

# Fevereiro 2026

## Sesc Bertioga

Guia de Programação



Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## **Classificação indicativa**

Atribuída oficialmente  
ou autoclassificada

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

## Legendas de Acessibilidade

••• Braile

cc Legenda Closed Caption

## *AD) Áudio Descrição*

oc Legenda Open Caption

LSE Legendas

## Formato Alternativo

## Recursos Táteis

 Libras



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



Este guia traz os destaques da programação da unidade de Bertioga. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br). Programação sujeita a alterações.

## **Estacionamento**

A permanência do veículo é permitida somente durante o horário de funcionamento da unidade. Consulte os valores atualizados na Central de Atendimento.

Crédito da foto da capa: Andrea Lalli

## **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	<b>Reserva Natural</b>
	<b>Sesc Bertioga</b>
18	<b>Shows e Espetáculos</b>
19	<b>Cursos, Oficinas</b>
	<b>e Encontros</b>
24	<b>Esporte e</b>
	<b>Atividade Física</b>
31	<b>Crianças</b>
33	<b>Pessoas Idosas</b>
35	<b>Turismo Social</b>
36	<b>Agenda de Destaques</b>

# Editorial

Um mar de acessos é o que desejamos proporcionar às pessoas que participam das nossas atividades, mas também é o nome do novo projeto que estamos iniciando em fevereiro. Uma vez por mês, em um sábado, realizaremos uma manhã com atividades físicas e recreativas, acessíveis a pessoas com e sem deficiência. Além das atividades específicas, como o surfe adaptado, será possível aproveitar o empréstimo de recursos como cadeiras anfíbias, que permitem o banho de mar a pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida, e o triciclo adaptado para corrida. Falando em acessibilidade, o Sesc Bertioga também estará presente no Festival da Inclusão, evento promovido pela Secretaria de Esportes do Município de Bertioga, com a participação da atleta paralímpica brasileira Beth Gomes.

No Trabalho Social com Pessoas Idosas, teremos o retorno das atividades direcionadas, com destaque para o curso de Desenho de Moda, com Sandra Feltran. Os interessados serão motivados a fazer ilustrações e desenhos de moda,



desenvolvendo noção espacial para criar croquis que representem volume, cimento e composição de cores, tecidos e aviamentos.

Para as pessoas interessadas nas artes manuais e visuais, no mês de fevereiro teremos as inscrições para os cursos das Oficinas de Criação do Sesc Bertioga, que iniciarão no mês de março, com cursos de cerâmica, marcenaria, costura e desenho, compondo a programação. Neste mês também realizaremos as inscrições para o curso de literatura: Conceitos e Práticas de Literatura Autobiográfica, com João Silvério Trevisan, que se iniciará no começo de março.

Na praia, em frente ao Sesc Bertioga, diversas atividades esportivas e recreativas continuam a todo vapor, convidando o público a aproveitar o verão.

Neste caderno de programação, você pode consultar essas e outras programações.



Acervo Onda BGF Praia Acessível

# Reserva Natural Sesc Bertioga

Localizada a 700 metros da entrada do Centro de Férias, a Reserva Natural é um espaço ao ar livre que protege uma área de mais de 600 mil metros quadrados de floresta de Mata Atlântica, dentro da cidade de Bertioga. Com recursos de acessibilidade, proporciona a todas as pessoas encontros com a natureza e suas relações. Você pode conhecer e aproveitar os espaços como o Jardim das Brincadeiras, a Trilha do Sentir e a Trilha do Tucum, ouvir o som dos pássaros e outros animais, sentir o vento ou simplesmente relaxar. É aconselhável vestir roupas leves, tênis e boné. Levar repelente, protetor solar e garrafinha de água. Menores de idade devem estar sempre acompanhados por um responsável.

De terça a domingo, 8h30 às 17h30.



Reserva Natural Sesc Bertioga

Silvio Dutra

## ATENDIMENTO PARA GRUPOS

O atendimento a grupos da Reserva Natural Sesc Bertioga é uma oportunidade para que grupos organizados como escolas, universidades, organizações não governamentais, empresas e instituições diversas, possam realizar uma visita aos espaços.

O atendimento a grupos pode ser realizado através de pré agendamento em [bit.ly/agendamentogrupos](http://bit.ly/agendamentogrupos)

Outras informações pelo e-mail:

[atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br](mailto:atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br).



## Vivência

**AVENTURAS NA RESERVA NATURAL****Com Agentes de Educação Ambiental**

Crianças e adultos recebem o convite para buscar coisas muito especiais na Reserva Natural. Quem participar recebe a missão de encontrar diversos itens espalhados pela Reserva, onde conhecem um pouco mais a Trilha do Sentir e outros espaços existentes.

**Dia 1.****Domingo, 10h.**Reserva Natural,  
Trilha do Sentir,  
Grátis.  
Todas as idades.

## Vivência

**ESTAÇÃO: NOSSAS ABELHAS****Com Agentes de Educação Ambiental**

Agentes responsáveis pela polinização de grande parte dos alimentos que fazem parte de nosso dia a dia, as abelhas prestam um serviço de inestimável valor. Nesta mesa educativa o visitante pode conhecer a diversidade de espécies de abelhas nativas sem ferrão, seus modos de vidas, curiosidades e características dos meles.

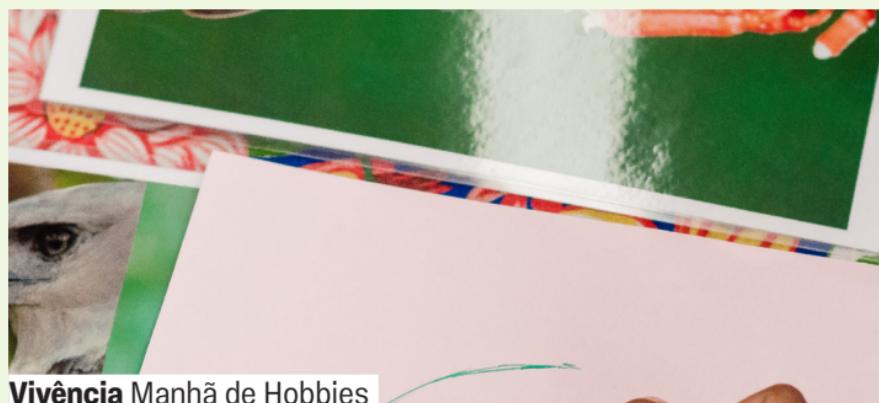
**Dias 1 e 15.****Domingo,  
14h.**Reserva Natural,  
Espaço Guanandi.  
Grátis.  
Todas as idades.

## Oficina

**REPELENTES NATURAIS****Com Agentes de Educação Ambiental**

Existem algumas plantas que atuam como verdadeiros repelentes, e até mesmo como inseticidas, ajudando no controle dos mosquitos. Algumas delas produzem óleos essenciais, substâncias que em contato com a pele ajudam a proteger de picadas de insetos, além de promover hidratação. Nesta oficina, os participantes aprendem a produzir repelentes naturais que não causam danos ao ambiente e à saúde.

**Dia 1.****Domingo, 15h.**Reserva Natural,  
Espaço Teiú.  
Vagas limitadas,  
inscrições  
30 min. antes.  
Grátis.  
A partir de 15 anos.**Vivência Estação: Nossas abelhas**



FotoNativa

**Vivência Manhã de Hobbies****Vivência****MANHÃ DE HOBBIES****Com Agentes de Educação Ambiental**

Para você que gosta e se interessa pelas artes manuais e procura por um espaço em contato com a natureza para se inspirar, esse é o seu lugar! Venha participar de um ou todos os encontros com seu material ou utilizar diferentes itens à disposição para escrever, pintar, desenhar... Caso você já tenha experiência em algum hobby e só esteja em busca de um espaço verde e tranquilo, venha também!

**De 4 a 25.****Quartas, 10h.**

Reserva Natural,

Espaço Teiú.

Grátis.

Todas as idades.

