

CURSOS E OFICINAS

Setembro 2022

The Sesc logo consists of a stylized white wave-like graphic above the word "Sesc" in a white, lowercase, sans-serif font.

ATIVIDADES

Aulas abertas

Aula aberta ao público, com único encontro, sem retirada de ingresso ou inscrição prévia

Cursos

Atividades formativas que acontecem em dois ou mais encontros sequenciais, mediante inscrição prévia (online ou presencial)

Oficinas

Acontecem em um único encontro. Consulte as condições de participação (inscrição online, presencial ou retirada de ingressos)

Vivências

Atividades abertas, com público rotativo, sem a necessidade de retirada de ingresso ou inscrição prévia

Passeios

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

PREÇOS

Credencial Plena [cp]

Pessoas que trabalham em empresas do segmento do comércio de bens, turismo e serviços

Meia [m]

Pessoas com deficiência, aposentadas, servidoras de escola pública, maiores de 60 anos e estudantes

Inteira [i]

Público em geral

Ações para a Cidadania	2
Esporte e Atividade Física	6
Literatura	34
Meio Ambiente	36
Tecnologias e Artes	42
Crianças	50
Jovens	52
Turismo	54

Ações para a Cidadania

Abassá de Saberes com Guerreiros de Senzala,
Núcleo de Artes Afro-Brasileiras da USP

AULA ABERTA

Da Tradição do Massapê ao Afro Contemporâneo

com Mestre Pinguim

Divulgação



Aulas abertas acompanhadas de música ao vivo. As movimentações vivenciadas carregam elementos da dança dos orixás e a corporeidade da capoeira angola. O samba de roda e o maculelê também serão praticados.

Mestre Pinguim tem mais de 30 anos de pesquisa e prática em manifestações afro-diaspóricas, sobretudo as do recôncavo baiano.

QUANDO

1 e 2/9

quinta e sexta,
18h30 às 21h30

ONDE

Praça (térreo)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos



AULA ABERTA

Abassá de Saberes

com Mestre Pinguim, Mestre Zeca, Mestre Góes,
Mãe Edinha de Oxum, Léo Dofono de Xangô,
Ninha de Euá e convidados(as)

Aulas abertas de manifestações da cultura afro-brasileira, tendo como fio condutor a história do Grupo de Capoeira Angola Guerreiros de Senzala e de seu fundador, Mestre Pinguim, responsáveis pela criação do Núcleo de Artes Afro-Brasileiras da USP.

- 6/9** História e Resistência: O Recôncavo como fonte do Abassá
- 7/9** Danças afro-brasileiras:
A cópia original
- 8/9** Capoeira Angola é uma geometria poética
- 9/9** O berimbau é o maestro do jogo
- 10/9** Samba de roda
- 11/9** As Festividades afro-brasileiras são para se divertir

QUANDO

**6 a
11/9**

terça, quinta
e sexta, 18h30
às 21h30
quarta, sábado
e domingo,
15h às 18h

ONDE

Praça (térreo)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

Esporte e Atividade Física

Semana Move

Campanha coordenada mundialmente pela ISCA (*International Sport and Culture Association*) que tem por objetivo promover e estimular a prática de esportes e atividades físicas visando um estilo de vida mais ativo e saudável

CURSO

Gumboot Dance

com Gumboot Dance Brasil
e Michele Bonifácio

O Gumboot Dance (dança de botas de borracha) é uma forma de dança popular que foi criada pelos trabalhadores no século 19 nas minas da África do Sul. Ela trabalha a psicomotricidade, melhora a concentração, respiração e frequência cardíaca.

Michele Bonifácio é educadora de atividades físicas do Sesc Avenida Paulista

QUANDO

**1 a
29/9**

terças e quintas,
12h às 12h50

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis, online
em inscricoes.sescsp.org.br
a partir de
18/8 (Credencial Plena) e
24/8 (público
em geral), às 14h

AULA ABERTA

Gumboot Dance

com Rubens Oliveira

Sergio Fernandes



Experiência dançante que propõe a construção de diálogos com as diversas sonoridades dos nossos corpos, desenvolvendo a coordenação motora e a psicomotricidade.

Rubens Oliveira é bailarino, professor e coreógrafo, diretor da Gumboot Dance Brasil.

