Maio 2026

Sesc Bertioga

Guia de Programação

Sesc 80 ANOS

Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

L AL	Livre	12 A12	12 anos
6 A6	6 anos	14 A14	14 anos
10 A10	10 anos	16 A16	16 anos
		18 A18	18 anos

Legendas de Acessibilidade

- abafadores
- acessível*
- AD audiodescrição
- braille
- cão-guia*
- dublagem
- formato alternativo
- CC legenda *closed caption*
- OC legenda *open caption*
- LSE legendas
- LIBRAS
- recursos táteis

* 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. Programação sujeita a alterações.

Funcionamento

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

Estacionamento

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

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.**

Crédito da foto da capa: Silvio Dutra

6 Reserva Natural Sesc Bertioga
17 Shows e Espetáculos
18 Cursos, Oficinas e Encontros
23 Circuito Sesc de Corridas
27 Dia do Desafio
30 Esporte e Atividade Física
37 Crianças
38 Pessoas Idosas
39 Turismo Social
40 Agenda de Destaques

Editorial

Este ano, iniciamos um novo projeto chamado Mar de Acessos, proporcionando atividades físicas e recreativas acessíveis a pessoas com e sem deficiência. Além das atividades específicas, como o surfe adaptado, realizamos 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. Todas as edições realizadas até agora foram um sucesso!

A partir deste mês de maio, a maré cheia chega ampliando o projeto, trazendo novas atividades, como a aula Ritmos: Corpo e Escuta, com o professor Thiago Lins, que tem a proposta de explorar gestos, sons e ritmos dentro das possibilidades individuais, refletindo sobre a importância da diversidade e da inclusão. Especialmente neste mês, na Reserva Natural Sesc Bertioga e na praia em frente ao Sesc, teremos as aulas de Yoga Ideal, ministradas pelo professor Leandro Pereira da Costa, que contam com acessibilidade em Libras (Língua Brasileira de Sinais).

Maio também é o mês do Dia do Desafio, campanha que tem como proposta mobilizar indivíduos, organizações e comunidades com o objetivo de ampliar o número de pessoas praticantes de atividades físicas e esportivas. Na programação, há atividades como treino aberto de corrida, beach tennis, surfe para mulheres e muito mais. Um destaque é a vivência com Daniel Amorinha, paraskatista, palestrante e autor do livro “Cair, Aprender e Evoluir: Superando os Obstáculos da Vida”.

Nas atividades do #domingou, o público encontrará diferentes linguagens artísticas, como o show com Bando do Gás, feira agroecológica, ações para a primeira infância e opções recreativas para todos os públicos. Neste caderno de programação, você pode conferir essas e outras atividades.

Dia do Desafio Surfe para Mulheres

Silvio Dutra

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.
A partir de 3/7 o horário de funcionamento da Reserva Natural será das 9h às 17h.

Reserva Natural Sesc Bertioga

Elaine Garcia

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**

Outras informações pelo e-mail:
atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br

Vivência
YOGA IDEAL
Com Leandro Pereira da Costa
Muitas vezes, o yoga é apresentado apenas para um recorte da sociedade. Mas, para quem vive em um corpo que a sociedade insiste em tentar "excluir", o yoga precisa ser muito mais do que isso. IDEAL YOGA pertence a este território: reconhecer que a inclusão vai muito além da deficiência. É sobre enxergar que cada pessoa carrega uma realidade única.

De 2 a 23.
Sábados, 9h.
Reserva Natural
Espaço Teiú.
Vagas limitadas, inscrições 30 min. antes
Grátis.
A partir de 12 anos

Feira
FEIRA AGROECOLÓGICA
Com Diversas Iniciativas Socioambientais
Venha conhecer pequenos negócios da agricultura familiar e artesanato local e incentivar a economia regional. A partir da mostra de diferentes produtos e da apresentação de diferentes iniciativas de várias regiões próximas de Bertioga, aproveite também para trocar mudas e sementes.

Dia 3.
Domingo, 14h30.
Sesc Bertioga,
Espaço Cênico
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
TROCA DE MUDAS E SEMENTES
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
Essa vivência é para todos os amantes de plantas. A ideia é compartilhar mudas ou sementes que brotaram com facilidade em um canteiro ou vaso de sua casa. Durante a roda de trocas, é abordado um pouco da história botânica de algumas plantas, modos de cultivo e também reflexões sobre a importância de áreas verdes na cidade

Dia 3.
Domingo, 14h30.
Sesc Bertioga,
Espaço Cênico
Grátis.
A partir de 12 anos.

Oficina
CLUBE DA AQUARELA
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
Este clube é um espaço para quem deseja se conectar com a arte e com a natureza, explorando paisagens, plantas, fungos, animais e elementos orgânicos através da aquarela.

Dias 9 e 23.
Sábados, 15h.
Reserva Natural,
Espaço Teiú.
Vagas limitadas, inscrições 30 min. antes
Grátis.
A partir de 10 anos.

Bate-papo
POR DENTRO DOS BICHOS
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
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.

Dia 10.
Domingo, 10h.
Dia 23.
Sábado, 9h30.
Reserva Natural,
Espaço Guanandi.
Grátis.
Todas as Idades.

Vivência
ESTAÇÃO: NOSSAS ABELHAS
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
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.

