

Dezembro 2024

**Sesc Thermas de
Presidente Prudente**



Guia de Programação



Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

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

Legendas de Acessibilidade



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

Funcionamento

Terça a sexta, 8h às 20h.

Sábados, domingos e feriados, 9h às 18h.

Dia 8, domingo, feriado, a unidade funciona das 9h às 18h.

Dias 24, 25, 31/12/24 e 1/1/25, terças e quartas, feriados, a unidade fecha.

Ingressos

A venda de ingressos para shows e espetáculos no Sesc São Paulo tem início semanalmente, em dois lotes.

On-line: às terças-feiras, a partir das 17h.

Presencial, nas bilheterias das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h.

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



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

Preços

- **Credencial Plena:** Pessoa trabalhadora do comércio de bens, serviços e turismo credenciada no Sesc e dependentes.
- **Meia-Entrada:** Pessoa aposentada, com mais de 60 anos, com deficiência, estudante e servidora de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**

6	Itinerância
	48º Mostra
	Internacional de
	Cinema de São Paulo
9	Florestar: Áreas
	Verdes Educadoras
13	Shows e Espetáculos
15	Exposições
19	Cursos, oficinas
	e encontros
20	Esporte e
	Atividade Física
25	Crianças
29	Pessoas Idosas
30	Saúde
32	Agenda de Destaques

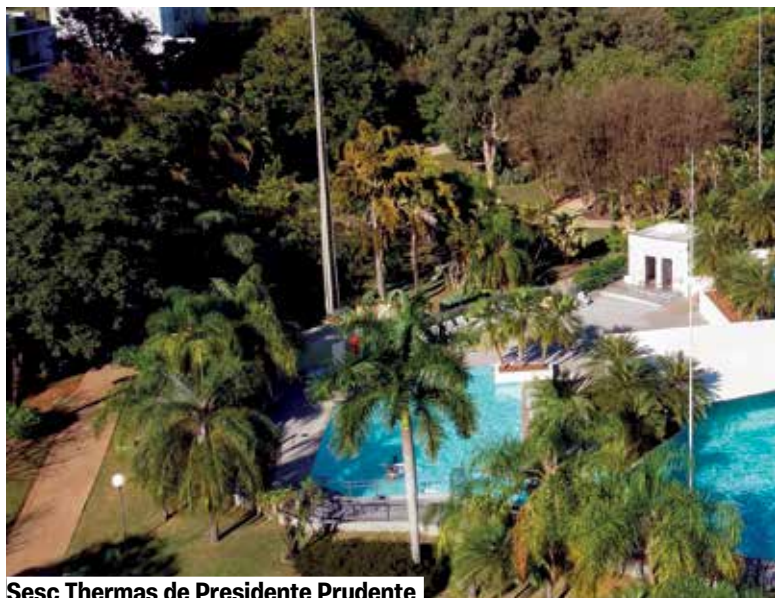
Editorial

A programação de dezembro está digna de cinema! Venha conferir o que o Sesc Thermas preparou para você neste mês.

O grande destaque é a 48ª MOSTRA INTERNACIONAL DE CINEMA DE SÃO PAULO, que começou em novembro e se estende nas terças e quartas de dezembro. Neste mês, exibiremos os filmes “Sol de Inverno”, “Adam Muda Lentamente”, “Filhos” e “Levados pela Maré” – produções contemporâneas do cinema mundial, de diversas nacionalidades, que se destacaram na programação da Mostra na capital.

Em meio ambiente, o projeto Florestar: Áreas Verdes Educadoras traz a oficina Recriar o Verde: Horta Vertical com Reutilização de Banners, que incentiva a reciclagem e a conscientização ambiental. Além disso, oferecemos as vivências “Jogo da Sustentabilidade” e “Agroecologia Brincando”, proporcionando diversão e aprendizado.

Na música, a indígena Djuena Tikuna nos conecta à cultura de seu povo; Filhos da Ciça traz repertório autoral; André Loul destaca os sucessos de Seu Jorge e Jorge Aragão; e a banda The Wick celebra o talento das mulheres no rock. Entre os dias 4 e 18, o professor Chico Luz conduz aulas de samba de gafieira, ensinando a história, os passos e compassos desse ritmo.



Sesc Thermas de Presidente Prudente

Em dezembro também acontece o projeto Contato, que promove em diversas unidades do Sesc São Paulo atividades para discutir a saúde sexual, reprodutiva e a prevenção das infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). No Sesc Thermas teremos o espetáculo de teatro “Há mais revolta do que vírus no meu sangue”, com o Coletivo Contágio, que revisita os mais de 40 anos da epidemia da aids no Brasil ao mesmo tempo que propõe um exercício de futuridade para ressignificar os imaginários sociais e reescrever narrativas de avivamento de pessoas vivendo com hiv/aids.

Para o público infantil, teremos o espetáculo Baquetinhá com o grupo Baquetá; o show Combinados 2.0 - Cantigas de Roda, com o grupo Combinados; A Extraordinária Viagem ao Reino das Asas, do Coletivo Rainhas do Radiador; O Sapateiro Ruço, com o ator e arte-educador Carlos Escher; e Jerônimo Show, do Circo Caramba.