QUANDO

**3 a
24/9**

sábados,
14h às 15h.
Exceto 17/9

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Treinamento Perfumado

com Alessandra Paz, Karina Piazzentin e Evelyn Stephano



Carol Vidal

Prática milenar budista desenvolvida pelo monge Bu Ju com base nas tradições zen. Trazida ao Brasil por Maria Lúcia Lee, é composta por dois níveis de 15 movimentos cada.

Alessandra Paz, Karina Piazzentin e Evelyn Stephano são educadoras de atividades físicas do Sesc Avenida Paulista.

QUANDO

**4 a
25/9**

domingos,
10h10 às 11h

**9 a
30/9**

quartas e sextas,
20h às 20h50

ONDE

Crianças
(3º andar) e
Praça (térreo)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Circuito GMF Cardio

com as empresas Newworkout e Zaxtools

Circuito com atividades para fortalecimento do sistema cardiovascular em que o público participa de vivências em bicicletas ergométricas, simuladores de escada e elípticos que auxiliam o desenvolvimento do sistema cardiorrespiratório.



Julia Parpulov

QUANDO

**17 e
18/9**

sábado e
domingo,
10h às 18h

**20 a
23/9**

terça a sexta,
10h às 21h

ONDE

Praça (térreo)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Treino Multifuncional: Corrida

com Terezinha Guilhermina

Tomaz Silva / Agência Brasil



Treino de ginástica multifuncional com a paratleta de corrida Terezinha Guilhermina, reconhecida como uma das maiores atletas da história do paralismpismo mundial.

Terezinha Guilhermina é atleta paralímpica especialista em corridas 100m, 200m e 400m rasos.

QUANDO

17/9

sábado,
11h às 13h

ONDE

Praça (térreo)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Treino Multifuncional

com Marcelo Negrão



Divulgação

Treino de multifuncional com o ex-jogador de voleibol Marcelo Negrão, multicampeão com a seleção brasileira de voleibol na década de 90. Ele é um dos expoentes da geração de ouro do voleibol, que teve como ápice o ouro olímpico nos jogos de Barcelona em 1992.

Marcelo Negrão é ex-atleta de voleibol, campeão olímpico em 1992.

QUANDO

18/9

domingo,
11h às 13h

ONDE

Praça (térreo)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Taiko

com Wadan Taiko Ensemble

Apresentação e vivência de taiko com biobol, para abertura do Encontro de Artes Marciais do Sesc Avenida Paulista. Taiko engloba uma variedade de instrumentos japoneses de percussão.

Wadan Taiko Ensemble é um grupo de taiko nascido do empenho e dedicação dos mestres do Kawasuji Seiryu Daiko de Atibaia.



QUANDO

24/9

sábado
10h30 às 11h30

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Ninjutsu

com Bujinkan Hattori Hanzo Dojo

O ninjutsu consiste num conjunto de técnicas que capacitavam os agentes a agir em todas as situações num campo de batalha.



Divulgação

QUANDO

24/9

sábado,
11h30 às 12h30

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Taekwondo

com Diogo Silva

Divulgação



Em sentido global, taekwondo indica a técnica de combate sem armas para defesa pessoal, envolvendo destreza das mãos e punhos, de chutes voadores, de esquivas e interseções de golpes com as mãos, braços ou pés para vencer o oponente.

Diogo Silva é lutador de taekwondo brasileiro, campeão panamericano em 2007 e mundial universitário em 2009.

QUANDO

24/9

sábado,
13h30 às 15h

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Tai Chi Chuan com Leque

com Gil Rodrigues



Julia Parpulov

Prática da modalidade do tai chi chuan utilizando o acessório leque com objetivo de trabalhar o refinamento do foco, do equilíbrio e da meditação.

Gil Rodrigues é educador, professor de taijiquan e estudioso de cultura e artes marciais chinesas há mais de 25 anos.

QUANDO

24/9

sábado,
15h30 às 16h30

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Karatê

com Tiago Bezerra

Vivência coletiva de karatê por meio de brincadeiras e jogos para todos os públicos.

Tiago Bezerra é professor e faixa preta de karatê.



QUANDO

24/9

sábado,
17h às 18h

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Kung Fu x Tai Chi Chuan

com José Maurício Bittencourt

Aula aberta de kung fu e tai chi chuan que apresenta semelhanças e diferenças entre essas duas artes marciais.

José Maurício Bittencourt é educador de atividades físicas do Sesc Ipiranga.