Dia 10.
Domingo, 14h.
Reserva Natural,
Espaço Guanandi
Grátis.
Todas as idades.

Vivência Estação: Nossas Abelhas

Silvio Dutra

Oficina Oficina de Biojoias: Vem se Vestir de Mata

Acervo Mamaecos

Oficina
BRINCANDO DE PETECA
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
"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 10.
Domingo, 15h.
Reserva Natural,
Espaço Teiú.
Grátis.
A partir de 6 anos.

Oficina
OFICINA DE BIOJOIAS: VEM SE VESTIR DE MATA
Com Mamaecos
A proposta é ampliar o olhar do público para a diversidade e a beleza das sementes, mostrando que é possível se adornar com a natureza de forma ecológica e sustentável. Durante o encontro, os participantes irão confeccionar seu próprio colar e pulseira, utilizando sementes e cascas variadas.

Dia 16.
Sábado, 15h.
Reserva Natural,
Espaço Teiú.
Vagas limitadas,
inscrições
30 min. antes
Grátis.
A partir de 12 anos.

Oficina
BIOJOIAS: AMULETOS DA TERRA
Com Mamaecos
Nesta oficina sensorial e criativa, os participantes confeccionam biojoias a partir da Canoinha e do Fruto Moeda ; elementos naturais cujas formas e cores evocam prosperidade e abundância. Tradicionalmente utilizados como amuletos de sorte, esses materiais carregam simbolismos profundos que conectam natureza, intenção e bem-estar.

Dia 17.
Domingo, 15h.
Reserva Natural,
Espaço Teiú.
Vagas limitadas,
inscrições
30 min. antes
Grátis.
A partir de 12 anos.

Vivência
JOGO "MAR SEM PLÁSTICO"
- TABULEIRO GIGANTE
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
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.

Dia 19.
Terça, 10h.
Reserva Natural,
Espaço Teiú.
Grátis.
A partir de 6 anos.

Vivência
CRIANDO BOTTONS DA MATA ATLÂNTICA - CONHECENDO SAPOS, RÃS E PERERECAS
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
Tendo como temas os sapos, pererecas e rãs existentes no Bioma da Mata Atlântica, produziremos bottons personalizados com os quais aprenderemos curiosidades destes animais assim como descreveremos suas características e suas relações com o ambiente.

Dia 19.
Terça, 15h.
Reserva Natural,
Espaço Teiú.
Grátis.
A partir de 8 anos.

Vivência
AVENTURAS NA RESERVA NATURAL
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
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.

Dia 24.
Domingo, 10h.
Reserva Natural,
Trilha do Sentir.
Grátis.
Todas as idades

Vivência Trilha do Sentir

Gringo

Vivência
TRILHA DO SENTIR
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
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 percorrem um deck de madeira entremeando as árvores, de forma segura e sem barreiras, para conhecer uma mata de restinga em diferentes alturas e perspectivas

Dias 24 e 31.
Domingos, 14h.
Reserva Natural,
Trilha do Sentir
Grátis.
Todas as idades.

FESTIVAL FLORESTAR: DO QUINTAL À FLORESTA

O Sesc São Paulo apresenta, entre os dias 02 e 07 de junho de 2026, o Festival Florestar: do quintal à floresta, uma iniciativa em rede presente nas unidades da capital, litoral e interior e que propõe reflexões e ações sobre a importância das áreas naturais como patrimônio, espaço de experimentação, aprendizagem, convivência, promoção de saúde e bem-estar, sob o enfoque da biodiversidade, mitigação e adaptação climática, unindo saberes científicos e populares.

Dia 7/6.
Domingo, 7h30.
Porto de Itatinga
Rua Manoel Gajo, 3400 - Jardim Albatroz II
Duração 4h30
Grátis.
A partir de 8 anos.

Vivência
FESTIVAL FLORESTAR: DO QUINTAL À FLORESTA
Itatinga: Patrimônio Histórico
A Vila de Itatinga é um patrimônio histórico importante, que há décadas assume a função de abastecer energeticamente o maior porto da América Latina. Sua localização, estratégica para a produção de energia elétrica, encontra-se no coração de uma das maiores áreas de conservação de Mata Atlântica do Brasil: o Parque Estadual Serra do Mar. Por anos, a vila da usina foi habitada por trabalhadores e suas famílias, em um pequeno povoado em meio à floresta. Nessa visita, venha conhecer esse local que preserva características históricas de um projeto de comunidade imerso na natureza, e dialogar sobre os benefícios da presença dessa grande floresta no município de Bertioga.
Vagas limitadas. Pré-inscrições de 29/5 a 1/6, pelo e-mail: reservanatural.bertioga@sescsp.org.br
Confirmação de inscrição até 4/6.

Show Peixelétrico

Renan Kaldiris

Festival da Mata Atlântica

Show
PEIXELÉTRICO
O grupo celebra os 25 anos de carreira com o show “PEIXELÉTRICO 25 ANOS” apresentando um repertório que mescla músicas autorais dos seus quatro álbuns, além de inéditas e clássicos do Forró Universitário e Forró Pé-de-serra. Com uma sonoridade dançante, que parte do forró tradicional com citação de elementos de MPB, Frevo, Samba, Reggae e Blues.