Além disso, a programação do Sesc oferece atividades físicas como beach tennis, vôlei, basquete, futsal e yoga, assim como um curso de Fotografia de Celular para idosos, uma oficina de cartonagem para confecção de agendas e cadernos, e muito mais!

Incrível, não é? Confira todos os detalhes neste guia, pegue sua pipoca e venha participar!



Itinerância 48ª Mostra Internacional de Cinema de São Paulo

Durante o período de 15/11 a 15/12, a Itinerância da 48ª Mostra Internacional de Cinema de São Paulo leva ao público de dez unidades do Sesc SP uma seleção de lançamentos do cinema mundial contemporâneo que foram destaques na programação da Mostra na capital.

Seis títulos inéditos de diferentes nacionalidades e que passaram por importantes festivais de cinema internacionais, circulam concomitantemente pelas cidades de Araraquara, Piracicaba, Presidente Prudente, Ribeirão Preto, Rio Preto, São Carlos, Birigui, Sorocaba, Jundiaí, Campinas.

*Programação completa no site
sescsp.org.br/prudente*



Foto: Reprodução

Exibição Sol de Inverno

Exibição

SOL DE INVERNO

Dir.: Hiroshi Okuyama

Japão, França | 2024 | 90 min.

O inverno é época de hóquei no gelo na escola de uma ilha japonesa, mas Takuya está mesmo interessado em Sakura, estrela em ascensão da patinação artística. Orientado pelo treinador, eles formam dupla para uma competição e os sentimentos se aprofundam, mas até mesmo a primeira neve acaba por derreter. Exibido nos festivais de Cannes, Toronto e San Sebastián.

Dia 3.

Terça, 20h.

Área de Convivência.

Grátis. **10**

Retirada de ingressos (até 2 por pessoa) a partir das 12h do dia da exibição, por meio do app Credencial Sesc SP, do site sescsp.org.br/prudente e presencialmente na Central de Relacionamento.

Exibição

ADAM MUDA LENTAMENTE

Dir.: Joël Vaudreuil

Canadá | 2023 | 95 min.

Adam é um adolescente de 15 anos que tem uma peculiaridade – seu corpo muda como reação a zombarias e comentários negativos que recebe. O acúmulo de mudanças físicas apenas adiciona uma camada extra de complexidade àquelas já presentes na vida do rapaz. Animação exibida no Festival de Annecy.

Dia 4.

Quarta, 20h.

Área de Convivência.

Grátis. **L**

Retirada de ingressos (até 2 por pessoa) a partir das 12h do dia da exibição, por meio do app Credencial Sesc SP, do site sescsp.org.br/prudente e presencialmente na Central de Relacionamento.



Foto: Reprodução

Exibição Filhos

Exibição

FILHOS

Dir.: Gustav Möller

Dinamarca, Suécia | 2024 | 100 min.

Eva é uma agente penitenciária que enfrenta um dilema quando um jovem que faz parte de seu passado é transferido para a prisão. Sem revelar esse segredo, ela pede para ser alocada no bloco do rapaz, o mais violento da instituição. É então que o sentido de justiça de Eva coloca a sua moralidade e o seu futuro em jogo. Exibido no Festival de Berlim.

Dia 10.

Terça, 20h.

Área de Convivência.

Grátis. **16**

Retirada de ingressos (até 2 por pessoa) a partir das 12h do dia da exibição, por meio do app Credencial Sesc SP, do site [sescsp.org.br/prudente](https://www.sescsp.org.br/prudente) e presencialmente na Central de Relacionamento.

Exibição

LEVADOS PELAS MARÉS

Dir.: Jia Zhangke

China | 2024 | 111 min.

Qiaoqiao e Bin vivem uma história de amor tão frágil quanto duradoura. Quando Bin decide tentar a sorte em um lugar maior e vai embora sem avisar, Qiaoqiao parte em uma jornada para encontrá-lo. Abrangendo 21 anos de um país em profunda transformação, o filme oferece uma nova perspectiva sobre a China contemporânea. Exibido nos festivais de Cannes, Busan, Toronto e Londres.

Dia 11.

Quarta, 20h.

Área de Convivência.

Grátis. **14**

Retirada de ingressos (até 2 por pessoa) a partir das 12h do dia da exibição, por meio do app Credencial Sesc SP, do site [sescsp.org.br/prudente](https://www.sescsp.org.br/prudente) e presencialmente na Central de Relacionamento.

Florestar: Áreas Verdes Educadoras

O projeto Florestar tem como objetivo ampliar o caráter educativo das áreas verdes, por meio da contemplação, informação, experiências sensoriais e ações educativas regulares, no âmbito da Unidade, como também de sua vizinhança.

Oficina

RECRIAR O VERDE: HORTA VERTICAL COM REUTILIZAÇÃO DE BANNERS

Com a costureira Sheila Zim.