Divulgação

QUANDO

25/9

domingo,
10h30 às 11h30

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Aikido

com Ativiva



Divulgação

Aula aberta de aikido, arte marcial conhecida como “o caminho do espírito harmonioso”. O objetivo do aikido é criar uma arte em que os seus praticantes possam defender-se a si próprios a partir do ataque adversário.

QUANDO

25/9

domingo,
12h às 13h

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Judô

com Edinanci Fernandes da Silva



Divulgação

Aula de judô com a atleta Edinanci Fernandes da Silva. Praticante da modalidade desde seus 15 anos, iniciou por orientações médicas e depois de muita dedicação, alcançou seus melhores resultados entre 1997 a 2008.

Edinanci Fernandes da Silva é uma judoca brasileira, medalhista de ouro no Jogos Panamericanos de 2003 e 2007.

QUANDO

25/9

domingo,
13h30 às 15h

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Bate-papo: O coração das Artes Marciais

com Renato Ribeiro

O bate-papo aborda a relação entre o coração e as artes marciais japonesas, não somente nos aspectos fisiológicos, mas também no diálogo entre razão e emoção.

Sensei Renato Ribeiro é formado em educação física, é 5º dan no judô (5º grau de maestria após faixa preta), presidente e professor na associação Bushikan.

QUANDO

25/9

domingo,
15h30 às 16h30

ONDE

Arte II
(13º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Tai Chi Chuan com Espadas

com Paula Faro

Fernanda Francoh



A prática é uma etapa mais avançada do aprendizado dessa arte marcial, que mantém objetivos terapêuticos. Composta por 67 movimentos, a sequência é realizada de forma contínua, equilibrada, leve, ágil e precisa.

Paula Faro é formada em Medicina Chinesa (Cemetrac) e doutoranda em Comunicação e Semiótica (PUC-SP).

QUANDO

25/9

domingo,
17h às 18h

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Caminhada

com educadores(as) de atividades físicas
do Sesc Avenida Paulista



Carol Balza

Orientação prática da modalidade tendo como ponto de partida o Sesc Avenida Paulista. Cada domingo, um percurso diferente, contempla a cidade sob um novo olhar aliado à prática de uma atividade física.

QUANDO

**4 a
25/9**

domingos,
8h às 10h

ONDE

Ponto de
encontro na
frente do Sesc
Avenida Paulista

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Percussões Corporais para Saúde

com Evelyn Stephano e Karina Piazzentin

Prática corporal de percutir o corpo com técnicas que têm se mostrado bastante eficazes no tratamento de dores e desequilíbrios. Favorecem a consciência corporal melhorando a vitalidade, acordando o corpo e ativando a circulação.

Evelyn Stephano e Karina Piazzentin são educadoras de atividades físicas do Sesc Avenida Paulista.

QUANDO

**3 a
24/9**

sábados,
10h10 às 11h

ONDE

Praça (térreo)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Esgrima

com LifeQuality



Carol Vidal

A atividade possibilita que o público tenha contato com a modalidade pouco conhecida e praticada no Brasil.

QUANDO

**3 a
24/9**

sábados,
11h às 12h

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Judô

com educadores(as) de atividades físicas
do Sesc Avenida Paulista



Carol Balza

A aula apresenta a arte marcial, sua filosofia, regras e gestos esportivos específicos da modalidade.

QUANDO

**3 a
24/9**

sábados,
12h às 13h

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

16 a 59 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Pilates Solo

com educadores(as) de atividades físicas
do Sesc Avenida Paulista

Rafael Suzushi



Prática corporal baseada no trabalho de força, concentração, controle, fluidez de movimento, precisão e respiração, com exercícios realizados no solo e com acessórios. Propicia a consciência, o fortalecimento muscular e a melhoria da flexibilidade.

QUANDO

**3 a
25/9**

sábados e
domingos,
14h às 14h50

ONDE

Corpo III
(12º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis.
Agendamento
no dia anterior
à aula, a partir
das 14h, pelo
app Credencial
Sesc SP

AULA ABERTA

GMF (Ginástica Multifuncional)

com educadores(as) de atividades físicas
do Sesc Avenida Paulista

Aulas de ginástica multifuncional que exploram movimentos e capacidades de força, equilíbrio, coordenação motora e ritmo.