Dia 29.
Sexta, 20h30.
Tenda de Eventos
Grátis.
AL

Vivência
YOGA E MANTRAS
Com Casa de Rezo Prema
Prática com exercícios de respiração, posturas (ásanas) e movimentos que promovem a força, a flexibilidade e colaboram para o autoconhecimento, a concentração e a prática da meditação. As vivências da prática do Yoga atrelada ao Mantras, traz a conexão com a natureza, entre corpo e mente.

Dia 30.
Sábado, 8h.
Tenda de Eventos
Vagas Limitadas, inscrições com 30min antes.
Grátis.
A partir de 12 anos.

Visita mediada
REMADA COM TRILHA PARA ERMIDA
Agente de Educação Ambiental e Teiú Ecoturismo
Visita mediada ao Canal de Bertioga e trilha para Ermida do Santo Antônio do Guaimbê, com diálogos sobre trilhas aquáticas e sobre o uso de trilhas para o desenvolvimento de turismo histórico e ambiental.

Dia 30.
Sábado, 8h30.
Ponto de encontro: Tenda de Eventos da Prefeitura
Vagas Limitadas, inscrições com 30min antes.
Grátis.
A partir de 14 anos.

Vivência
TRILHA DO SENTIR - FESTIVAL DA MATA ATLÂNTICA
Com Educador(a) Ambiental do Sesc
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 percorrem um deck de madeira entremeando as árvores, de forma segura e sem barreiras, para conhecer uma mata de restinga em diferentes alturas e perspectivas.

Dia 30.
Sábado, 9h15.
Ponto de encontro: Praia em frente ao Forte São João.
Vagas Limitadas, inscrições com 30min antes.
Duração 2h.
Grátis.
A partir de 12 anos.

Oficina
OFICINA DE BIOJOIAS: VEM SE VESTIR DE MATA
Com Mamaecos
A proposta é ampliar o olhar do público para a diversidade e a beleza das sementes, mostrando que é possível se adornar com a natureza de forma ecológica e sustentável. Durante o encontro, os participantes irão confeccionar seu próprio colar e pulseira, utilizando sementes e cascas variadas.

Dia 30.
Sábado, 15h.
Tenda de Eventos
Vagas Limitadas, inscrições com 30min antes.
Grátis.
A partir de 12 anos.

Espetáculo
CAMINHOS
Com Palhaço Sequinho (PE)
No espetáculo, que reflete sobre as profissões e o fazer artístico, o palhaço Sequinho prepara uma receita de sua avó, enquanto conta sua trajetória de vida, transformando os instrumentos de uma cozinha convencional em instrumentos de números de mágicas, malabares e poesia. Direção: Odília Nunes.

Dia 30.
Sábado, 16h.
Tenda de Eventos
Grátis.
AL

Show
RASTA LA VISTA
A banda Rasta La Vista surgiu em 2019 da união de músicos do cenário jauense. Formada por Fernando Nahh na voz e violão, Rafael Stecca na guitarra, Paulo Fernando Zanetti no contrabaixo, Edinho Percussa na bateria, Marco Munhoz no sax e flauta, Diuguenes Mello no trombone, a banda tem no seu repertório, além de seus sons autorais, clássicos do reggae nacional de Gilberto Gil, Cidade Negra, Skank, Natiruts, Maskavo e Maneva, entre outros.

Dia 30.
Sábado, 20h30.
Tenda de Eventos
Grátis.
AL

Vivência
CLUBE DE OBSERVAÇÃO DE AVES
Com Educador(a) Ambiental do Sesc e convidados
Nesta atividade os participantes vivenciam como observar as aves em áreas verdes naturais protegidas. Essa vivência possibilita 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 22 a 26/5, pelo link: https://bit.ly/observacao-de-aves

Dia 31.
Domingo, 5h30.
Ponto de encontro: Parque dos Tupiniquins
Grátis.
A partir de 12 anos.

Vivência
YOGA
Com educadores físico-esportivo
Prática que integra corpo, mente e respiração, favorecendo o bem-estar, o equilíbrio e a qualidade de vida. Atividade aberta a todas as pessoas e níveis de experiência.

Dia 31.
Domingo, 8h.
Parque Tupiniquins
Vagas Limitadas, inscrições com 30min antes.
Grátis.
A partir de 12 anos.

Vivência Stand Up

Fabiane Santos

Vivência
STAND UP
Com Buriquioca Educação Ambiental
O Stand Up Paddle é uma atividade que une movimento, equilíbrio e diversão em contato direto com a natureza. A prática no mar promove bem-estar e uma experiência única de lazer ao ar livre, fortalecendo a conexão entre corpo e mente.

Dia 31.
Domingo, 10h.
Praia, em frente ao Forte São João
Vagas Limitadas, inscrições com 30min antes.
Grátis.
A partir de 12 anos.

Show
FANFARRA FILHOS DE GIL
A Fanfarra Filhos de Gil é uma versão compacta e pulsante do bloco de carnaval de rua de São Paulo, dedicada a celebrar a obra de Gilberto Gil. Fundado em 2017, o grupo mistura ritmos como samba, ijexá e baião, tocando clássicos como "Toda Menina Baiana" e "Palco" com metais e percussão, oferecendo uma imersão cultural.

Dia 31.
Domingo, 15h.
Tenda de Eventos
Grátis.
AL

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Show
BANDA DO GAS
Formada por músicos voluntários do GAS, instituto de São Paulo que assiste pessoas em situação de rua e seus animais, além de famílias em comunidades em situação de fragilidade social, a banda apresenta versões para clássicos da música brasileira e estrangeira.