Oficina realizada dentro do programa "Lixo: Menos é Mais", que visa reduzir, reutilizar e reciclar resíduos gerados pelo Sesc, com foco na reutilização de banners que foram utilizados na divulgação de nossa programação. A oficina tem como objetivo conscientizar os participantes sobre a importância da redução de resíduos que seriam descartados e ensinar técnicas para reutilização desses materiais, transformando-os em hortas verticais por meio das técnicas de modelagem, corte e costura. A proposta não só minimiza o impacto ambiental negativo, como também promove uma nova perspectiva sobre o reaproveitamento de resíduos. Ao final, todos receberão um kit com mudas de ervas medicinais para iniciar sua própria horta em casa.

Dia 1.
Domingo,
11h às 13h.

Quiosque.
Entrega de senhas gratuitas no local a partir das 9h45.
Grátis. **A12**



Oficina Recriar o Verde: Horta Vertical com Reutilização de Banners



Foto: Mailia Alves

FEIRA DE PEQUENOS PRODUTORES

FEIRA DE PEQUENOS PRODUTORES Com agricultoras(es) e produtoras(es) de Presidente Prudente e região.

Realizada mensalmente, visando fomentar a agroecologia e as principais iniciativas socioambientais da região. Cada produto ofertado é o ponto de partida para a criação de uma rede entre o rural e o urbano, aproximando produtores e consumidores, fortalecendo a agricultura familiar agroecológica e os artesãos e artesãs locais.

**Dia 14.
Sábado,
9h30 às 13h.**
Quintal.
Grátis. [AL](#)

Vivência

AGROECOLOGIA BRINCANDO

Com o educador e agricultor Aderbal Silva.

Experiência educativa e cooperativa que introduz os participantes aos princípios fundamentais da agricultura sustentável, com foco em práticas como a criação de hortas e o plantio responsável. Com atividades práticas e interativas, os jogadores são incentivados a desenvolver uma consciência crítica sobre a qualidade dos alimentos que consumimos, explorando temas como cultivo sustentável, biodiversidade, e preservação ambiental. Este jogo promove o aprendizado ativo e reforça a importância de práticas agrícolas que respeitem e mantenham o equilíbrio dos ecossistemas naturais.

**Dia 14.
Sábado,
15h às 17h.**
Quiosque.
Grátis. [AL](#)
Entrega de senhas
no local com
30 minutos de
antecedência.

Vivência

JOGO DA SUSTENTABILIDADE

Com o educador e agricultor Aderbal Silva.

Neste jogo cooperativo, os participantes aprendem sobre os conceitos necessários para a correta separação de materiais recicláveis. Por meio de desafios e atividades lúdicas, a atividade reforça a importância da reciclagem e da gestão eficiente dos resíduos, promovendo um engajamento ambiental de forma divertida e educativa.

**Dia 15.
Domingo, 16h
às 17h30.**

Quiosque.
Grátis.
7 a 12 anos.
Entrega de senhas
no local com
30 minutos de
antecedência.

Vivência

MÃOS À HORTA

Com agente de educação ambiental do Sesc.

Encontro mensal para cuidar das hortas do Sesc Thermas. Realizaremos manejos, colheitas, adubações, cobertura de solo e novos plantios. Trocaremos experiências, mudas e sementes, fomentando iniciativas de agricultura urbana da região.

**Dia 22.
Domingo,
10h às 12h.**

Horta.
Grátis. [AL](#)



Vivência Jogo da Sustentabilidade


VISITA MEDIADA AO BOSQUE

Com o agente de educação ambiental do Sesc.

O Sesc Thermas promove visitas mediadas nas quais os participantes são convidados a uma experiência de reconexão com a natureza. Por meio de atividades contemplativas, educativas e lúdicas, poderão conhecer mais sobre o caminho das águas, hortas, agrofloresta, meliponário, principais espécies da flora e da fauna que habitam nosso Bosque, assim como o contexto socioambiental no qual estamos inseridos.

Os roteiros das visitas são estruturados de acordo com o perfil de cada grupo atendido.

Agendamento gratuito de visitas pelo e-mail: agendamentos.prudente@sescsp.org.br

**Terça a domingo,
9h às 18h.
Bosque.
Grátis. **



Visita mediada ao Bosque



Foto: Diego Janata

Música popular indígena Djuena Tikuna

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Música popular indígena

DJUENA TIKUNA

Show "Torü Wiyægü" (Nossos Cantos)

Torü Wiyægü é o terceiro álbum da artista indígena Djuena Tikuna, que destaca as cantorias do povo Tikuna, uma expressão cultural significativa da comunidade. A música reflete a cultura dos Tikuna, originários do Alto Solimões, na fronteira entre Brasil, Peru e Colômbia, no coração da floresta amazônica. Djuena canta em sua língua materna, valorizando a resistência cultural e representando a maior população indígena da região.

A formação do espetáculo inclui Djuena Tikuna (voz e percussões) e Diego Janatã (flautas, percussões e produção musical).