Nati D'angelo

QUANDO

**3 a
25/9**

sábados e
domingos,
15h às 16h

ONDE

Corpo II
(11º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

AULA ABERTA

Power Pilates

com Luciana Cazotti e Anderson Paulo

Carol Balza



Aula que desafia várias capacidades físicas com os exercícios do repertório do Método Pilates, explorando as diferentes posturas.

Luciana Cazotti é fundadora e proprietária da Global Pilates e doutora em Ciências da Saúde (Unifesp).

Anderson Paulo é coordenador técnico da Global Pilates e profissional de Educação Física (Unip).

QUANDO

**4 a
25/9**

domingos,
10h10 às 11h e
11h30 às 12h20

ONDE

Corpo III
(12º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis.
Agendamento
no dia anterior
à aula, a partir
das 14h, pelo
app Credencial
Sesc SP

AULA ABERTA

Que Jogo É Esse? Bocha e Bocha Paralímpica

com Simon Comunicação e Eventos



Divulgação

A bocha é um esporte jogado entre duas equipes, cada qual tendo direito a seis bochas (bolas) na modalidade trio, quatro bochas na modalidade de duplas – duas para cada atleta –, e quatro também na modalidade individual.

QUANDO

**4 a
25/9**

domingos, 15h
às 18h

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

CURSO

Danças Circulares

com Karina Piazzentini e Mariana Grifo

A dança circular é uma modalidade de dança em grupo que favorece o desenvolvimento da consciência corporal, coordenação motora e sensibilização musical. Tem como propósito a vivência da cooperação, da alegria, da beleza e do amor fraterno.

Karina Piazzentini e Mariana Grifo
são educadoras de atividades físicas do Sesc Avenida Paulista.



QUANDO

**6 a
29/9**

terças e quintas,
11h às 11h50

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Pré-inscrições
online em
[inscricoes.
sescsp.org.br](https://inscricoes.sescsp.org.br),
a partir de 18/8
(Credencial
Plena) e 24/8
(público em
geral), às 14h

AULA ABERTA

Garuda Dhara®

com Ge Gurak e Viviane Vales

O Método Garuda combina a força e o foco do pilates, posturas do yoga e a fluidez da dança com a proposta de desenvolver um corpo mais forte, flexível e tonificado.

Ge Gurak e Viviane Vales são educadoras físicas.



Garuda Brazil

QUANDO

**6 a
29/9**

terças e quintas,
17h às 17h50

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Grátis,
sem retirada
de ingressos

CURSO

Tai Chi Chuan

com Alessandra Paz

Julia Parpulov



Aulas de tai chi chuan, arte marcial chinesa também conhecida como prática de meditação em movimento, que envolve respiração e concentração, numa série de exercícios coordenados e suaves, colaborando para o equilíbrio corporal.

Alessandra Paz é educadora de atividades físicas do Sesc Avenida Paulista

QUANDO

**6/9 a
27/10**

terças e quintas,
19h às 19h50

ONDE

Corpo I
(10º andar)

PÚBLICO

A partir de
12 anos

INSCRIÇÕES

Pré-inscrições
online em
[inscricoes.
sescsp.org.br](https://inscricoes.sescsp.org.br),
a partir de 18/8
(Credencial
Plena) e 24/8
(público em
geral), às 14h

Literatura

Literatura

OFICINA

Lit_Inerante

com Cidinha da Silva

Exuzilhar



Oficina literária móvel que explora São Paulo 100 anos após a Semana de Arte Moderna. A escritora Cidinha da Silva conduzirá um itinerário pela Avenida Paulista e arredores com narrativas sonoras inspiradas nos acontecimentos de 1922.

Cidinha da Silva (MG) é prosadora, autora e editora e publica literatura desde 2006.

QUANDO

17/9

sábado,
17h às 19h

ONDE

Biblioteca
(15º andar)

PÚBLICO

A partir de
18 anos

INSCRIÇÕES

Grátis, online
em sescsp.org.br/avpaulista
a partir de 8/9
(Credencial
Plena) e 10/9
(público em
geral), às 14h

Meio Ambiente

Bordados Alados

Atividades que unem técnicas de bordado e educação ambiental e apresenta ao público iniciativas de artesãos que criam a partir da fauna e da flora de alguns biomas brasileiros, como Mata Atlântica e Cerrado

OFICINA

Mata Atlântica Bordada

com Atelier Dois Capetelistas

Apresentação de aspectos e características da região da Mata Atlântica e de aves do bioma, por meio do trabalho em bordado. Serão apresentadas técnicas básicas para iniciantes.