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

Show Banda do Gas

Emilly Oliva

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, 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
Com Onda BGF e Vinícius Camargo
O surfe adaptado é uma modalidade esportiva que possibilita a prática do surfe por pessoas com diferentes tipos de deficiência. A definição de surfe 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 8.
Sexta, 9h às 12h.
Dia 9.
Sábado, 9h às 12h.
Sesc Bertioga, Praia.
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
PARABADMINTON
Com Onda BGF e Vinícius Camargo
Badminton é um esporte dinâmico praticado entre dois ou quatro jogadores. Ainda que seja semelhante ao tênis, que usa raquetes, está dividido por uma rede com suas peculiaridades. Ao invés de uma bola, é jogado com uma espécie de peteca, chamada de volante ou birdie. Se transformou em um esporte paralímpico, sendo praticado por atletas com deficiência física, intelectual e surdos. A modalidade é disputada em uma quadra retangular e suas dimensões podem variar de acordo com as classes, utilizando-se as marcações de uma quadra oficial de badminton.

Dia 8.
Sexta, 9h às 12h.
Dia 9.
Sábado, 9h às 12h.
Sesc Bertioga, Praia.
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
BOCHA PARALÍMPICA
Com Onda BGF e Vinícius Camargo
A bocha paralímpica é um esporte de precisão para atletas com paralisia cerebral ou deficiências motoras severas, jogado em cadeiras de rodas, onde o objetivo é posicionar bolas coloridas o mais perto possível da bola-alvo (bolim), usando as mãos, pés ou instrumentos auxiliares como rampas, sendo um esporte que exige tática, estratégia e oferece grande inclusão. O Brasil tem forte presença internacional, com atletas de destaque e a modalidade.

Dia 8.
Sexta, 9h às 12h.
Dia 9.
Sábado, 9h às 12h.
Sesc Bertioga, Praia.
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
RITMOS: CORPO E ESCUTA
A aula integra consciência corporal, escuta sensível e experiências rítmicas, promovendo o movimento e expressão. Explorando gestos, sons e ritmos dentro das suas possibilidades, refletindo sobre a importância da diversidade e inclusão.

Dia 8.
Sexta, 11h.
Dia 9.
Sábado, 11h
Sesc Bertioga, Praia.
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
SKATE COM AMORINHA
Paraskatista
Daniel Amorinha, paraskatista, tem 23 anos e é de São Paulo - Capital. Além da performance no skate, Amorinha é palestrante e autor do livro Cair, Aprender e Evoluir: Superando os obstáculos da vida. Tem uma trajetória de vida de pura superação e inspiração. Recebeu o troféu de inspiração do ano pelo STU Awards 2023 e no mesmo ano recebeu o título internacional de "Contra todas probabilidades" pelo Trick Of The Year SLS. Venha conhecer e vivenciar com esta fera do skate.

Dia 27.
Quarta, 15h30.
Vila do Bem, Jardim São Raphael
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
DIA DE ESPORTES ADAPTADOS NA PRAIA SURFE E BOCHA
A bocha é um esporte paraolímpico, e no ano de 2028, o surfe também se tornará. No mês do Dia do Desafio, você poderá participar destas modalidades na praia de Bertioga., Venha experimentar junto com profissionais que atuam com estas modalidades !

Dias 30 e 31. Sábado e domingo, 9h.
Sesc Bertioga. Praia.
Vagas Limitadas, inscrições com 30min antes.
Grátis.
Todas as idades.

DIREITOS HUMANOS

Palestra
ALDEIA EM CONSTRUÇÃO: DIÁLOGOS DE CUIDADO
Em continuidade às ações do Projeto Aldeia em Construção, os diálogos com educadores, famílias e pessoas envolvidas no cuidado com a infância têm como foco o aprofundamento das discussões sobre os marcos legais e o fortalecimento de estratégias para a identificação, o acolhimento e o encaminhamento de crianças e adolescentes vítimas ou testemunhas de violência.

Dia 14. Quinta, 14h.
Sesc Bertioga. Sala de Convenções
Grátis.
A partir de 16 anos.

LITERATURA

Oficina
PALAVRA ATIVA: ENTRE O SLAM E A ESCRITA CRIATIVA
Com Bell Puã
A oficina trabalha a arte da palavra a partir da poesia falada de SLAM. O principal objetivo é transmitir o debate em torno da importância da oralidade, um saber ancestral herdado de povos africanos e originários, a partir de referências não-brancas. Os alunos são preparados para construir textos autorais e, também, recitá-los numa batalha de poesia falada simulada pela mentora, com base nas referências de slammers Brasil afora.

Dia 7. Quinta, 19h.
Sesc Bertioga. Sala Múltiplo Uso 1
Retirada de ingressos 1h antes da atividade.
Grátis.
A partir de 16 anos.

Vivência Ateliê Sensorial para Bebês

FotoNativa

ESPAÇO BRINCAR

Vivência
ATELIÊ SENSORIAL PARA BEBÊS
Disponibilização de diversos materiais que possibilitem a exploração e experimentação, onde a criança possa vivenciar sensações, descobrindo cores e texturas, ampliando as possibilidades do brincar.