**Visita mediada****HORA DA TRILHA!****Com Agentes de Educação Ambiental**

De forma lúdica e divertida as crianças são convidadas a caminhar pela Trilha do Tucum. Numa espécie de jogo, durante o percurso o público pode ainda observar a interação entre os diferentes seres que compõem a floresta, reconhecendo um pouco da biodiversidade presente na Mata Atlântica.

**De 4 a 25.****Quartas, 15h.**

Reserva Natural,

Trilha do Tucum ,

Grátis.

De 7 a 12 anos.

**Oficina****BOTTONS COM A NATUREZA****Com Agentes de Educação Ambiental**

Os bottons personalizados são perfeitos para reforçar nossos gostos e interesses, nesta oficina buscamos inspirações nos elementos da natureza e nos impactos climáticos para engajar os participantes a reafirmarem o que pensam sobre o assunto em expressões criativas. Crianças menores de 10 anos devem estar acompanhados de um adulto de referência.

**De 4 a 25.****Quartas, 16h.**

Reserva Natural,

Espaço Teiú.

Grátis.

A partir de 8 anos.

---

**Oficina****CADERNO DE VIAGEM****Com Agentes de Educação Ambiental**

A Reserva Natural do Sesc Bertioga oferece contato com a natureza e paisagens entre a serra e o mar, proporcionando tranquilidade e inspiração. No espaço, os visitantes são convidados a exercitar a criatividade confeccionando um Caderno de Viagem para registrar boas memórias.

---

**Dias 5, 12 e 26.****Quinta, 10h.**Reserva Natural,  
Espaço Teiú.

Grátis.

A partir de 10 anos.

---

**Oficina****BRINQUEDOS DE NATUREZA****Com a Cia Bambuzal**

"Brinquedos de natureza" tem por objetivo sensibilizar para uma relação mais viva e consciente entre natureza, as culturas do brincar e dos fazeres manuais, através da construção de diversos brinquedos utilizando materiais, em sua maioria, sustentáveis, como bambus, cabaças, sementes, etc.

05/2 - Caleidostótem

12/2 - Boneco de cabaça

19/2 - Balãozinho de cabaça

26/2 - Casa de pássaros

**Dias 5, 12, 19****e 26.****Quintas, 15h.**Reserva Natural,  
Espaço Teiú.Vagas limitadas,  
inscrições

30 min. antes

Grátis.

A partir de 7 anos.

**Oficina Brinquedos de Natureza**

Vivência

## CAMINHADA: PROCURANDO OS SERES DA PRAIA

### Com Agentes de Educação Ambiental

Uma caminhada à beira-mar para procurar as formas de vida que habitam a praia e conversar sobre elas. Com mediação, é possível conhecer a faixa de areia em frente ao Sesc Bertioga, criar novos olhares sobre a biodiversidade do oceano e debater questões ambientais marinhas.

De 6 a 27.

Sextas, 9h.

Sesc Bertioga,  
Portaria da Praia.  
Grátis.

Todas as idades.

Vivência

## TRILHA DO SENTIR

### Com Agentes de Educação Ambiental

Conheça a floresta nessa atividade mediada por agentes de educação ambiental. É uma caminhada que conta com três opções de trajeto (120m, 450m e 960m), em uma trilha suspensa com recursos de acessibilidade. Qualquer pessoa pode fazer trilha! Pessoas com e sem deficiência, com carrinho de bebê ou mobilidade reduzida.

De 6 a 27.

Sextas, 10h.

Dias 8 e 22.

Domingos, 10h.

Reserva Natural,  
Trilha do Sentir.  
Grátis.

Todas as idades.

Vivência

## ÁLBUM DE FOLHAS

### Com Agentes de Educação Ambiental

O universo das folhas das plantas tem uma variedade de formatos, cores e tamanhos. As nervuras, em contato com papel e giz de cera, se transformam em verdadeiras artes. Nesta oficina o público confecciona um álbum com decalque das folhas de árvores da Mata Atlântica, uma oportunidade de conhecer melhor a riqueza desse bioma tão diverso.

Dias 6 e 13.

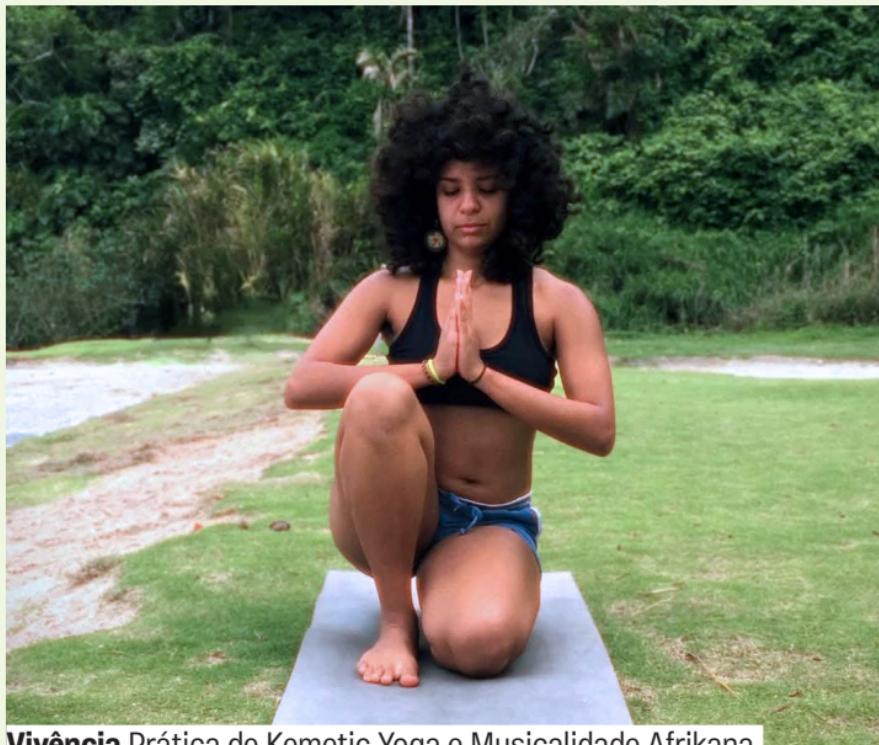
Sexta, 15h.

Reserva Natural,  
Espaço Teiú.  
Grátis.

Todas as idades.



Vivência Álbum de Folhas



Divulgação

## Vivência Prática de Kemetic Yoga e Musicalidade Afrikana

### Vivência

#### **NATUREZA ZEN**

#### **MEMÓRIA VIVA: PRÁTICA DE KEMETIC YOGA E MUSICALIDADE AFRIKANA**

#### **Com Saba Nefer Ankh**

A prática de Kemetic Yoga nasce do ventre da sabedoria espiritual afrikana, onde corpo, respiração e mente se alinham como expressão viva do sagrado. Inspirada nas posturas ancestrais gravadas nas paredes do antigo Kemet (Egito), essa ciência espiritual, através do método Kemetic YogaSkills se torna acessível a todos os corpos, respeitando limites, ampliando a consciência.

**De 7 a 28.  
Sábados, 9h.**

Reserva Natural,  
Praça das  
Palmeiras.  
Vagas limitadas,  
inscrições  
30 min. antes  
Grátis.  
A partir de 12 anos.

### Oficina

#### **ENTRE PAUSAS: CÍRCULO DE DESCANSO**

#### **Com Teresa Cristina Silveira**

Oficina que propõe reconectar corpo e mente por meio de práticas de pausa, escuta e cuidado em meio a natureza. Um convite para desacelerar e reconhecer a importância de áreas naturais para o bem-estar, além de resgatar o valor do descanso como ato de saúde e presença.

**Dia 7.  
Sábado, 10h30.**

Reserva Natural,  
Espaço Guanandi.  
Vagas limitadas,  
inscrições  
30 min. antes  
Grátis.  
A partir de 12 anos.

**Oficina****PINGENTES DE CERÂMICA FRIA****Com FonFinFan Ateliê**

Nesta oficina, a proposta é explorar as possibilidades plásticas da cerâmica fria por meio da criação de pingentes estampados em baixo-relevo.