Atelier Dois Capetelistas é o ateliê criado pelos paranaenses Aurélio e Leandro, que vivem em Ouro Preto (MG). Realizam trabalhos artesanais com mais de 80 espécies de aves bordadas, em matrizes como quadros, almofadas, guardanapos, máscaras, camisetas e pingentes.

QUANDO

10/9

sábado,
15h às 18h

13/9

terça, 19h às 22h

ONDE

Lab 2 (4º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis.

Ingressos 1h
antes, no local

CURSO

Bordando Pássaros em Utensílios

com Atelier Dois Capetelistas

Acervo Atelier Dois Capetelistas



Apresentação de aspectos da Mata Atlântica e suas variedades de espécies de aves, a partir do ensino de técnicas de bordados em utensílio. Os participantes devem possuir noções básicas de bordado.

QUANDO

**13 a
17/9**

terça a sábado,
10h30 às 13h30

ONDE

Lab 2
(4º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Inscrições online
em [inscricoes.](https://inscricoes.sescsp.org.br)

sescsp.org.br
a partir de 30/8
(Credencial
Plena) e 2/9
(público
em geral).
R\$ 10,00 [i]
R\$ 5,00 [m]
R\$ 3,50 [cp]

CURSO

Bordado do Cerrado em Folha

com Alan Vilar



Alan Vilar

Atividade voltada a pessoas que já possuem noções básicas e intermediárias de bordado. Será apresentada a técnica de bordado em folha natural, a partir das experiências e pesquisas do artista.

Alan Vilar é artista visual e têxtil. Vive em Campo Grande (MS), é responsável pelo perfil no Instagram @alan.vilar, com trabalhos de bordados em folha em temáticas de fauna e flora brasileiras.

QUANDO

24 a 28/9

sábado, domingo, terça e quarta, 10h30 às 13h30

ONDE

Lab 2 (4º andar)

PÚBLICO

A partir de 18 anos

INSCRIÇÕES

Seleção por carta de interesse (em até 3 parágrafos de 5 linhas cada) enviada para cursos.avenidapaulista@sescsp.org.br, de 1/9, às 14h, até 9/9, às 12h, com o assunto "Bordado do Cerrado em Folha".
R\$ 15,00 [i]
R\$ 7,50 [m]
R\$ 5,00 [cp]

Florestar: Áreas Verdes Educadoras

O projeto Florestar tem como objetivo ampliar o caráter educativo das áreas verdes do Sesc SP

VIVÊNCIA

Minimutirão: Preparar, Plantar e Colher

com Pé de Feijão

A atividade se baseia no manuseio da terra, plantio e colheita de espécies na horta da unidade.

A **Pé de Feijão** tem como foco o trabalho que une educação ambiental e alimentar.



Cibele Camachi

QUANDO

20/9

terça, 14h às 18h

ONDE

Café/Terraço
(17º andar)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

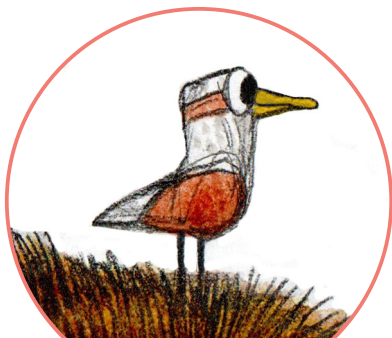
Grátis. A partir de 13/9, terça, 14h, online e presencial, no Tecnologias e Artes (4º andar)

CURSO

Teoria e Prática: Quadrinhos e Educação Ambiental com “Cerrado em Quadrinhos”

com Evandro Alves

Evandro Alves



A partir da experiência do orientador, o curso trará conceitos e práticas relacionadas à criação de histórias em quadrinhos voltadas à divulgação científica e educação ambiental.

Evandro Alves é desenhista e geógrafo pela UFMG. Criador do perfil @cerrado.em.quadrinhos. oficial, em que apresenta conteúdos sobre meio ambiente.