Dia 3. Domingo, 15h.
Sesc Bertioga, Espaço Sol e Lua
Grátis.
De 0 a 3 anos.

SEMANA MUNDIAL DO BRINCAR A POTÊNCIA DOS ENCONTROS

Vivência
ATELIÊ SENSORIAL PARA BEBÊS
Disponibilização de diversos materiais que possibilitem a exploração e experimentação, onde a criança possa vivenciar sensações, descobrindo cores e texturas, ampliando as possibilidades do brincar.

Dia 28. Quinta, 15h.
Associação Nossa Senhora de Fátima
Grátis.
De 0 a 3 anos.

Vivência
IMAGINE E CRIE
Esta atividade busca promover a livre expressão e a criação de brincadeiras junto a crianças e famílias atendidas por instituições da cidade, por meio da experimentação e da manipulação de elementos e materiais brincantes, estimulando a imaginação, a autonomia e as interações entre os participantes.

Dia 29. Sexta, 15h.
Associação Comunitária Chacara Balneário Mogiano.
Grátis.
De 3 a 6 anos.

ARTES VISUAIS

Oficina
PEIXARIA GRÁFICA
Com Victor Honda
Nesta oficina os participantes irão aprender sobre a impressão manual de xilogravura e convidados a realizar impressão de algumas matrizes já prontas de sua própria escolha, compreendendo também melhores formas de transferir a imagem em diferentes superfícies podendo levar uma amostra do trabalho realizado.

Dia 3.
Domingo, 15h.
Sesc Bertioga, Espaço Tecnologias e Artes.
Vagas Limitadas, inscrições com 30min antes.
Grátis.
A partir de 7 anos.

Oficina
NATUREZA EM BORDADO
Com Arte Roses
Na oficina serão ensinados pontos de bordado para a criação de uma bandeira com aves e plantas presentes na mata atlântica. Durante o encontro, a importância da biodiversidade e o valor do que é feito com as próprias mãos serão temas integrados a prática do bordado..

Dia 9.
Sábado, 14h.
Viveiro Seo Leo.
Dias 30 e 31.
Sábado e domingo, 10h.
Tenda de Eventos.
Vagas limitadas, inscrições 30 min. antes
Grátis.
A partir de 7 anos.

Oficina Natureza em Bordado

Divulgação

Circuito Sesc de Corridas

ETAPA BERTIOGA

Aula aberta
TREINO ABERTO
Com Educadores físico-esportivo
Como meio para a preparação para o Circuito Sesc de Corridas, etapa Bertioga, teremos um treino aberto, na faixa de areia, com educativos, dicas e a prática da corrida para corredores e pessoas que gostariam de aprender mais sobre a modalidade.

Dia 9.
Sábado, 7h30.
Sesc Bertioga.
Portaria ad Praia.
Grátis.
Todas as idades.

Bate-papo
CORRIDA PARA TODAS AS PESSOAS: ESPORTE COMO CAMINHO DE INCLUSÃO
Com Marilson dos Santos e Terezinha Guilhermina
O bate papo aborda sobre a corrida como um espaço para todas as pessoas, reunindo histórias de inclusão, superação e grandes conquistas. O encontro conta com a presença de Marilson dos Santos, um dos maiores nomes do atletismo brasileiro, bicampeão da Maratona de Nova York. E Terezinha Guilhermina, campeã paralímpica e uma das maiores velocistas da história do esporte paralímpico.

Dia 14.
Quinta, 19h30.
Sesc Bertioga.
Espaço Cênico.
Vagas limitadas, inscrições 30 min. antes
Grátis.
Todas as idades.

Circuito Sesc de Corridas Etapa Bertioga

Junior Castro

Vivência Ginástica para Corredores

Silvio Dutra

CONCENTRAÇÃO: PRAIA EM FRENTE AO SESC BERTIOGA

Dia 16.
Sábado, 10h às 18h.
Sesc Bertioga, Praia.

ENTREGA DE KITS
Dia 16 de maio de 2026 (sábado)
Horário: 10h às 12h e 14h às 18h.
Local: Estação Vivência, Praia em frente ao Sesc Bertioga.

Para a retirada, é necessária a apresentação de um documento com foto, além da doação de 1kg de alimento não-perecível, como parte do programa Sesc Mesa Brasil, iniciativa de combate à fome e ao desperdício.

Lixo: menos é mais
AÇÃO EDUCATIVA LIXO MENOS É MAIS - CIRCUITO SESC DE CORRIDAS
Com Educador(a) Ambiental do Sesc, Cooperativa Transformar e Educadores Ambientais do território
Ação educativa com o público do Circuito Sesc de Corridas para conscientização sobre o descarte correto dos resíduos gerados no evento, realizada por agente de educação ambiental do Sesc em parceria com a Cooperativa Transformar de Trabalho, Produção e Triagem de Resíduos Sólidos Recicláveis e educadores ambientais locais.

Dia 16.
Sábado, 9h.
Dia 17.
Domingo, 6h.
Sesc Bertioga.
Estação Vivência.
Grátis.
Todas as idades.

Aula aberta
RELAXAMENTO E AUTOMASSAGEM PARA CORREDORES
Nessa aula aberta, iremos trazer elementos do alongamento e relaxamento, para preparar ao Corredores para a Corrida. E ao final, uma meditação e automassagem para a integrar corpo e mente dos participantes.