Uma experiência sensorial e criativa, a partir da coleta de elementos da natureza, como folhas, sementes, pedras, gravetos e cascas que servirão de base para a criação de formas e padrões inusitados para estampar e decorar cada uma das peças produzidas.

**Vivência****MEDITAÇÃO DOS 4 ELEMENTOS****Com Agentes de Educação Ambiental**

As práticas meditativas são conhecidas por inúmeros benefícios, como o aumento da concentração e de um estado de serenidade. Nessa vivência, a partir de uma caminhada pela Trilha do Sentir na Reserva Natural, busca-se reconhecer os elementos da natureza no ambiente e dentro de cada um.

**Oficina****FLÂMULAS DA BIODIVERSIDADE****Com FonFinFan Ateliê**

A partir de referências da fauna e flora local, são desenvolvidos decalques em tecido com formas e silhuetas das folhas e animais para aplicar em uma flâmula confeccionada em algodão cru.

Cada participante cria sua própria composição personalizada a partir da colagem das peças escolhidas. Ao final é feita a customização da flâmula com fitas e aviamentos coloridos.

**Dia 7.****Sábado, 15h.**

Reserva Natural,

Espaço Teiú.

Vagas limitadas,

inscrições

30 min. antes

Grátis.

A partir de 8 anos.

**Dias 7 e 21.****Sábado, 15h30.**

Reserva Natural,

Trilha do Sentir.

Grátis.

A partir de 12 anos.

**Dia 8.****Domingo, 15h.**

Reserva Natural,

Espaço Teiú.

Vagas limitadas,

inscrições

30 min. antes

Grátis.

A partir de 8 anos.

Bate-papo

### **POR DENTRO DOS BICHOS**

**Com Agentes de Educação Ambiental**

Felinos, roedores e anfíbios estão entre os diversos grupos animais que vivem na Reserva Natural Sesc Bertioga. Numa conversa repleta de curiosidades e peças museológicas são apresentadas diversas características do Reino Animal.

Dias 14 e 28.

Sábados, 9h30.

Reserva Natural,  
Espaço Guanandi.  
Grátis.

Todas as idades.

Vivência

### **BRINCANDO DE SARAU**

**Com Agentes de Educação Ambiental**

Debaixo da sombra de uma árvore, bebês e crianças são estimulados a darem asas à imaginação. Através da observação da natureza, é possível expressar muitas formas de arte. Entrar no ritmo da música, cantar, dançar, desenhar, ouvir e contar histórias, o mais importante aqui é fortalecer o cuidar uns dos outros e do planeta.

Atividade para crianças acompanhadas de um ou mais adultos de referência.

Dias 14 e 28.

Sábados, 14h.

Reserva Natural,  
Jardim das  
Brincadeiras.  
Grátis.

De 3 a 6 anos..



**Vivência Brincando de Sarau**

Visita mediada

### CAMINHADA AO PÉ DA ÁRVORE

#### Com Agentes de Educação Ambiental

Ao percorrer a Trilha do Sentir na Reserva Natural Sesc Bertioga, as pessoas identificam algumas das diversas espécies, que compõem a arborização local. A partir de suas características e curiosidades, descobre-se a importância de cada uma, com ênfase nas plantas da Mata Atlântica, uma das regiões com a maior biodiversidade do mundo.

**Dia 15 e 1/3**

**Domingo, 10h.**

Reserva Natural,

Trilha do Sentir.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Oficina

### BRINCANDO DE PETECA

#### Com Agentes de Educação Ambiental

"Pé teka" é uma palavra de origem indígena que significa "tapear com as mãos". Traz na sua essência um brinquedo de mão, passado de geração em geração pelos povos originários, em uma vivência que reúne adultos e crianças! Tradicionalmente confeccionada com palhas e penas, é um brinquedo artesanal, que hoje em dia, pode ser feito com diferentes elementos e materiais.

**Dia 15.**

**Domingo, 15h30.**

Reserva Natural,

Espaço Teiú.

Grátis.

A partir de 6 anos.



**Bate-papo Sementes da Mata**

**Vivência Jogo "Mar sem Plástico" - Tabuleiro Gigante**

Mar Franz

**Visita mediada****BANHO DE FLORESTA****Com Agentes de Educação Ambiental**

O ar fresco, o cheiro das árvores, os sons das aves, os raios de sol... Estar na floresta traz uma sensação de conforto, alivia tensões do dia a dia, ajuda a repor as energias e a se conectar. Inspirado na filosofia japonesa shinrin-yoku, a prática do "banho de floresta" permite absorver a essência da natureza para aumentar o bem-estar e qualidade de vida através dos sentidos.

**Dia 19.****Quinta, 10h.**Reserva Natural,  
Trilha do Sentir.  
Grátis.

A partir de 14 anos.

**Vivência****JOGO "MAR SEM PLÁSTICO"****- TABULEIRO GIGANTE****Com Agentes de Educação Ambiental**

Venha aprender brincando a preservar os mares limpos e saudáveis! Os resíduos jogados nos rios e oceanos são um dos mais graves problemas ambientais atuais. Muito mais que desagradável aos olhos, uma maré crescente de lixo no ambiente marinho ameaça a saúde e bem-estar dos seres humanos, animais, comunidades e economias pelo mundo.

**Dias 20 e 27.****Sextas, 15h30.**Reserva Natural,  
Espaço Teiú.  
Grátis.

A partir de 6 anos.

**Bate-papo****SEMENTES DA MATA****Com Agentes de Educação Ambiental**

Quantas sementes da Mata Atlântica você conhece? Durante esse bate-papo é apresentado algumas espécies presentes nesse bioma tão apaixonante e diverso. O público também pode contar suas próprias recordações, além de conhecer curiosidades, formas de uso e outras histórias sobre sementes e árvores.

**Dia 21.****Sábado, 10h30.**Reserva Natural,  
Espaço Guanandi.  
Vagas limitadas,  
inscrições  
30 min. antes  
Grátis.  
Todas as idades.

**Oficina****ESCULTURAS DE PÁSSARO EM TECIDO****Com FonFinFan Ateliê**

Venha criar esculturas têxteis estilizadas com a forma de cabeças de pássaros, confeccionadas com reaproveitamento de sobras de retalhos, linhas e aviamentos. Utilizando diferentes técnicas de artes manuais, o resultado são esculturas decorativas para serem expostas em paredes. Uma atividade que motiva a discussão sobre geração, redução, reaproveitamento e descarte de resíduos.

**Vivência****CLUBE DE OBSERVAÇÃO DE AVES****Com Agentes de Educação****Ambiental e convidados**

Nesta atividade os participantes vivenciam como observar as aves em áreas verdes protegidas, possibilitando o contato direto com a natureza, contribuindo com a ciência cidadã (Pesquisa, Conservação e Educação Ambiental). Venha conhecer as espécies de Bertioga! Vagas limitadas. Inscrições de 13 a 16/2, pelo link: <https://bit.ly/observacao-de-aves>

**Oficina****MOSAICO EM TECIDO****Com FonFinFan Ateliê**

Criação de mosaicos produzidos a partir de pedaços de tecido colados, formando diferentes animais. Em uma espécie de quebra cabeça, a combinação de cores compõe os volumes e as formas da imagem proposta. Essa é também uma maneira de reaproveitar retalhos e estimular a criatividade, resultando em bonitos quadros decorativos.

**Dia 21.****Sábado, 14h.**

Reserva Natural,

Espaço Teiú.

Vagas limitadas,

inscrições

30 min. antes

Grátis.

A partir de 12 anos.

**Dia 22.****Domingo, 5h30.**

Ponto de encontro:

Reserva Natural

Sesc Bertioga.

Grátis.

A partir de 12 anos.

**Dia 22.****Domingo, 15h.**

Reserva Natural,

Espaço Teiú.

Vagas limitadas,

inscrições

30 min. antes

Grátis.

A partir de 12 anos.

