família

p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

13h Para Conhecer: Abelhas Nativas sem Ferrão

p. 33 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 15h Frutas e Cultura Regional do Brasil

p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

14h Jazz Funk

p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 16h Criação de Boneco Articulado

p. 47 • ingressos 30 min antes

14h e 16h Espaço Afrobricante

p. 48 • acesso livre, sujeito à lotação

15h Ginástica Multifuncional

p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

15h Meu Mini-hotel de Abelha Solitária

p. 54 • ingressos 30 min antes

domingo

10h10 Yoga

página 27 • acesso livre, sujeito à lotação

11h30 Ginástica Multifuncional

p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

13h Brasilidades em Jogo

p. 51 • acesso livre, sujeito à lotação

13h Para Conhecer: Abelhas Nativas sem Ferrão

p. 33 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 16h Espaço Afrobricante

p. 48 • acesso livre, sujeito à lotação

14h30 Animações Flutuantes

p. 49 • ingressos 30 min antes

15h Esgrima

p. 27 • acesso livre, sujeito à lotação

11h15 Esporte Família

p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

15h–17h Animais Híbridos e Articulados

p. 55 • acesso livre, sujeito à lotação

Gean Carlo Seno



Jogos e Brincadeiras Olímpicas – Esgrima

sábado

10h10 Movimento Consciente
página 24 • acesso livre, sujeito à lotação

10h30 Mini-painel de Macramê
p. 43 • ingressos 30 min antes

10h30, 11h30 e 12h30 Saúde dos Bebês com Técnicas Orientais
p. 55 • ingressos 30 min antes

11h Bollywood
p. 28 • acesso livre, sujeito à lotação

11h15 Esporte Família
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

13h Do Rock ao Samba
p. 28 • acesso livre, sujeito à lotação

13h–16h Trilha Literária
p. 50 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 15h Frutas e Cultura Regional do Brasil
p. 15 • acesso livre, sujeito à lotação

14h Dança de Rua
p. 29 • acesso livre, sujeito à lotação

14h e 16h Criação de Boneco Articulado
p. 47 • ingressos 30 min antes

14h e 16h Espaço Afrobrincante
p. 48 • acesso livre, sujeito à lotação

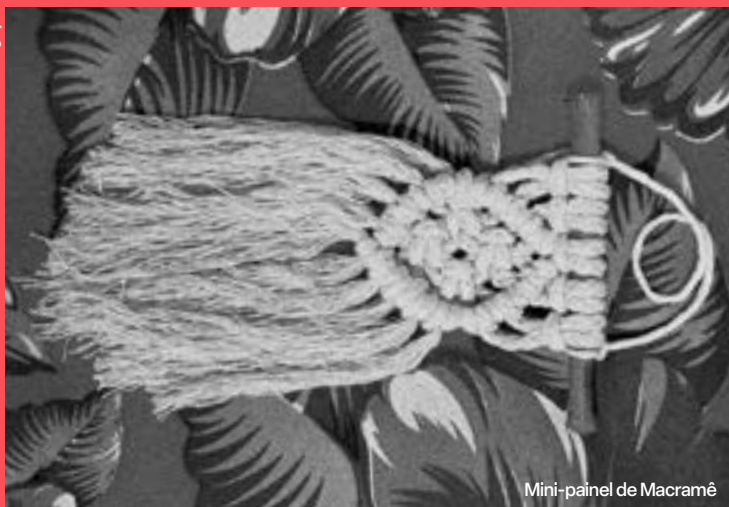
15h Ginástica Multifuncional
p. 23 • acesso livre, sujeito à lotação

15h Jazz Funk
p. 26 • acesso livre, sujeito à lotação

15h–17h Animais Híbridos e Articulados
p. 55 • acesso livre, sujeito à lotação

15h Caminho das Águas: Água Funda e Olhos D'água
p. 57 • acesso livre, sujeito à lotação

16h30 Maratona de Ritmos Latinos
p. 29 • acesso livre, sujeito à lotação



Mini-painel de Macramê

use esse espaço para anotar as atividades em que deseja participar

faça sua
credencial
sesc



sescsp.
org.br/
avpaulista

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

fsc