Dia 7.
Sábado, 16h.
Área de
Convivência.
Grátis. [AL](#)



Foto: Gasalucinação

Rock Alternativo Filhos da Ciça

Rock Alternativo

FILHOS DA CIÇA

Segundo capítulo de uma trilogia sinestésica, Vermelho explora as emoções humanas da raiva, paixão e resistência. A banda reflete sobre as lutas sociais e culturais da América Latina, passando por temas como violência, desigualdade e a busca por um Brasil mais justo.

Dia 14.

Sábado, 16h.

Área de Convivência.

Grátis. [AL](#)

Samba

ANDRÉ LOUL

O cantor prudentino apresenta repertório dançante, com destaque para sucessos de Seu Jorge e Jorge Aragão.

Dia 21.

Sábado, 16h.

Área de Convivência.

Grátis. [AL](#)

Rock

THE WICK

"Divas do Rock"

Fundada em 2019 em Presidente Prudente, a banda - formada por Fernanda Lessa (voz), Thiago Faustino (bateria), Michael Pereira (guitarra) e Maurício Tudisco (baixo) - promove, nessa apresentação, uma celebração do talento das mulheres no rock. No repertório, clássicos consagrados por ícones como Cyndi Lauper, The Cranberries, 4 Non Blondes, Pitty, Paula Toller entre outras.

Dia 28.

Sábado, 16h.

Área de Convivência.

Grátis. [AL](#)

TEATRO

Espectáculo

HÁ MAIS REVOLTA DO QUE

VÍRUS NO MEU SANGUE

Com Coletivo Contágio (SP).

Sinopse na página 31.

Dia 13.

Sexta, 20h30.

Área de Convivência.

Grátis. [A14](#)



Instalação Parede Ocupada - Narrativas do Imaginário

Foto: Maila Alves

Exposições

Instalação

PAREDE OCUPADA - NARRATIVAS DO IMAGINÁRIO Com a artista visual Lizis.

Este conjunto de obras assinadas pela artista visual Lizis é composto por três murais em diferentes espaços do Sesc Thermas: o túnel dos vestiários; o exterior do Espaço de Tecnologias e Artes; e a parede do estacionamento interno, visível ao público no acesso ao Bosque.

Num exercício de provocação e reflexão, a artista cria um intercâmbio entre arte e tecnologia, estabelecendo conexões do analógico com o digital, mesclando técnicas tecnológicas de arte-colagem e analógicas/ manuais com o cortar, colar e entintar, além de intervenções em caneta, spray, stencil e linhas.

As técnicas e temas trazem narrativas imaginárias no processo de construção de uma mensagem visual de onde partem as possibilidades de (re)pensar o uso da tecnologia no seu cotidiano. Sincronicamente, os elementos escolhidos pela artista dialogam com as atividades e práticas de lazer que são propostas pelo Sesc Thermas, fazendo um convite à imersão no mundo real a partir de narrativas poéticas surreais, na tentativa de insurgir artisticamente contra a lógica do esgotamento.

**Terça a sexta,
8h às 20h.
Sábados,
domingos
e feriados,
9h às 18h.**

Em vários espaços
da Unidade
Grátis. [AL](#)

ENTRE ÁRVORES

No Sesc Thermas, as exposições de arte acontecem ao ar livre, entre as árvores do Bosque. Em contato com a natureza, as obras ganham novos significados e possibilitam outros diálogos com o público.

Intervenção artística

POÉTICA DAS ÁGUAS

Com a artista plástica Ivonete Alves.

Nesta intervenção, obras que se interligam para ilustrar o desejo de proteção das águas e da Terra, com o uso da técnica da Kizombagem, criada pela artista plástica Ivonete Alves. A artista em espírito, no passado de vários povos negros, sem saber a origem de sua linhagem, trouxe em tecidos, contas, agulhas e arames torcidos as histórias, respostas, palha da costa, búzios, acolhidas e caminhos. As cores das sobras sem tantos espinhos. A kizombagem, uma festa de surpresas arranjadas. Sobre as mesas, terrenos e muros. Sem lamentações, preenche fissuras e repõe beleza.

Kizombagem é uma técnica que usa elementos.

Terra, cores, sobras e até cimento sobre qualquer superfície abandonada. É a coleta do desprezo, de tudo que a Terra não pode se nutrir.

Ivonete Alves (Garça/SP) é mãe, matriarca e Agbà. Aprendeu a ler o mundo muito antes de ler as palavras. Sempre em harmonia com o ritmo das águas, da terra, do ar e das nuvens.

Mestre em Educação e da cultura popular, fez doutorado em Educação e na vida.

Até 5/1/25.

De terça a sexta,
8h às 20h.

Sábados,
domingos e
feriados,
9h às 18h.

Bosque.

Grátis. **AL**



Intervenção artística Poética das Águas

Instalação

BORA? VER DO ALTO NO MURO

Com a artista plástica e educadora, Bianca Habib

Através de elementos gráficos, reproduzidos pela técnica de stencil, a artista coloca no mural voltado para o Bosque do Sesc Thermas bichos, palavras e representações da cidade que convidam a deslocar o olhar e o sentir para a forma de viver dos animais nativos, dentre eles pássaros, capivaras, macacos, tatus e outros bichos.