## RESERVA NATURAL SESC BERTIOGA



### Oficina Marcadores de Páginas: Aves em Aquarela

Elaine Garcia

#### Curso

#### A FLORESTA É NOSSA

O projeto, "A Floresta é Nossa: Jovens Comunicadores", é uma oportunidade para jovens entre 12 e 18 anos que gostam de vídeos, natureza e meio ambiente aprenderem a fazer uma produção audiovisual usando recursos simples. Os encontros serão focados em meio ambiente e produção audiovisual, dialogando com temas que fazem parte do dia a dia dos jovens e dos territórios onde vivem.

Inscrições de 3 a 20/2

<https://forms.office.com/r/dWFunDRd4A>

ou <https://bit.ly/florestaenossa2026>

**De 4/3 a 22/5.**  
**Quartas e Sextas,**  
**14h.**  
**Exceto 3/4 e 1/5.**  
Reserva Natural,  
Espaço Teiú.  
Grátis.  
De 12 a 18 anos.



#### Oficina

#### MARCADORES DE PÁGINAS: AVES EM AQUARELA

#### Com Agentes de Educação Ambiental

Poesia, aquarela e natureza se unem nesta oficina criativa. Serão apresentadas algumas das aves que habitam e/ou visitam o Sesc Bertioga, além de poemas e músicas que falam sobre as espécies para inspirar a criação de um marcador de páginas.

**Dia 1/3.**  
**Domingo, 15h30.**  
Sesc Bertioga,  
Centro de  
Educação  
Ambiental.  
Vagas limitadas,  
inscrições  
30 min. antes  
Grátis.  
A partir de 10 anos.

# Shows e Espetáculos

## MÚSICA

### Show

#### **BEATLES CORDEL**

Os "Beatles do sertão" ganham vida no palco através da imaginação de Seu Quité, um poeta matuto que acha em seu radinho de pilha uma estação que só toca Beatles. Clássicos como Day Tripper, Help! e Strawberry Fields Forever ganham uma roupagem regional nordestina, passeando por ritmos como xote, maracatu, baião, frevo, ciranda e embolada, sem descaracterizar o sentimento das músicas originais

**Dia 1/3.**  
**Domingo, 16h.**  
 Sesc Bertioga,  
 Lanchonete.  
 Grátis.  
AL



Show Beatles Cordel

# Cursos, Oficinas e Encontros

## AÇÕES PARA A CIDADANIA

### Mar de Acessos

Venha desfrutar de uma manhã prazerosa na praia em frente ao Sesc Bertioga. Uma vez por mês, em um sábado, realizaremos uma manhã com atividades físicas e recreativas, acessíveis a pessoas com e sem deficiência. Além das atividades, será possível aproveitar o empréstimo de recursos como as cadeiras anfíbias, que permitem o banho de mar a pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida, e o triciclo adaptado de corrida.

### vivência

#### **SURFE ADAPTADO**

O surf adaptado é uma modalidade esportiva que possibilita a prática do surf por pessoas com diferentes tipos de deficiência. A definição de surf adaptado engloba a adaptação de equipamentos e técnicas para permitir que indivíduos com limitações físicas, visuais ou cognitivas desfrutem das ondas e da emoção do mar

**Dia 28.**

**Sábado, 9h**

**às 12h.**

Sesc Bertioga,

Praia.

Grátis.

Todas as idades.

## ALIMENTAÇÃO

### Oficina

#### **PIZZAS DE FERMENTAÇÃO NATURAL**

#### **Com Casa dos Fermentados**

Uma oficina para aprender todo o processo de produção de pizzas de fermentação natural artesanais, desde o preparo da massa até o momento de assar e saborear. Vamos aprender os fundamentos da fermentação longa e natural, destacando suas vantagens em sabor, digestibilidade e textura, além de técnicas profissionais adaptadas para cozinhas domésticas.

**Dia 7.**

**Sábado, 15h.**

Sesc Bertioga,  
Recanto dos  
Jerivás.

Vagas limitadas,  
inscrições  
30 min. antes  
Grátis.

Todas as idades.

## OFICINAS DE CRIAÇÃO

Em um mundo em constante transformação, investir em si mesmo é uma das decisões mais poderosas que alguém pode tomar. Cursos livres e oficinas práticas não são apenas oportunidades de aprendizado técnico - eles são portais para o desenvolvimento pessoal, profissional e interrelacional. Confira os cursos desse mês, atente-se as datas de inscrição e valores. Inscrições em [centralderelacionamento.sescsp.org.br](#) de 10 a 28/02

Ateliê

### INTRODUÇÃO A MARCENARIA: TÁBUA DE CORTE

**Com Ateliê Tauba**

No curso serão compartilhados conhecimentos básicos sobre madeira maciça, ferramentas e acabamentos para marcenaria com ferramentas manuais comuns. Construiremos uma tábua de corte, com as características que uma peça deve ter para construção de objetos mais complexos, com junções entre as peças.

Material necessário a ser adquirido pelo aluno (todo tipo de material para uso pessoal):

R: lápis, borracha, caderno ou folha para anotações, máscara descartável PFF2

Tábuas de 20cm larg. por 2cm esp. (Tauari aparelhado).

**De 4 a 25/3.**

Quartas,  
(turma 1) 14h30.  
(turma 2) 18h30.

Sesc Bertioga.

Oficinas de  
Criação.

● R\$18,00

■ R\$30,00

▲ R\$60,00

A partir de 18 anos.

Ateliê

### JÓIAS EM CERÂMICA

**Com Nina Nuernberger**

O curso apresenta o processo de criação de jóias em cerâmica, com foco em pingentes, brincos e broches. Os participantes podem explorar formas, texturas e cores para desenvolver peças delicadas e expressivas.

Material necessário a ser adquirido pelo aluno

Pincéis para esmaltação das peças

Caderno para esboço do projeto das peças,

Argila, Avental.

Custo estimado de gasto pelo aluno:

Cerca de 20 Reais por aluno (argila).

**De 6 a 27/3.**

Sextas, 18h30  
às 21h30.

Sesc Bertioga,  
Oficinas de  
Criação.

● R\$18,00

■ R\$30,00

▲ R\$60,00

A partir de 16 anos.



**Ateliê** Ateliê aberto de cerâmica

Divulgação

### Ateliê

#### **ATELIÊ ABERTO DE CERÂMICA**

**Com Nina Nuernberger**

O Ateliê Aberto de Cerâmica é um espaço para prática, desenvolvimento, experimentações e trocas entre aqueles que já tenham experiência com as técnicas básicas de modelagem em argila. No ateliê é possível realizar projetos pessoais com orientação da professora e são disponibilizados os equipamentos e alguns insumos como tintas e material para limpeza. O participante deverá trazer sua argila. Apenas as peças produzidas no ateliê durante o período de funcionamento dele serão queimadas no Sesc. Cerca de 20 Reais por aluno (argila).

**De 4/3 a 28/5.**

**Quintas, 14h30**

**às 17h30.**

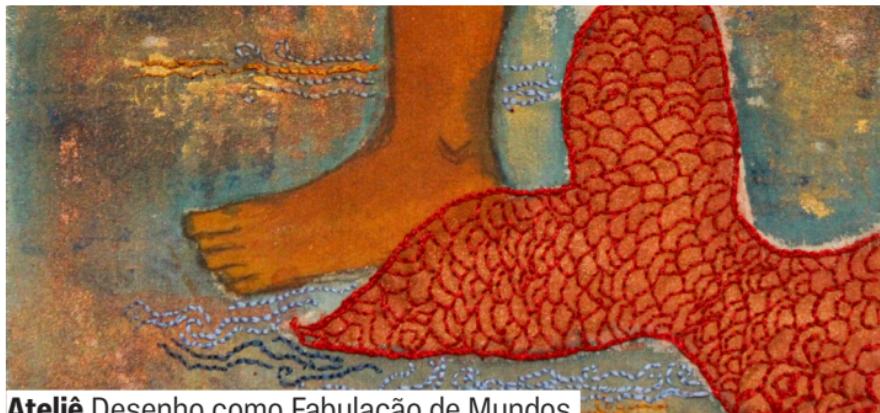
Sesc Bertioga,  
Oficinas de  
Criação.