QUANDO

**27 a
30/9**

terça a sexta,
19h às 22h

ONDE

Lab 2 (4º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis, online
em [inscricoes.
sescsp.org.br](https://inscricoes.sescsp.org.br)
a partir de
30/8 (Creden-
cial Plena) e
2/9 (público
em geral)

Tecnologias e Artes

CURSO

Paisagens Urbanas (Pinturas em Acrílico Inspiradas na Cidade de São Paulo)

com Tarik Klein

Tarik Klein



Curso para aprender técnicas básicas de manuseio da tinta acrílica, envolvendo breve estudo técnico de perspectiva com desenho de observação e aplicação destas técnicas de forma experimental.

Tarik Klein é artista visual e trabalha profissionalmente com arte desde 2015. É grafiteiro e vende seu trabalho no Beco do Batman.

QUANDO

**13/9 a
4/10**

terças,
19h30 às 21h30

ONDE

Estúdio
(4ª andar)

PÚBLICO

A partir de
18 anos

INSCRIÇÕES

Grátis, online
em [inscricoes.
sescsp.org.br](https://inscricoes.sescsp.org.br)
a partir de
30/8 (Creden-
cial Plena) e
2/9 (público
em geral)

CURSO

Experimentações Artísticas com Colagem

com Eliana Campagna e Marili Hirota

Experimentação artística por meio da colagem que utiliza materiais como imagens e fotografias, objetos, papéis e suas variadas texturas para que a turma possa desenvolver seus próprios caminhos criativos.

Eliana Campagna e Marili Hirota são arteterapeutas formadas pelo Instituto Freedom/FAVI, de São Paulo.



Divulgação

QUANDO

**16/9 a
7/10**

sextas,
14h30 às 16h30

ONDE

Lab 2 (4º andar)

PÚBLICO

A partir de
18 anos

INSCRIÇÕES

Grátis, online
em [inscricoes.
sescsp.org.br](https://inscricoes.sescsp.org.br)

a partir de
30/8 (Creden-
cial Plena) e
2/9 (público
em geral)

AULA ABERTA

Ateliê Aberto: Pintura com Tinta Acrílica

com Juliana Florentino

Juliana Florentino



Através de exercícios teóricos e práticos, o participante poderá ter um primeiro contato com a criação artística, por meio de tinta acrílica e todos os conhecimentos envolvidos neste trabalho.

Juliana Florentino é artista visual que pesquisa ilustração botânica e processos de criação.

QUANDO

**3 a
24/9**

sábados,
11h às 13h

ONDE

Estúdio
(4º andar)

PÚBLICO

A partir de
10 anos

INSCRIÇÕES

Grátis. Ingressos
30 minutos
antes, no local

OFICINA

Ateliê Aberto: Experimentações com Eletrônica Básica

com Erica e Victor Ide Scopacasa (Bu-Go)

Victor Scopacasa



Nesta atividade, o objetivo principal é desmistificar a eletrônica básica mostrando que todos são capazes de entender os princípios de circuitos simples aplicados em artefatos do cotidiano.

Erica e Victor são desenvolvedores independentes de jogos e empreendedores na área de design e educação.

Bu-Go é uma empresa de design e educação que desenvolve metodologias de ensino e materiais didáticos com abordagem ativa.

QUANDO

**3 a
24/9**

sábados,
14h30 às 17h30

ONDE

Lab 2 (4º andar)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis.

Acesso livre,
sujeito à lotação
do espaço

OFICINA

Ateliê Aberto – Xilogravura: Talhando em Silêncio

com Eduardo Ver

A atividade propõe um processo de construção coletiva de xilogravura, no qual a obra é construída pelo espectador e pelo artista nos processos de entalhamento de matriz, entintamento e impressão.

Eduardo Ver é xilogravurista e dedica-se à produção xilográfica e ao estudo da Umbanda Sagrada.



QUANDO

**4 a
25/9**

domingos,
10h às 13h

ONDE

Estúdio
(4º andar)

PÚBLICO

A partir de
10 anos

INSCRIÇÕES

Grátis.
Acesso livre,
sujeito à lotação
do espaço

OFICINA

Meu Primeiro Game: Criação de Jogo Eletrônico

com Allan Moreira

Os participantes serão apresentados a conceitos fundamentais para a criação e programação de jogos, como sprites, variáveis e coordenadas, e os colocarão em prática para criar e personalizar seus próprios jogos eletrônicos.

Allan Moreira é professor de eletrônica analógica, eletrônica digital, microcontroladores e programação.