Bianca Habib é arquiteta e urbanista pelo IAU-USP, artista, educadora, mãe e mestre em teoria da cidade.

Terça a sexta,
8h às 20h.

Sábados,
domingos e
feriados,
9h às 18h.

Bosque.

Grátis. [AL](#)



Instalação Bora? Ver do Alto do Muro



Foto: Maila Alves

Instalação Gamela

Instalação

GAMELA

Com a artista e arquiteta paisagista, Ciça Gorski.

Uma obra instigante que traz acolhimento, diversão, sociabilização, exploração e fruição estética na relação com as formas orgânicas da natureza. "Frutas, cabaças, legumes?". Dispostas como se estivessem contidas numa gamela - utensílio comumente utilizado para guardar alimentos -, os volumes agigantados, moldados em fibra de vidro, estarão distribuídos de modo a estimular o brincar sob a sombra do bosque do Sesc Thermas. A instalação, composta por 30 módulos escultóricos, reúne elementos de características familiares, a serem vivenciados e explorados por todas as faixas etárias. Convidamos crianças, jovens e adultos a uma experiência lúdica, sensorial e interativa, a se movimentarem, se amoldarem, se encaixarem ou descansarem no espaço escultórico. *Ciça Gorski é artista e arquiteta paisagista com uma extensa experiência em projetos de planejamento paisagístico, lazer e recreação em espaços abertos e parques públicos.*

**Terça a sexta,
8h às 20h.**

**Sábados,
domingos e
feriados,
9h às 18h.**

Bosque.

Grátis. **AL**

Cursos, oficinas e encontros

DANÇA

Oficina

RITMOS POPULARES: SAMBA DE GAFIEIRA Com o professor de dança Chico Luz.

Estilo de dança de salão oriunda de movimentos como o lundu, o maxixe, a polca e o tango, o samba de gafieira surge no início do século XX no Rio de Janeiro. Nesta aula, aprenda um pouco mais sobre a história, passos e compassos desse ritmo urbano.

De 4 a 18.

Quartas,
19h às 20h.

Quintal.

Grátis. **A14**

TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina

CARTONAGEM: CONFECÇÃO DE AGENDAS E CADERNOS

Com o artesão José Manuel Clemente.

A cartonagem é uma técnica de artesanato baseada na criação de peças com papelão, cola e tecido. Na oficina, o público aprenderá a confeccionar agendas e cadernos com duas diferentes técnicas de furação, quadrada e redonda.

Dias 10 e 12.

Terça e quinta,
16h30 às 18h30.

No Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Grátis. **A14**

Inscrições de
3 a 9/12 por
meio do app
Credencial Sesc
SP, do sescsp.org.br/prudente e
presencialmente
na Central de
Relacionamento
(mediante
agendamento).



Oficina Cartonagem: confecção de agendas e cadernos



Aula aberta Yoga

Foto: Maila Alves

Esporte e Atividade Física

Aula aberta

YOGA SOMÁTICA

Com a instrutora **Thalita Neves**.

Yoga Somática é uma prática que envolve a exploração e a experimentação do corpo de uma forma gradual e atenta. É baseada no movimento que se centra na observação integrada e na percepção interna, promovendo a consciência corporal e liberação das tensões.

Dia 1.

Domingo, 10h.

Quintal.

Grátis. **A12**

Aula aberta

YOGA

Com o instrutor **Leonardo Simões**.

Traga seu tapete e venha participar da aula de yoga em nosso Quintal. A prática estimula o equilíbrio a partir de exercícios posturais e de respiração, mesclando tonicidade muscular e relaxamento.

De 8 a 29/12.

Domingos, 10h.

Quintal.

Grátis. **A12**

Recreação orientada

BEACH TENNIS

Com o professor Carlos Campos.

Dias 7 e 8: Quadra reservada para a realização da Copa Sesc de Beach Tennis.

Dias 22 e 29: Recreação Livre.

Dias 21 e 28 - Não haverá atividade.

De 1 a 29.

Sábados e domingos, 9h15 às 12h.

Quadra de Areia.
Grátis. **A12**

Recreação orientada

BASQUETE

Com o professor Anderson Nascimento.

Dias 14, 15, 28 e 29: Recreação Livre.

De 1 a 29.

Sábados e domingos, 9h15 às 12h.

Quadra Esportiva.
Grátis. **A12**

Recreação orientada

VÔLEI DE AREIA

Com a professora Márcia Felix.

Dias 28 e 29: Recreação Livre.

De 1 a 29.

Sábados e domingos, 15h às 17h30.

Quadra de Areia.
Grátis. **A12**

Recreação orientada

FUTSAL

Com a professora Francione Sorriso.

Dias 7, 8, 28 e 29: Recreação Livre.

De 1 a 29.