● R\$18,00

■ R\$30,00

▲ R\$60,00

A partir de 16 anos.

**Ateliê Desenho como Fabulação de Mundos**

Divulgação

**Curso****INTRODUÇÃO À COSTURA: KIMONO****Com Ana Flora**

Curso introdutório onde os participantes aprenderão os primeiros passos na costura, confeccionando um kimono da modelagem ao acabamento.

Material necessário a ser adquirido pelo aluno  
Tecidos, tesouras, linhas, régulas.

Custo estimado de gasto pelo aluno:

R\$ 120,00

**De 6 a 27/3.****Sextas,****(turma 1) 14h30,****(turma 2) 18h30.**

Sesc Bertioga,  
Oficinas de  
Criação.

● R\$18,00

■ R\$30,00

▲ R\$60,00

A partir de 18 anos.

**Ateliê****DESENHO COMO FABULAÇÃO DE MUNDOS****Com Andrea Lalli**

O desenho pode ser uma ferramenta para registrarmos ideias, processos, tempos e histórias. Nesse curso, as pessoas participantes serão convidadas a uma série de experimentações para investigarem imagens produzidas a partir de traços, gestos e linhas, criando um diálogo com outras materialidades de seus interesses. Cada encontro também será constituído de uma parte teórica, onde serão apresentados artistas na perspectiva do desenho como ponto de partida para uma produção artística.

Material necessário a ser adquirido pelo aluno  
(todo tipo de material para uso pessoal):  
fotografias, revistas, jornais para desenvolvimento das colagens, canetas, lápis ou giz pastel oleoso de acordo com o interesse de investigação de cores de cada pessoa participante, papéis

Custo estimado de gasto pelo aluno:

R\$ 100

**De 7 a 28/3.****Sábados, 10h****as 13h.**

Sesc Bertioga,  
Oficinas de  
Criação.

● R\$18,00

■ R\$30,00

▲ R\$60,00

A partir de 16 anos.

**ARTES VISUAIS**

Vivência

**BRINCOS CARNAVALESCOS****Com Camila Pie**

Oficina de brincos carnavalescos inspirados nas aves de Bertioga usando reutilização criativa. A partir de imagens impressas de espécies de aves nativas cada participante escolhe sua inspiração.

**Dia 14.****Sábado, 14h.**

Viveiro Seo Leo.

Vagas limitadas,

inscrições

30 min. antes

Grátis.

A partir de 7 anos.

Oficina

**SERES DA FLORESTA EM CERÂMICA FRIA****Com Floresta artesanal**

Nesta oficina, os participantes modelam em cerâmica pequenas criaturas e formas inspiradas na floresta, transformando sentimentos de abrigo, magia e encantamento em criações feitas à mão.

**Dia 1/3.****Domingo, 15h.**

Sesc Bertioga.

Espaço de

Tecnologias

e Artes.

Vagas limitadas,

inscrições

30 min. antes

Grátis.

A partir de 7 anos.

**LITERATURA**

Intervenção

**COMPOSIÇÕES POÉTICAS****Com Fabrício Bispo e Letícia Larossi**

Os participantes são abordados e convidados a uma experimentação poética, e através de provocações e estímulos, criam uma poesia autoral, muitas vezes sem esperar a poesia como resultado final. As composições criadas são materializadas em livretos e cada participante poderá levar para casa sua composição literária.

**Dia 1/3.****Domingo, 14h.**

Sesc Bertioga.

Biblioteca.

Grátis.

A partir de 7 anos.

Curso

**CAIS DAS LETRAS: CONCEITOS E PRÁTICAS DE LITERATURA AUTOBIOGRÁFICA****Com João Silverio Trevisan**

Todos nós sonhamos em nos eternizar, ou seja, deixar alguma marca de si para o mundo. Há muitos caminhos para tanto, sendo o mais comum deixar uma prole. Neste curso, parte-se do princípio de que escrever autobiografias talvez seja a mais frágil tentativa de se eternizar, mas a mais precisa. Inscrições em centralderelacionamento. [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br) de 24/2 a 3/3

**Dias 3, 4, 10 e 11.****Terças e****Quartas, 19h.**

Sesc Bertioga.

Sala Múltiplo

Uso 1.

Grátis.

A partir de 16 anos.

# Esporte e Atividade Física

Vivência

## FESTIVAL DA INCLUSÃO COM BETH GOMES

### Parceria com a Secretaria de Esportes

No dia 1º de fevereiro de 2026, a Arena Pé n'Areia receberá o Festival de Inclusão, um evento que celebra a diversidade, a igualdade e a participação de todas as pessoas, independentemente de suas origens, condições ou habilidades. Uma programação pensada para oferecer momentos de lazer, esporte e convivência em um ambiente totalmente acessível e acolhedor. O festival é promovido pela Prefeitura de Bertioga, por meio da Secretaria de Esportes, em parceria com a Secretaria de Meio Ambiente, Secretaria de Educação, Secretaria de Saúde e APAE de Bertioga. O evento também conta com parceiros como Sesc Bertioga, Riviera de São Lourenço, Sobloco, FABE, Polícia Militar, Corpo de Bombeiros, Guarda Municipal, Trânsito e CREF4/SP.

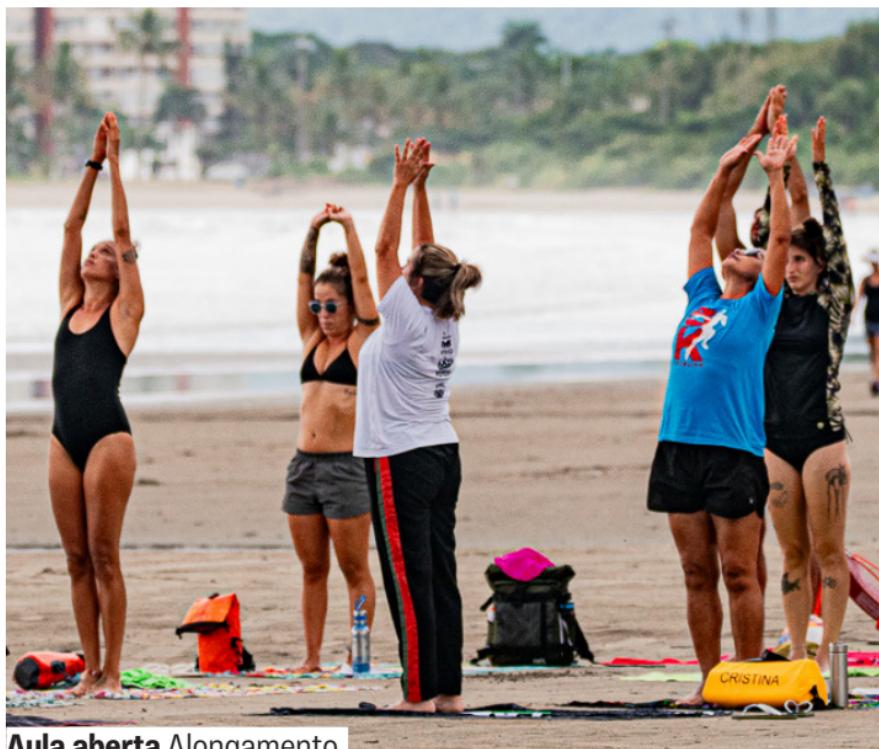
**Dia 1.**

**Domingo, 11h.**

Complexo Esportivo Pé na Areia.  
Grátis.  
Todas as idades.



Vivência Festival da Inclusão com Beth Gomes



**Aula aberta** Alongamento

MarFranz

### Aula aberta

#### **ALONGAMENTO**

Exercícios para melhorar a flexibilidade e proporcionar bem-estar.

**Dias 4 e 25.**

**Quartas, 9h30.**

**Dia 16.**

**Segunda, 8h.**

Sesc Bertioga,  
Estação Vivência  
Grátis.