Michel Rios

QUANDO

**4 a
25/9**

domingos,
14h30 às 17h30

ONDE

Lab 2 (4º andar)

PÚBLICO

A partir de
10 anos

INSCRIÇÕES

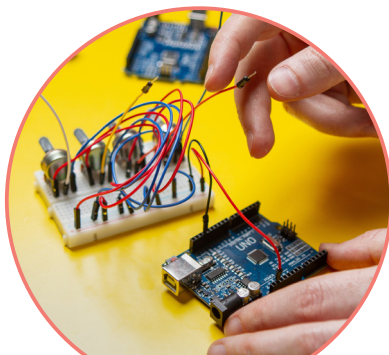
Grátis. Ingressos
30 minutos
antes, no local

CURSO

Programação em Python para Projetos de Eletrônica

com Alexandre Villares e Maraiza Adami

Michel Rios



Curso de introdução à linguagem Python, focando em seu uso para criar e controlar dispositivos eletrônicos. Serão abordados assuntos como coleta de dados com sensores, acionamento de botões, projetos com Raspberry Pi e outros.

Alexandre Villares e Maraiza Adami são educadores de Tecnologias e Artes do Sesc Avenida Paulista.

QUANDO

**8 a
29/9**

quintas,
14h30 às 16h30

ONDE

Lab 1 (4º andar)

PÚBLICO

A partir de
14 anos

INSCRIÇÕES

Grátis, online
em [inscricoes.
sescsp.org.br](https://inscricoes.sescsp.org.br)
a partir de
30/8 (Creden-
cial Plena) e
2/9 (público
em geral)

Crianças

Crianças

OFICINA • MEIO AMBIENTE

Folclore Ilustrado

com Daniel Brás e Mariana Araújo

Daniel Brás



Lendas como o Boitatá, Mapinguari e Mãe D'água estarão nesta oficina em que os participantes imaginarão os contos a partir do desenho, técnicas manuais e de estamparia de carimbos.

Daniel Brás é formado em Design Gráfico pela Unesp, além de brincante da cultura popular.

Mariana Araujo é artista, ceramista e pesquisadora de cerâmicas artesanais.

QUANDO

3 e 4/9

sábado e
domingo,
11h às 13h e
15h às 17h

ONDE

Biblioteca
(15º andar)

PÚBLICO

A partir de
5 anos

INSCRIÇÕES

Grátis. Ingressos
30 minutos
antes, no local

Jovens

Cineclube Juventudes

com Ciça Mogadouro e Nath Triveloni

Cineclube Juventudes promove encontros online e mensais para jovens nos quais são debatidos filmes em seus temas e formas que mexem com os espectadores. Os filmes são selecionados na plataforma Sesc Digital, onde estão disponíveis gratuitamente e deverão ser assistidos antes de cada encontro.

Ciça Mogadouro e Nath Triveloni são educadoras de atividades infanto-juvenis do Sesc Avenida Paulista.

QUANDO

28/9

quarta,
18h às 20h

ONDE

Ação Online
(via Zoom)

PÚBLICO

16 a 29 anos

INSCRIÇÕES

Grátis, online
em [inscricoes.
sescsp.org.br](https://inscricoes.sescsp.org.br)
a partir de 14/9

Turismo

Turismo

OFICINA

Bordando Ouro Preto

com Atelier Dois Capetelistas

Atelier Dois Capetelistas



Através de técnicas de bordado, os participantes poderão conhecer melhor pontos históricos de Ouro Preto e região, localizados em Minas Gerais.

Atelier Dois Capetelistas é o ateliê criado pelos paraanaenses Aurélio e Leandro, que vivem atualmente em Ouro Preto (MG). Realizam trabalhos artesanais com aves brasileiras bordadas.

QUANDO

**14 e
16/9**

quarta e sexta,
19h às 22h

ONDE

Lab 2 (4º andar)

PÚBLICO

A partir de
16 anos

INSCRIÇÕES

Grátis.

Ingressos 1h
antes, no local



Uma Paulista, Diferentes Vistas

Passeios com conteúdos relacionados à Avenida Paulista e à cidade de São Paulo. Todos contemplam uma visita ao Mirante da unidade

PASSEIO

Memórias e Patrimônios da Avenida Paulista

com Vanessa Lima e Monica Mantovani

Histórias e memórias da Avenida Paulista, por meio da arquitetura, fotografias e documentos históricos. Curiosidades e informações de locais como a Casa das Rosas, Mansão Matarazzo, Escola Rodrigues Alves, dentre outros.