Sábados e domingos, 15h às 17h30.

Quadra Esportiva.
Grátis. **A12**



Recreação orientada Vôlei de Areia



Foto: Maíla Alves

Torneios e Campeonatos Beach Tennis

COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS

Ação que visa estimular a prática esportiva entre os trabalhadores das empresas do Comércio de Bens, Serviços e Turismo e seus dependentes. Busca promover a socialização e ampliar o acesso ao lazer, por meio de torneios, campeonatos e festivais esportivos.

Torneios e campeonatos

BEACH TENNIS

Categorias masculina, feminina e mista. Para participar, é necessário ter a Credencial Plena Sesc.

Inscrições até às 12h do dia 24/11, ou enquanto houver vagas, pelo e-mail: torneios.prudente@sescsp.org.br

Dias 7 e 8.

Sábado e domingo, a partir das 9h.

Dia 7, sábado: categoria feminina

Dia 8, domingo: categoria mista e masculina.

Quadra de Areia. Vagas limitadas.

Grátis. **A18**



Foto: Mailia Alves

Esporte Jovem Basquete Feminino

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Ensino e treino das modalidades esportivas pautados na educação e formação do cidadão, com metodologia adequada a cada faixa etária.

	Terças e quintas	Quartas e sextas	Quintas e domingos
ESPORTE CRIANÇA 6 a 10 anos		Recesso até 18/2/25	
ESPORTE JOVEM Basquete Feminino 13 a 16 anos		Recesso até 19/2/25	
ESPORTE ADULTO Clube do Futsal A partir de 16 anos		Recesso de 6/12/24 até 19/2/25	
Clube do Tênis de Mesa A partir de 16 anos		Recesso de 6/12/24 até 19/2/25	
Clube da Corrida A partir de 16 anos		Recesso de 8/12/24 até 20/2/25	

Grátis.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física. Inscrições na Central de Relacionamento* mediante disponibilidade de vagas.

* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site centralrelacionamento.sescsp.org.br



Ginástica Multifuncional

Foto: Estevão Salomão

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

Programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos.

Terças a sextas

8h às 13h e 15h às 20h

Sábados

9h às 15h

Domingos e feriados

9h às 13h

Nos dias 26 e 27 a sala de Ginástica Multifuncional funcionará das 15h às 20h.

● R\$48 ▲ R\$105 **Grátis:** 12 a 16 anos **Desconto de 50%:** a partir de 60 anos
A partir de 12 anos.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.

Inscrições na Central de Relacionamento mediante disponibilidade de vagas.*

PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

Desenvolve competências para possibilitar a segurança do praticante na água, o condicionamento físico, a autonomia e o bem-estar.

Condicionamento Físico Aquático (CFA)

Atividade em grupo que utiliza a água como resistência aos movimentos. Os exercícios estimulam o desenvolvimento da força, da capacidade cardiorrespiratória e a autonomia no meio aquático.

Terças e quintas

Quartas e sextas

Recesso de 6/12/24 até 7/1/25

● R\$ 17 ▲ R\$ 38 **Grátis:** 12 a 16 anos e pessoas a partir de 60 anos
A partir de 12 anos.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.

Inscrições na Central de Relacionamento mediante disponibilidade de vagas.*

* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site centralrelacionamento.sescsp.org.br



Espectáculo Baquetinhá

Foto: Mariane Figueira

Crianças

Espectáculo

BAQUETINHÁ

Com o Grupo Baquetá.

Baquetinhá é um festejo cênico e musical que passeia por diferentes histórias e musicalidades afro-brasileiras, africanas e indígenas. Da Congada da Lapa do Paraná ao fandango do Litoral, brincam caixaras e pés-vermelhos. Brincar é viver o presente, construir laços e descobrir memórias.

Dia 1.

Domingo, 15h.

Área de Convivência.

Grátis. **AL**

Show

KOMBINADOS 2.0 - CANTIGAS DE RODA

Com o grupo Kombineados.

Formado por personagens animais - leão, jacaré, arara, tucano e burro - o grupo apresenta grandes clássicos do cancionário infantil adaptados para diferentes estilos musicais, entre eles, o rock, reggae, baião e a marchinha de carnaval, promovendo um encontro musical para toda família.

Dia 8.

Domingo, 15h.

Área de Convivência.

Grátis. **AL**



Foto: Camila Fontenele

Espectáculo A Extraordinária Viagem ao Reino das Asas

Espectáculo

A EXTRAORDINÁRIA VIAGEM AO REINO DAS ASAS

Com o Coletivo Rainhas do Radiador.

Durante o voo em um balão de ar, duas palhaças caem em meio a uma floresta. Perdidas e sem saber como resolver a situação, elas encontram uma coruja e descobrem a história de um pássaro que tem a solução para todos os problemas do mundo, a Arara de Sete Cores.

Dia 15.

Domingo, 15h.

Quintal.

Grátis. **AL**

Espectáculo

O SAPATEIRO RUÇO

Com o ator e arte-educador infantil Carlos Escher.