A partir de 12 anos.

### Vivência

#### **YOGA**

Entre os principais objetivos da prática de origem indiana estão o autoconhecimento, o relaxamento e o bem-estar por meio de exercícios respiratórios (pranayamas), posturas físicas (ásanas) e meditação.

**De 5 a 26.**

**Quintas, 9h30.**

**De 8 a 22.**

**Domingos, 8h.**

**Exceto dia 19.**

**Dia 1/3.**

**Domingo, 8h.**

Sesc Bertioga,  
Estação Vivência  
Grátis.

A partir de 12 anos.

### Vivência

#### **BEACH TENNIS**

O Beach Tennis combina movimentos do tênis, vôlei de praia e badminton. É uma modalidade praticada com raquetes, na areia, de maneira dinâmica e divertida. Pode ser jogada em duplas ou quartetos.

**De 5 a 26.**

**Quintas, 9h30.**

**Exceto dia 19.**

**Dia 17.**

**Terça, 9h30**

Sesc Bertioga,  
Praia.  
Grátis.

A partir de 7 anos.

## Vivência

**RITMOS**

São dois para lá, dois para cá, em cima, embaixo, direita e esquerda. Assim, fazendo movimentos coordenados, a música vai apoiar o ritmo que todos juntos vão dançar. Uma atividade para todas as idades que melhora o condicionamento físico, alivia o estresse e garante boas risadas. Não é preciso saber dançar, basta querer se movimentar e se divertir!

**De 5 a 26.**  
**Quintas, 11h.**  
**Exceto dia 19.**  
**De 7 a 28.**  
**Sábados, 11h.**  
**Dia 15.**  
**Domingo, 17h.**  
Sesc Bertioga,  
Praia  
Grátis.  
Todas as idades.

## Vivência

**RITMOS DE CARNAVAL**

Hora de separar a fantasia e vir se movimentar na aula de Ritmos de Carnaval. Para aprender os passinhos para o Carnaval, mesclando um pouco de frevo, samba e as famosas marchinhas!

**Dia 14.**  
**Sábados, 11h.**  
**Dia 16.**  
**Segunda, 11h.**  
Sesc Bertioga,  
Praia  
Grátis.  
Todas as idades.

## Vivência

**FUTEVÔLEI**

O futvôlei é uma modalidade de Esportes de Areia com bola jogada na quadra de vôlei, porém utilizando todas as partes do corpo, exceto braços e mãos. Nesta recreação você irá conhecer mais sobre a modalidade, além de jogar o esporte que vem sendo muito praticado nas praias!

**Dia 15.**  
**Domingo, 9h30.**  
**Dia 17.**  
**Terça, 9h30.**  
Sesc Bertioga,  
Praia  
Grátis.  
Todas as idades.

## Vivência

**HORA DO JOGO**

É hora de reunir a galera e entrar no jogo! As crianças participam de esportes coletivos na praia. Uma programação cheia de movimento, cooperação e diversão, perfeita para gastar energia, fazer amigos e curtir o dia ao ar livre. Vem jogar com a gente e sentir a emoção da areia nos pés!

**De 5 a 26.**  
**Quintas, 11h.**  
**Exceto dia 19.**  
**Dia 17.**  
**Terça, 11h.**  
Sesc Bertioga,  
Praia  
Grátis.  
De 7 a 12 anos.



FotoNativa

**Vivência Mobilidade Articular**

Vivência

**RADICALIZANDO SLACKLINE**

Prática esportiva para desfrutar das habilidades corporais como equilíbrio, destreza, atenção e muita coragem. Nesta atividade ao se equilibrar no slackline o praticante terá diversão, desafios e superar seus próprios obstáculos.

**De 5 a 26.**  
**Quintas, 15h30.**  
**Exceto dia 19.**  
**Dia 16.**  
**Segunda, 15h30.**  
 Sesc Bertioga,  
 Praia  
 Grátis.  
 A partir de 7 anos.

Vivência

**MOBILIDADE ARTICULAR**

Nessa prática te convidamos a experimentar e vivenciar movimentos livres e fluidos que auxiliarão na melhoria da sua saúde articular e qualidade de vida.

**De 6 a 27.**  
**Sextas, 9h30.**  
**Dia 17.**  
**Terça, 8h**  
 Sesc Bertioga,  
 Estação Vivência.  
 Grátis.  
 A partir de 12 anos.

Vivência

**VÔLEI DE PRAIA**

A atividade promove a organização de equipes mistas e equilibradas em minitorneios recreativos, com o objetivo de proporcionar a diversão e a integração entre os participantes.

**De 6 a 27.**  
**Sextas, 9h30.**  
**Dia 16.**  
**Segunda, 9h30**  
 Sesc Bertioga,  
 Praia.  
 Grátis.  
 A partir de 7 anos.

Vivência

**MOVIMENTO CONSCIENTE**

Uma prática que visa a promover a consciência e a expressão corporal por meio do movimento, utilizando técnicas de respiração e diferentes abordagens corporais.

**De 7 a 28.**  
**Sábados, 8h.**  
 Sesc Bertioga,  
 Estação Vivência.  
 Grátis.  
 A partir de 12 anos.

Vivência

**GINÁSTICA RECREATIVA**

Atividade com conteúdos da ginástica geral, ginástica multifuncional, dança e brincadeiras recreativas, com o objetivo de proporcionar a diversão e a integração entre os participantes.

**Dia 16.**  
**Segunda, 17h.**  
 Sesc Bertioga,  
 Palco da Praia.  
 Grátis.  
 A partir de 12 anos.

## PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORais

Práticas que integram corpo e mente e trabalham a expressão corporal. Estimulam a percepção corporal e promovem o autocuidado e o movimento consciente. Cursos regulares, inscrições prévias de acordo com a disponibilidade de vagas.

### GINÁSTICA PARA TODOS (GPT)

Prática corporal em grupo que envolve diferentes tipos de ginástica (artística, rítmica, acrobática, aeróbica e de trampolim) e manifestações culturais como circo, danças, jogos e esportes. A partir da troca de experiências, processos criativos e composições coreográficas, busca criar relações positivas com a atividade física e favorecer o bem-estar.

Grátis.

Informações sobre inscrições no box abaixo\*.

### YOGA

Curso baseado na tradição do hatha yoga, com posturas corporais, exercícios respiratórios, de concentração, meditação e outras técnicas. A partir da percepção de si e do outro, possibilita a promoção da saúde e escolhas mais conscientes para a vida.

● R\$20

■ R\$30

▲ R\$40

Informações sobre inscrições no box abaixo\*.

### GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

O Programa de Ginástica Multifuncional, também conhecido como GMF, é o programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos.

● R\$25

■ R\$41

▲ R\$54

Informações sobre inscrições no box abaixo\*.

Tem como objetivo promover uma prática adequada à expectativa e ao estilo de vida de cada pessoa, propondo exercícios que estimulam o desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras em um ambiente acolhedor.

\*As vagas disponíveis são liberadas para pessoas com Credencial Plena na 1<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> quinta de cada mês, às 18h, pelo aplicativo Credencial Sesc SP ou [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br).

Caso estas vagas não sejam preenchidas, são disponibilizadas para o público em geral na 2<sup>a</sup> e na 4<sup>a</sup> quinta de cada mês, às 18h.

Gratuidade para pessoas matriculadas com até 16 anos. Será praticado o desconto de 50% para pessoas idosas (com idade igual ou superior a 60 anos), levando-se em conta sua categoria (Credencial Plena / Credencial MIS / Credencial Atividade).

**PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS**

<b>MODALIDADE</b>	<b>FAIXA ETÁRIA</b>	<b>DIAS</b>	<b>HORÁRIOS</b>
Ginástica Para Todos	A partir de 60 anos	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	9h às 10h
Yoga	A partir de 12 anos	4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	7h às 8h

**GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL\***

<b>MODALIDADE</b>	<b>FAIXA ETÁRIA</b>	<b>DIAS</b>	<b>HORÁRIOS</b>
GMF	A partir de 12 anos (turma única)	3 <sup>a</sup> a 6 <sup>a</sup>	7h às 9h30 e 16h às 21h
		Sábado	8h às 10h30 e 16h às 19h
		Domingo	8h às 10h30

**RECREAÇÃO ESPORTIVA**

<b>MODALIDADE</b>	<b>FAIXA ETÁRIA</b>	<b>DIAS</b>	<b>HORÁRIOS</b>
Tênis	16 anos	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	18h às 21h
		4 <sup>a</sup> , 6 <sup>a</sup>	7h às 9h30
		Sábado	8h às 10h30
Futebol Soçaite	16 a 49 anos	4 <sup>a</sup>	18h30 às 20h
	Acima de 50 anos	4 <sup>a</sup>	18h30 às 20h
Vôlei	16 anos	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	20h30 às 22h

## PROGRAMA SESC DE ESPORTES

MODALIDADE	FAIXA ETÁRIA, MODALIDADE	DIAS	HORÁRIOS
Esporte Criança	6 a 10 anos	4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	9h às 12h
		4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	15h30 às 18h30
Esporte Jovem	10 a 13 anos Multimodalidades	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	9h às 11h30
		3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	15h30 às 18h
Surfe	13 a 16 anos	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	15h30 às 17h
	13 a 16 Basquete	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	19h às 20h30
Esporte Adulto	16 anos Clube da Corrida	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	7h às 8h30
			19h30 às 21h
Clube do Boxe	16 anos	4 <sup>a</sup> e 6 <sup>a</sup>	19h30 às 21h
Basquete	16 anos	3 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup>	19h às 20h30
Futsal Feminino	16 anos	4 <sup>a</sup>	19h30 às 21h



**Vivência** Festival de Pega-Pega

Divulgação

## Crianças

Vivência

### FESTIVAL DE PEGA-PEGA

Brincadeira que desenvolve a corrida, o reflexo e a agilidade dos participantes apresentando vários tipos de pega-pega.

**Dias 4 e 25.**

**Quartas, 11h.**

**Dia 16.**

**Segunda, 11h.**

Sesc Bertioga,

Praia.

Grátis.

De 7 a 12 anos.

Vivência

### FESTIVAL DE AMARELINHA

De forma lúdica e prazerosa podemos desenvolver capacidades motoras, como força e coordenação. O Festival de Amarelinha mostra aos participantes diferentes formas de fazer a brincadeira ao redor do mundo.

**De 8 a 22.**

**Domingos, 11h.**

**Dia 17.**

**Terça, 11h.**

**Dia 1/3.**

**Domingo, 11h.**

Sesc Bertioga,

Praia.

Grátis.

De 3 a 6 anos.

Vivência

### **BARANGANDÃ: ATELIÊ DE BRINQUEDOS VOADORES**

As crianças são convidadas a confeccionar brinquedos voadores conhecidos como barangandãs, explorando cores, formas e movimentos. A atividade estimula a criatividade e o prazer das brincadeiras ao ar livre, valorizando o contato com a natureza.

Vivência

### **BOLHA DE SABÃO!**

Quem resiste ao encanto das bolhas de sabão? Imagine então criar bolhas enormes que flutuam e dançam pelo ar! Com uma técnica simples e divertida, crianças e famílias se reúnem para soprar, correr e brincar, enchendo o espaço de cores, leveza e alegria compartilhada.

Dias 7, 21 e 28

Sábados, 10h.

**Dia 16.**

**Segunda, 10h.**

Sesc Bertioga,  
Estação Vivência.  
Grátis.

De 3 a 12 anos.

**Dia 17.**

**Terça, 9h30.**

Sesc Bertioga,  
Praia.  
Grátis.

Até 12 anos.



**Vivência** Barangandã: Ateliê de Brinquedos Voadores

# Pessoas Idosas

Palestra

## **10 PASSOS PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

**Com Gabriela Brucoli - Nutricionista**

Esta atividade tem como objetivo aproximar o público dos 10 passos do Guia Alimentar para a População Brasileira, traduzindo-os em ações práticas para o dia a dia. A proposta une reflexão teórica (apresentação dos conceitos-chave) e vivência prática (dinâmica interativa), de forma lúdica e participativa.

**Dia 5.**

**Quartas, 16h.**

Sesc Bertioga,  
Sala Múltiplo

Uso 1.

Vagas limitadas.  
Grátis.

A partir de 60 anos.

Curso

## **DESENHO DE MODA**

**Com Sandra Feltran**

Os interessados serão motivados a fazer ilustrações e desenhos de moda, desenvolvendo noção espacial para criar croquis que representem volume, caimento, composição de cores, tecidos e aviamentos.

**Dias 19, 26.,**

**5/3, 12/3 e 26/3.**

**Quintas, 15h30.**

Sesc Bertioga,  
Sala Múltiplo

Uso 1.

Vagas limitadas.  
Grátis.

A partir de 60 anos.



**Curso Desenho de Moda**

Vivência

**CHÁ DA TARDE: UMA EXPERIÊNCIA HISTÓRICA, SENSORIAL E TECNOLÓGICA**

Vivência com recurso tecnológico (podcast e fone de ouvido), remetendo à degustação consciente do ato de tomar chá - dentro dos preceitos do Comer Consciente - e fortalecendo a interface entre antiguidade e modernidade, valendo-se de recurso que potencializa os sentidos e prazer da refeição.

**Dia 25.**

**Quarta, 15h30.**

Sesc Bertioga,

Sala Convenções.

Vagas limitadas.

Grátis.

A partir de 60 anos.

Bate-papo

**CLUBE DE LEITURA**

Discussão sobre obra literária previamente escolhida pelo mediador. Os livros serão disponibilizados aos interessados no dia 29/01, às 15h, na Central de Atendimento.

**Dia 27.**

**Sexta, 15h30.**

Sesc Bertioga,

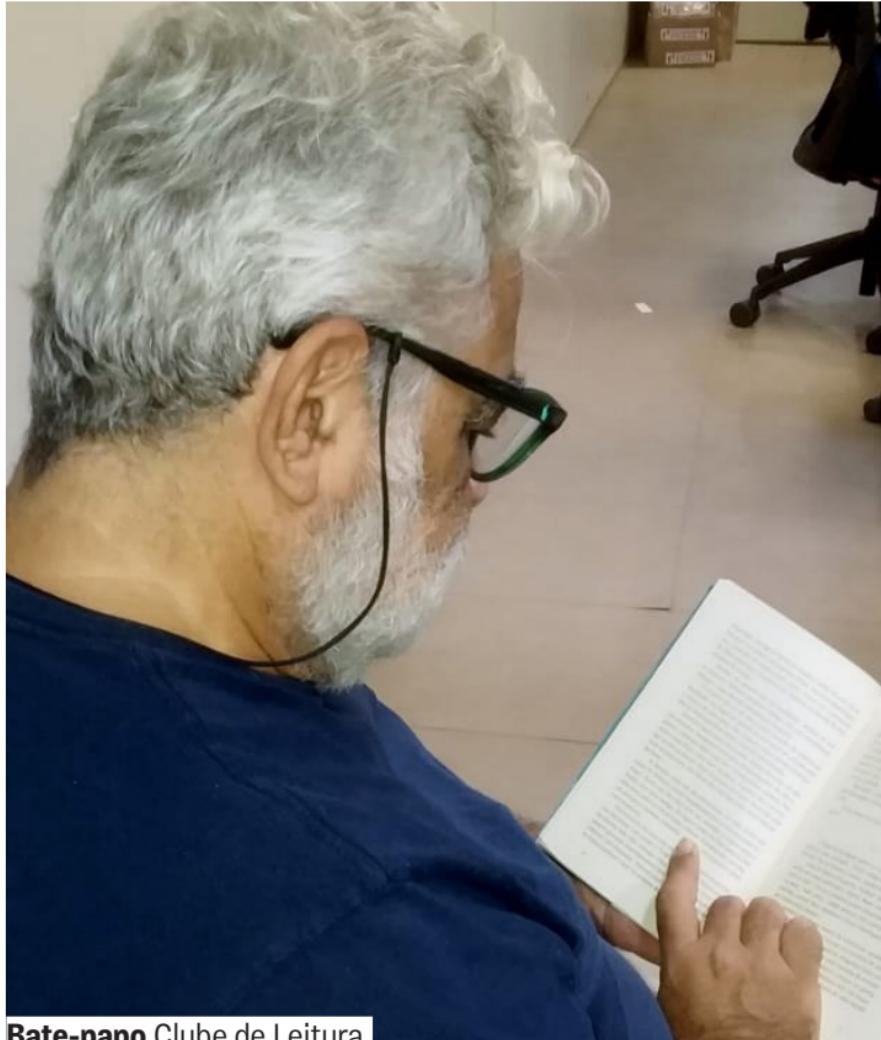
Sala Múltiplo

Uso 1.