Dia 16.
Sábado, 8h.
Sesc Bertioga.
Estação Vivência
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
CORRIDA COM OBSTÁCULOS
A Corrida com Obstáculos convida crianças e seus responsáveis a se desafiarem de forma divertida e lúdica, superando obstáculos e se movimentando juntos em um percurso cheio de estímulos, brincadeira e muita energia.

Dia 16.
Sábado, 9h30.
Sesc Bertioga.
Palco da Praia
Grátis.
De 6 a 12 anos.

Vivência
GINÁSTICA PARA CORREDORES
Com Educadores físico-esportivo
Atividade com conteúdo da corrida associada a ginástica geral, ginástica multifuncional, dança e brincadeiras recreativas, com o objetivo de proporcionar a diversão e a integração entre os participantes.

Dia 16.
Sábado, 11h.
Sesc Bertioga.
Palco da Praia
Grátis.
A partir 12 anos.

Vivência
RITMOS
Com Educadores físico-esportivo
Nessa aula de Ritmos, iremos convidar a todos e todas para se movimentar em um aquece para a Corrida do Circuito Sesc e para roda de Samba com o grupo Samba de Dandara

Dia 16.
Sábado, 15h.
Sesc Bertioga.
Palco da Praia
Grátis.
Todas as idades.

Show
SAMBA DE DANDARA
No show "Quintal do Samba de Dandara", a banda, formada somente por mulheres, propõe recriar espaços de encontro e contar a história dos sambas e compositores dos territórios negros do Brasil. Com Maíra da Rosa (voz), Laís Oliveira (cavaco e coro), Amanda Lima (violão 7 cordas e coro), Mariana Rhormens (flauta transversal e percussão), Ana Lia Alves (percussão) e Kamilla Alcântara (percussão).

Dia 16.
Sábado, 16h.
Sesc Bertioga.
Palco da Praia
Grátis.
Todas as idades.

Show Samba de Dandara

Dani Souza

Show
DJ XIS
O artista apresenta um set de brasilidades e músicas estrangeiras, passando por gêneros como o reggae, o choro, samba e MPB.

Dia 17.
Domingo, 7h.
Sesc Bertioga.
Praia
Grátis.
Todas as idades.

CRONOGRAMA CORRIDA

LARGADA:
7h25 –Largada da Prova – Pessoas com deficiência, masculino e feminino, na distância de 5 e 10km.
7h30 –Largada da Prova: Credencial Plena e Público em Geral, masculino e feminino, na distância de 5 e 10km.
9h - Premiações - 5 e 10km (Previsão).

Dia 17.
Domingo.
Aquecimento 7h
Sesc Bertioga,
Praia.

Circuito Sesc de Corridas Etapa Bertioga

Silvio Dutra

Dia do Desafio

Campanha mundial de incentivo a pratica regular de esportes e atividades físicas realizadas em parceria com diversas instituições nacionais e internacionais. As ações são realizadas com o objetivo de promover, divulgar e fomentar o desenvolvimento, a informação na área de esportes e atividade física, respeitando as diferenças culturais, agregando competências e valores de cada comunidade. No Brasil, acontece desde 1995, e este DR é responsável pela coordenação em todo o continente americano desde o ano de 2002; desenvolvendo um trabalho que busca o estabelecimento de parceria com instituições, escolas, empresas e entidades públicas, governamentais e ONGs, estimulando a propagação de hábitos saudáveis para os cidadãos e suas respectivas comunidades. Realizado sempre na última quarta-feira de maio, propõe que as pessoas interrompam sua rotina e pratiquem atividades físico-esportivas em benefício da saúde e bem-estar.

Aula aberta
ALONGAMENTO
Exercícios para melhorar a flexibilidade e proporcionar bem-estar.

Dias 20 e 27.
Quartas, 9h30.
Sesc Bertioga.
Palco da Praia
Grátis.
Todas as idades.

Aula aberta
TREINO ABERTO DE CORRIDA
Venha participar deste treino na areia da praia com dicas e movimentos que podem te ajudar a otimizar as suas passadas.

Dia 27.
Quarta, 7h.
Sesc Bertioga.
Praia
Grátis.
Todas as idades.

Aula aberta
FUNCIONAL NA PRAIA
Exercícios de força, equilíbrio, resistência e respiração que colcaborão para a melhoria da sua mobilidade e postura.

Dia 27.
Quarta, 8h.
Sesc Bertioga.
Praia
Grátis.
Todas as idades.

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.

Dia 27.
Quarta, 17h.
Pé na Areia
Grátis.
Todas as idades.

Aula aberta
RITMOS NO COMPLEXO PÉ NA AREIA
No Complexo Pé na Areia de frente para o mar da cidade de Bertioga, espaço de eventos: educadores do Sesc Bertioga, darão um aulão com ritmos diferentes para que todos possam sentir como mexer o corpo é tão bom.

Dia 28.
Quinta, 9h30.
Sesc Bertioga.
Praia
Grátis.
Todas as idades.

Bate papo
AMORINHA E SUA HISTÓRIA NO SKATE
Trazendo uma bagagem de vida rica em superação, que o levou para o skate, escreveu e escreve sua história e pode trazer conhecimentos da pratica do paraskate para as rampas públicas da cidade.