Antônio, um pobre sapateiro, precisa cumprir o compromisso de entregar, na Véspera de Natal, um par de botas feito por ele, a um misterioso cliente. Distraído com a sua insatisfação e fantasias de uma vida melhor, não consegue concluir a tarefa. Cansado, adormece e mergulha num sonho fantástico, em que o mundo se apresenta cheio de oportunidades, aventuras e fartura de coisas gostosas.

Dia 22.

Domingo, 15h.

Área de
Convivência.

Grátis. **AL**



Espetáculo Jerônimo Show

Foto: Tatiana Sajorato

Espetáculo

JERÔNIMO SHOW

Com o Circo Caramba

O Jerônimo preparou um espetáculo no qual irá demonstrar todo seu talento como músico e circense, além de sua habilidade, destreza, beleza e elegância! Talvez ele nem tenha tantas qualidades assim, mas este palhaço realmente acredita que é um "showman", então o melhor a fazer é se divertir com ele nesta aventura artística!

Dia 29.

Domingo, 15h.

Área de
Convivência.

Grátis. **AL**

Vivência

QUINTAL DO BRINCAR

Com as educadoras infantojuvenil do Sesc.

Visando valorizar o brincar e promover momentos de compartilhamentos e trocas em meio à natureza, são propostas diversas atividades para crianças de todas as idades e seus acompanhantes. Um espaço acolhedor, composto por diferentes texturas, cheiros, cores, brinquedos e livros.

Domingos,

14h às 17h30.

Quintal.

Grátis. **AL**



Foto: Matia Alves

Curumim**CURUMIM**

O programa contribui para o desenvolvimento integral das crianças de 7 a 12 anos, por meio de experimentações, brincadeiras, convivência e novas amizades. Atividades educativas estimulam autoestima, pensamento crítico, ética, solidariedade e autonomia. As crianças são acompanhadas por uma equipe de educadoras e educadores. Consulte as unidades para informações de acesso. Saiba mais em sescsp.org.br/curumim

Terças e quintas

8h às 12h

Quartas e sextas

8h às 12h

Grátis.

Pré-inscrição na Central de Relacionamento.



Foto: Pexels

Curso Fotografia com Celular

Pessoas Idosas

Curso

FOTOGRAFIA COM O CELULAR **Com o educador do Espaço de** **Tecnologias e Artes do Sesc.**

O curso possibilita a ampliação dos conhecimentos sobre os recursos básicos de aplicativos de fotografia de celular, além da realização de ajustes simples e montagens criativas.

Dias 4 e 6.

Quarta e sexta,
das 14h30
às 16h.

Espaço de
Tecnologias
e Artes
Grátis.

A partir de
60 anos.

Inscrições a partir
do dia 3, das 14h
às 17h, no Espaço
de Tecnologias
e Artes.



Fisioterapia Cinesioterapia

Foto: Maíla Alves

Saúde

Tratamento

FISIOTERAPIA

O tratamento de fisioterapia do Sesc Thermas de Presidente Prudente é realizado em grupos e utiliza-se das técnicas de Fisioterapia Aquática (na piscina) e Cinesioterapia (no solo).

Os interessados devem comparecer no Sesc Thermas, portando o encaminhamento médico do SUS, preenchido com nome completo do paciente, diagnóstico médico (CID), data, assinatura e carimbo do médico. Pacientes cardiopatas precisam trazer autorização por escrito do cardiologista, para que possam participar do programa com segurança.

Vagas limitadas.

Grátis. **A18**

Os pacientes serão chamados pelas fisioterapeutas conforme disponibilidade de vagas e avaliação prévia.

Aula aberta

EQUILIBRANDO A MENTE

Com a equipe de fisioterapia do Sesc.

Exercícios para o equilíbrio corporal, que atuam na melhora das capacidades de concentração e foco.

Dia 7.

Sábado, 10h.

Quintal

Grátis. **A12**



Foto: Duda Viana

Espetáculo Há Mais Revolta do que Vírus no Meu Sangue

CONTATO

Ações para a promoção de saúde sexual e prevenção das ISTs e AIDS

Espetáculo

HÁ MAIS REVOLTA DO QUE VÍRUS NO MEU SANGUE **Com Coletivo Contágio (SP).**

As memórias são cartografias de um corpo em movimento, revelando na trajetória concepções de um mundo fragmentado entre o consciente e o inconsciente. Misturando elementos autobiográficos dos intérpretes e cenas ficcionais, a peça revisita os 40 anos de epidemia do HIV/AIDS ao mesmo tempo que propõe um exercício de futuridade para combater os estigmas sociais em torno da doença.

Dia 13.

Sexta, 20h30.

Área de Convivência .

Grátis. **A14**

Retirada de ingressos a partir das 12h do dia 13, por meio do app Credencial Sesc SP, do site sescsp.org.br/prudente ou presencialmente na Central de Relacionamento.