Vagas limitadas.

Grátis.

A partir de 60 anos.



**Bate-papo Clube de Leitura**

# Turismo Social

---

## SESC BERTIOGA

---

### HOSPEDAGEM

O Sesc Bertioga possui 12 conjuntos de apartamentos, alguns adaptados para pessoas com deficiência, e 50 casas. As inscrições devem ser feitas com antecedência pelo site [centrodeferias.sescsp.org.br](http://centrodeferias.sescsp.org.br), ou pessoalmente, nas unidades do Sesc São Paulo.

- R\$ 119,00;
- ▲ R\$ 473,00.

Valores vigentes a partir de 06/01/2026:

- R\$ 123,00;
- ▲ R\$ 489,00.

\*O valor da diária é por pessoa e inclui café da manhã, almoço e jantar, conforme o horário de entrada e saída previsto em cada período.

---

### PASSE O DIA

A compra de ingressos para o Passe o Dia está disponível exclusivamente online, através do aplicativo Credencial Sesc SP ou pelo site [centralderelacionamento.sescsp.org.br](http://centralderelacionamento.sescsp.org.br). As vendas seguirão o calendário habitual, ocorrendo na segunda quinta-feira do mês anterior à visita desejada. Cada pessoa poderá adquirir um máximo de cinco ingressos por mês.

Detalhes sobre a política de cancelamento e reembolso de ingressos podem ser encontrados no Termos de Uso no [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br).

- Com almoço no restaurante: R\$ 45,00.
- ▲ Com almoço no restaurante: R\$ 180,00.

O valor do estacionamento não está incluso no ingresso do Passe o Dia. Consulte os valores na Central de Atendimento.

Mais informações pelo site [centrodeferias.sescsp.org.br](http://centrodeferias.sescsp.org.br)

TERÇA

QUARTA

QUINTA

FotoNativa

**3**

Silvio Dutra

**10**

Mar Franz

**17****Crianças**

Bolha de Sabão

Gringo

**24****4****Reserva Natural**

Manhã de Hobbies

**Esporte e  
Atividade Física**

Alongamento

**5****Esporte e****Atividade Física**

Yoga

Beach Tennis

**11****12****Esporte e****Atividade Física**

Hora do Jogo

**18****Área**

Atividade

**19****Reserva Natural**

Banho de Floresta

**Área**

Atividade

**25****Esporte e****Atividade Física**

Alongamento

**26****Esporte e****Atividade Física**

Ritmos

**SEXTA****SÁBADO****DOMINGO****6****Esporte e Atividade Física**

Mobilidade Articular

**7****Cursos, Oficinas e Encontros**

Pizzas de Fermentação Natural

**1****Reserva Natural**

Aventuras Na Reserva Natural



João Maia

**13****Esporte e Atividade Física**

Vôlei de Praia

**14****Cursos, Oficinas e Encontros**

Brincos Carnavalescos

**15****Esporte e Atividade Física**

Futevôlei



Divulgação

**20****Reserva Natural**

Jogo "Mar Sem Plástico" Tabuleiro Gigante

**21****Crianças**

Barangandã: Ateliê de Brinquedos Voadores

**22****Reserva Natural**

Mosaico em Tecido



Mar Franz

**27****Reserva Natural**

Caminhada: Procurando Seres da Praia

**28****Cursos, Oficinas e Encontros**

Surfe Adaptado

**1/3****Show e Espetáculos**

Beatles Cordel



Gabriel Fractal

**Crianças**

Festival de Amarelinha

## 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](http://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 [sesctv.org.br/agoranatv](http://sesctv.org.br/agoranatv)

## Edições Sesc

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

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

## Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 42 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](http://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 80 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de 43 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

### Sesc Bertioga

Terça a sábado, 8h às 19h.  
Domingo, 8h às 18h.

### Central de atendimento

#### Tel.: 13 3319-7700

Terça a sábado, 8h às 19h.  
Domingo, 8h às 18h.  
Informações, credenciamento, inscrições em atividades e bilheteria. Atendimento mediante agendamento. Liberação da agenda semanal, toda sexta a partir das 8h. Agende-se pelo site: [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br) ou pelo App Credencial Sesc SP.

### Odontologia

#### Tel.: 13 3319-7747

Terça a sexta, 7h20 as 21h.  
Sábado, 9h às 16h.  
Visa promover o bem-estar social, a melhoria da qualidade de vida e o desenvolvimento cultural dos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, e seus dependentes. Atendimento com inscrição prévia. Vagas limitadas. Exclusivo para trabalhadores no comércio de bens, turismo e serviços.

### Sesc Empresa

#### Tel.: 13 3319-7819

É o programa do Sesc que facilita o acesso ao credenciamento dos funcionários das empresas parceiras dos ramos do comércio de bens, serviços e turismo. Nessa parceria, além de oferecermos esclarecimentos sobre o Sesc, credenciamos os trabalhadores e os aproximamos de nossa vasta programação e serviços. Agende uma visita da nossa equipe a sua empresa.

### Brigada de incêndio

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

---

## #Domingou

Programação aberta e gratuita para todos os públicos. Em março, disponíveis nos dias 1 e 29, das 14h30 às 18h. Acesso mediante apresentação da credencial (Plena/MIS/Atividade) ou documento com foto. Para acessar o parque aquático e brinquedo aquático, obrigatório a apresentação da credencial plena na entrada da piscina.

### Bicicletário

Obrigatório o uso de cadeados na bicicleta. Permanência da bicicleta somente durante o horário de funcionamento da unidade.

---

## Reserva Natural Sesc Bertioga

#### Tel.: 13 3319-7877

Terça a domingo, 8h30 às 17h30  
Exceto dias 25 e 1/1  
Av. Francisco Souto Barreiro Filho, 1117, Maitinga (Antiga Av. do Canal)  
E-mail: [atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br](mailto:atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br)

---

## Orientações para inscrições das atividade

- As vagas disponíveis são liberadas para pessoas com Credencial Plena na 1<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> quinta de cada mês, às 18h, pelo aplicativo Credencial Sesc SP ou [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br).
- Caso estas vagas não sejam preenchidas, são disponibilizadas para o público em geral na 2<sup>a</sup> e na 4<sup>a</sup> quarta de cada mês, às 18h.
- Gratuidade para pessoas matriculadas com até 16 anos. Será praticado o desconto de 50% para pessoas idosas (com idade igual ou superior a 60 anos), levando-se em conta sua categoria (Credencial Plena / Credencial MIS / Credencial Atividade).

---

## Estacionamento

A permanência do veículo é permitida somente durante o horário de funcionamento da unidade. Consulte os valores atualizados na Central de Atendimento.

DISTRIBUIÇÃO GRÁTUITA VENDA PROIBIDA

**SESC BERTIOGA**

Rua Pastor Djalma da Silva Coimbra, 20  
Tel.: 13 3319-7700

  [@/sescbertioga  
\[sescsp.org.br/bertioga\]\(http://sescsp.org.br/bertioga\)](https://www.facebook.com/sescbertioga)

FAÇA SUA  
CREDENCIAL  
SESC