Vanessa Lima é historiadora pela Unifesp e coautora de “Caminhando a Paulista: Pequeno Manual do(a) Historiador(a) da Cidade”.

Monica Mantovani é guia de turismo e historiadora pela USP. É coautora de “Territórios de Ururay”, sobre os patrimônios culturais da Zona Leste de São Paulo.

QUANDO

4/9

domingo,
11h às 13h

ONDE

Ponto de encontro: 15 minutos antes, na varanda da Central de Relacionamento (2º andar)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis, online a partir de 25/8, quinta, 14h, em sescsp.org.br/avpaulista

PASSEIO

Conhecendo as Áreas Verdes na Cidade e na Avenida

com Sérgio Sariba e Robson Barboza

Daderot



Aspectos da natureza urbana e das áreas verdes da Avenida Paulista. Curiosidades sobre o jardim do Hospital Santa Catarina e o Parque Trianon, assim como a Mata Atlântica e a Serra da Cantareira.

Sérgio Sariba é geógrafo pela FFLCH-USP e técnico em Turismo pela Etec-SP.

Robson Barboza é técnico em Turismo pelo Senac-SP, atua como guia de turismo nacional e internacional.

QUANDO

11/9

domingo,
15h às 17h

ONDE

Ponto de encontro: 15 minutos antes, na varanda da Central de Relacionamento (2º andar)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis, online a partir de 25/8, quinta, 14h, em sescsp.org.br/avpaulista

PASSEIO

Diversidades e a Paulista de Histórias Não Contadas

com Ana Paula Portes e Sylvia Sato

Perspectivas de histórias relacionadas à comunidade surda, LGBTQIA+, negra e indígena. O público será convidado a refletir sobre os acontecimentos passados e futuros relacionados a narrativas do presente. A atividade será bilíngue (Português e Libras).

Sylvia Sato é artista visual, educadora, produtora cultural e intérprete de libras.

Ana Paula Portes é pedagoga e pós-graduada em Libras e Educação de Surdos. Guia de turismo credenciada pelo Ministério do Turismo bilíngue Libras.

QUANDO

18/9

domingo,
15h às 17h

ONDE

Ponto de encontro: 15 minutos antes, na varanda da Central de Relacionamento (2º andar)

PÚBLICO

Todas as idades

INSCRIÇÕES

Grátis, online a partir de 1/9, quinta, 14h, em sescsp.org.br/avpaulista

PASSEIO

Para Conhecer a Arte na Avenida Paulista

com Bruno Makia e David Carolla

Bruno Makia



Apresentação de manifestações nas áreas de artes visuais, cinema, fotografia, poesia e grafite, além de histórias relacionadas às instituições culturais da região.

Bruno Makia é artista educador e mestrando pela ECA-USP.

David Carolla é docente em Turismo e Hotelaria pelo Senac SP. É guia de turismo, ator, dublador e produtor teatral.

QUANDO

25/9

domingo,
15h às 17h

ONDE

Ponto de encontro: 15 minutos antes, na varanda da Central de Relacionamento (2º andar)

PÚBLICO

A partir de 10 anos

INSCRIÇÕES

Grátis, online a partir de 15/9, quinta, 14h, em sescsp.org.br/avpaulista

Credencial atividades

Os participantes que não possuem Credencial Plena devem apresentar a Credencial Atividade. Não é possível fazer a inscrição em nome de outras pessoas. Para os cursos pagos, é necessário realizar o pagamento no período informado no ato da inscrição, caso contrário acarretará o cancelamento da vaga.

As Credenciais Plena e Atividade podem ser emitidas em qualquer unidade do Sesc. No Sesc Avenida Paulista, podem ser emitidas no ato da inscrição, no 4º andar. Basta o titular ou dependente maior de 18 anos apresentar os documentos necessários. Para saber mais, acesse sescsp.org.br/matriculese

O credenciamento prévio não garante a inscrição.

Balcão de Informações (4º andar)

Terça a sexta, 10h às 21h30

Sábados, domingos

e feriados, 10h às 18h

Tel. (11) 3170 0811

cursos.avenidapaulista

@sescsp.org.br



**sescsp.org.br/
avenidapaulista**

Sesc Avenida Paulista

Avenida Paulista, 119

Tel. 11 3170 0800

   /sescavpaulista