TERÇA

QUARTA

QUINTA



3

48º Mostra de Cinema
20h - *Exibição* - Sol de Inverno

4

Pessoas idosas
14h30 - *Curso* - Fotografia com o celular

5



10

48º Mostra de Cinema
20h - *Exibição* - Filhos

11

48º Mostra de Cinema
20h - *Exibição* - Levados Pelas Marés

12



17

18

Dança
19h - *Oficina* - Ritmos Populares: Samba de Gafieira

19

24

Unidade fechada

25

Unidade fechada

26

31

Unidade fechada

1/1/2025

Unidade fechada

SEXTA**SÁBADO****DOMINGO****6**

Pessoas idosas
14h30 - *Curso* -
 Fotografia com o
 celular

13

Contato
20h30 - *Espetáculo*
 - Há mais revolta
 do que vírus no
 meu sangue

20**27****7**

Música
16h - *Show* -
 Djuna Tikuna

14

Florestar
9h30 - *Feira*
 de Pequenos
 Produtores

21

Música
16h - *Show* -
 André Loul

28

Música
16h - *Show* -
 The Wick

1

Crianças
15h - *Espetáculo* -
 Baquetinhá

8

Crianças
15h - *Espetáculo*
 - Combinados
 2.0 - Cantigas de
 Roda

15

Crianças
15h - *Espetáculo*
 - A Extraordinária
 Viagem ao Reino
 das Asas

22

Crianças
15h - *Espetáculo* -
 O Sapateiro Ruço

29

Crianças
15h - *Espetáculo* -
 Jerônimo Show



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 sesc.tv.br/agorantv

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

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

Central de relacionamento

Tel.: 18 3226-0400

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
9h15 às 17h30.

Emissão e renovação de credenciais,
inscrições em atividades, Turismo
Social, bilheteria e informações.

O atendimento presencial ocorre
mediante agendamento prévio,
que pode ser realizado no site
centralrelacionamento.sescsp.org.br
ou no aplicativo Credencial Sesc SP
(disponível nas lojas Google Play
e App Store).

Loja Sesc

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
9h15 às 17h30.

Venda de CD's, DVD's, livros,
camisetas e souvenirs.

Espaço de tecnologias e artes

Destinado à realização de atividades
como oficinas e cursos ligados à prática
artística ou à vivência tecnológica,
desenvolvendo diferentes linguagens
e estimulando a prática do criar.

Quadras

Terça a sexta, 8h às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
9h às 17h30.

Espaço aberto para todos os
públicos visando a prática recreativa
de diversas modalidades.

O Sesc Thermas possui uma quadra
esportiva e uma quadra de areia.

Bosque e pista de caminhada

Com mais de 30 mil m², o Bosque
do Sesc Thermas possui uma área
amplamente arborizada com uma
pista de aproximadamente 1 km
que convida o público a praticar
diferentes atividades físicas como
caminhada, corrida, skate, patins.

Bicicletário

Terça a sexta, 8h às 19h45.

Sábados, domingos e feriados,
das 9h às 17h45. Permanência da
bicicleta somente durante horário
de funcionamento da unidade.

Parque aquático

Terça a sexta das 8h às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
das 9h às 17h30.

Composto por três piscinas de águas
quentes naturais, o Parque Aquático
do Sesc Thermas é abastecido por
um poço de águas termais naturais.
Para frequentar a piscina, é
necessário apresentar credencial
e exame dermatológico válidos,
traje de banho (maiô, biquini ou
sunga, não transparentes).

Exame dermatológico

Horários*:

Terça a quinta, 15h15 às 18h30.

Sexta: não há exame.

Sábados, domingos e feriados,
9h15 às 12h30.

Valores:

R\$ 11 (Credencial Plena)

R\$ 22 (Credencial Atividade)

Menores de 16 anos e acima de
60 anos são isentas do pagamento.

**Horários sujeitos a alterações.*

Cafeteria

Terça a sexta, 9h às 19h.

Sábados, domingos e feriados,
das 10h às 17h40.

Nossa cafeteria oferece opções de
salgados, doces, frutas, bolos e
bebidas quentes e frias.

Odontologia

Tel.: 18 3226-0400

Terça a sexta, 11h às 19h30.

Sábados, 9h às 17h30.

Exclusivo para trabalhadores no comércio
de bens, serviços e turismo credenciados
e dependentes. Atendimento com
inscrição prévia que acontece anualmente
pelo site sescsp.org.br/odontologia
O atendimento prioriza
indivíduos e/ou famílias com
maior vulnerabilidade social.

Brigada de incêndio

Para sua segurança o Sesc Thermas
possui Brigada de Incêndio treinada com
equipamentos de segurança e extintores
de acordo com a legislação vigente.


faça sua
credencial
sesc



DISTRIBUIÇÃO GRATUITA VENDA PROIBIDA

SESC THERMAS DE PRESIDENTE PRUDENTE

Rua Alberto Peters, 111
Tel.: 18 3226-0400

 [/sescthermas](https://www.facebook.com/sescthermas)

 [/sescthermasprudente](https://www.youtube.com/sescthermasprudente)

sescsp.org.br/prudente