Dia 28.
Quinta, 15h.
Ginásio Municipal de Esportes
Grátis.
Todas as idades.

Bate papo Amorinha e sua História no Skate

Secretaria de Comunicação Secom POÁ

Vivência Surfe para Mulheres

Silvio Dutra

Vivência
PICKLEBALL
Esporte de raquete com cabo curto e retangular e uma bola de plástico perfurada. Pode ser jogado em dupla ou em quarteto numa quadra similar à tênis. Venha conhecer este jogo que está no gosto de muitas pessoas.

Dia 28.
Quinta, 15h30.
Praça da Primavera.
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
SURFE PARA MULHERES
Nesta prática a mulher será orientada com segurança dentro da água, o contato mais próximo e respeito com a natureza. Assim como a oportunidade do apoio, suporte de educadoras do Sesc, fortalecimento e o empoderamento feminino no surfe.
Pré-requisito: Mulheres que saibam nadar.
Vagas limitadas. Inscrições online centralrelacionamento.org.br no dia 21/5, ou até o termino das vagas.

Dias 27 e 28.
Quarta e quinta
Sesc Bertioga.
Praia.
Grátis.
A partir de 18 anos.

Esporte e Atividade Física

Aula aberta
ALONGAMENTO
Exercícios para melhorar a flexibilidade e proporcionar bem-estar.

De 6 a 27.
Quartas, 9h30.
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 7 a 28.
Quintas, 9h30.
De 10 a 31.
Domingos, 8h.
Exceto dias 17 e 31.
Sesc Bertioga, Estação Vivência
Grátis.
A partir de 12 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 7 a 30.
Quintas e sábados, 11h.
Exceto dia 16.
Sesc Bertioga, Praia.
Grátis.
A partir de 7 anos.

Vivência Ritmos

Gringo

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 7 a 28.
Quintas, 9h30.
Sesc Bertioga, Praia
Grátis.
A partir de 7 anos.

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 7 a 28.
Quintas, 11h.
Sesc Bertioga, Praia
Grátis.
A partir de 7 anos.

Vivência
RADICALIZANDO SLACKLINE
Prática esportiva para desfrutar das habilidades corporais como equilíbrio, destreza, atenção e muita coragem. Essa mistura de elementos contribui para uma melhor noção espaço-temporal, desenvolve o senso de pertencimento, à autopercepção e, ainda adiciona benefícios a qualidade de vida e bem-estar. Ao se equilibrar no slackline, o praticante irá se divertir, se desafiar e vencer seus próprios obstáculos.

De 7 a 28.
Quintas, 15h30.
Sesc Bertioga, Praia
Grátis.
A partir de 7 anos.

Vivência Beach Tennis

Silvio Dutra

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 8 a 29.
Sextas, 9h30.
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 8 a 29.
Sextas, 9h30.
Sesc Bertioga, Portaria da Praia
Grátis.
Todas as idades.

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 9 a 30.
Sábados, 8h.
Exceto dia 16.
Sesc Bertioga, Estação Vivência.
Grátis.
Todas as idades.

Vivência
YOGA IDEAL
Com Leandro Pereira da Costa
Muitas vezes, o yoga é apresentado apenas para um recorte da sociedade. Mas, para quem vive em um corpo que a sociedade insiste em tentar "excluir", o yoga precisa ser muito mais do que isso. IDEAL YOGA pertence a este território: reconhecer que a inclusão vai muito além da deficiência. É sobre enxergar que cada pessoa carrega uma realidade única.

Dia 8.
Sexta, 8h.
Sesc Bertioga, Estação Vivência.
Grátis.
Todas as idades.

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. 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.

● R$25
■ R$41
▲ R$54
Informações sobre inscrições no box abaixo*.

*As vagas disponíveis são liberadas para pessoas com Credencial Plena na 1ª e 3ª quinta de cada mês, às 18h, pelo aplicativo **Credencial Sesc SP** ou **centralrelacionamento.sescsp.org.br.** Caso estas vagas não sejam preenchidas, são disponibilizadas para o público em geral na 2ª e na 4ª 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).

RECREAÇÃO ESPORTIVA - A PARTIR DE 16 ANOS

Ação complementar aos programas permanentes esportivos que busca valorizar a prática autônoma e regular da modalidade.
Modalidades: Tênis; Futebol Soçaite; Vôlei.
Cursos regulares, inscrições prévias de acordo com a disponibilidade de vagas.

Grátis.
Informações sobre inscrições no box da página 27.

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Programa de ensino e treino das modalidades esportivas pautado na educação e formação do cidadão, com metodologia específica adequada a cada faixa etária. Cursos regulares, inscrições prévias de acordo com a disponibilidade de vagas.

ESPORTE JOVEM - 13 A 16 ANOS

Início do aprendizado das modalidades esportivas nas quais o jovem vivencia experiências coletivas para compreender o jogo, as regras, a história dos esportes e os valores da competição.

Grátis.
Informações sobre inscrições no box da página 33.

ESPORTE ADULTO - ACIMA DE 16 ANOS

Prática que promove o aperfeiçoamento de habilidades na modalidade específica, a valorização do jogo e da competição, além dos valores que envolvem o esporte enquanto manifestação cultural. Incentiva a autonomia, o prazer pelo esporte e a melhoria da qualidade de vida.

Grátis.
Informações sobre inscrições no box da página 33.

Os cursos físico-esportivos irão entrar em recesso do período de 24/5 a 21/7, dúvidas entrem em contato com nossos educadores.

PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

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

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL*

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

RECREAÇÃO ESPORTIVA

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

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

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

Crianças

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

De 6 a 27.
Quartas, 11h.
Sesc Bertioga, Praia.
Grátis.
De 7 a 12 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.

De 2 a 30.
Sábados, 9h30.
Sesc Bertioga, Estação Vivência
Grátis.
De 3 a 12 anos.

Vivência Barangandã: Ateliê de Brinquedos Voadores

Silvio Dutra

Pessoas Idosas

Curso
CANTORIAS
Com Gisele Cruz
Prática vocal coletiva que visa oferecer, além do prazer de cantar, rotinas de exercícios e comportamentos para o bom funcionamento da voz e órgãos do corpo humano ligados à fala.

De 6 a 27.
Quartas, 15h30.
Sesc Bertioga,
Espaço Cênico.
Grátis.
A partir de 60 anos.

Curso
CONECTA 60+
Com Mônica Salles
Letramento digital para uso de smartphones e redes sociais.

De 7 a 28.
Quinta, 15h30.
Sesc Bertioga,
Sala Múltiplo
Uso 1.
A partir de 60 anos.

Bate-papo
CLUBE DE LEITURA
Discussão sobre obra literária previamente escolhida: Humanos Exemplares, de Juliana Leite Os livros foram disponibilizados aos interessados no dia.

Dia 8.
Sexta, 15h30.
Sesc Bertioga,
Sala Múltiplo
Uso 1.
A partir de 60 anos.

Bate-papo
A TELA DA TARDE
Bate-papo sobre filmes em geral e sobre a sétima arte.

Dia 22.
Sexta, 15h30.
Sesc Bertioga,
Sala Múltiplo
Uso 1.
A partir de 60 anos.

Acesso do TSPI na Unidade até o dia 31/05, domingo, das 14h30 às 18h. De 1/6 a 5/7 o Sesc Bertioga ficará fechado, por causa das férias coletivas dos funcionários.
O público do TSPI poderá retornar à Unidade no dia 7/7, terça-feira, após as 15h. Durante o mês de julho não haverá atividades especificamente programadas para o TSPI. O programa reinicia em agosto, em data que será divulgada nos canais de comunicação.

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, ou pessoalmente, nas unidades do Sesc São Paulo.

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.
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.

● 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

AGENDA DE DESTAQUES

TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
			1	**2** **Reserva Natural** Yoga Ideal	**3** **Reserva Natural** Feira Agroecológica
5 **Reserva Natural** Trilha do Sentir	**6** **Esporte e Atividade Física** Alongamento	**7** **Cursos, Oficinas e Encontros** Palavra Ativa: Entre O Slam Escrita Criativa com Bell Puã	**8** **Cursos, Oficinas e Encontros** Surfe Adaptado	**9** **Cursos, Oficinas e Encontros** Natureza em Bordado	**10** **Reserva Natural** Brincando de Peteka
12 **Reserva Natural** Trilha do Tucum	**13** **Esporte e Atividade Física** Alongamento	**14** **Cursos, Oficinas e Encontros** Aldeia em Construção: Diálogos de Cuidado	**15** **Esporte e Atividade Física** Mobilidade Articular	**16** **Circuito Sesc de Corridas** Entrega de Kit Samba de Dandara	**17** **Circuito Sesc de Corridas** Corrida Etapa Bertioga
19 **Reserva Natural** Trilha do Tucum	**20** **Dia do Desafio** Alongamento	**21** **Esporte e Atividade Física** Hora do Jogo	**22** **Esporte e Atividade Física** Vôlei de Praia	**23** **Esporte e Atividade Física** Yoga	**24** **Reserva Natural** Aventuras na Reserva Natural
26 **Reserva Natural** Trilha do Sentir	**27** **Dia do Desafio** Funcional na Praia. Beach Tennis Ritmos.	**28** **Dia do Desafio** Pickleball. Amorinha e sua História. Surfe para Mulheres	**29** **Festival da Mata Atlântica** Peixeelétrico	**30** **Festival da Mata Atlântica** Yoga e Mantras. Remada com Trilha Para Ermida. Rasta la Vista.	**31** **Festival da Mata Atlântica** Clube de Observação de Aves

Junior Castro

Divulgação

Silvio Dutra

Dani Souza

Emilly Oliva

Gringo

Gringo

FotoNativa

Elaine Garcia

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 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

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 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

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 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 maiol, disponíveis no dia 3/5, das 14h30 às18h.
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
Av. Francisco Souto Barreiro Filho, 1117, Maitinga (Antiga Av. do Canal)
E-mail: atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br.

Orientações para inscrições das atividade

- As vagas disponíveis são liberadas para pessoas com Credencial Plena na 1ª e 3ª quinta de cada mês, às 18h, pelo aplicativo **Credencial Sesc SP** ou **centralrelacionamento.sescsp.org.br.**
- Caso estas vagas não sejam preenchidas, são disponibilizadas para o público em geral na 2ª e na 4ª 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 GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

SESC BERTIOGA
Rua Pastor Djalma da Silva Coimbra, 20
Tel.: 13 3319-7700
/sescbertioga
sescsp.org.br/bertioga