

# Outubro 2023

**Sesc Thermas de  
Presidente Prudente**

**Guia de Programação**





Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## Legendas de Acessibilidade



## Preços

- **Credencial Plena:** Trabalhador do comércio de bens, serviços e turismo credenciado no Sesc e dependentes.
- **Meia Entrada:** Aposentado, pessoa com mais de 60 anos, pessoa com deficiência, estudante, servidor de escola pública com comprovante e doador de sangue (até 6 meses da última doação).
- ▲ **Inteira.**

## 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

## Funcionamento

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



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

4	<b>Música</b>
6	<b>Teatro</b>
7	<b>Dança</b>
8	<b>Cinema</b>
9	<b>Literatura</b>
11	<b>Artes Visuais</b>
12	<b>Tecnologias e Artes</b>
13	<b>Ações para a Cidadania</b>
14	<b>Alimentação</b>
17	<b>Meio Ambiente</b>
19	<b>Saúde</b>
20	<b>Esporte e Atividade Física</b>
27	<b>Crianças</b>
35	<b>Pessoas Idosas</b>
37	<b>Turismo Social</b>
38	<b>Agenda de Destaques</b>

# Editorial

Enfeitado com as flores da primavera, mas com o calor que aquece o verão, chegou outubro!

Para abrir a programação deste mês, temos a Copa Sesc, uma ação exclusiva para os trabalhadores do comércio e seus dependentes, que tem como objetivo o estímulo à prática esportiva em diferentes modalidades.

Com cheirinho de café especial, gosto de doce de frutas e a alegria da feira de Pequenos Produtores, vem aí o “Experimental! Comida, saúde e cultura”, um projeto que propõe experiências e reflexões sobre alimentação adequada e saudável.

Para a molecada, além dos tradicionais espetáculos de domingo e uma sessão de cinema com a animação nacional Perlimps, uma programação especial vem recheada de ações para o Dia das Crianças, com oficinas, brincadeiras, literatura, intervenção artística e muito circo.

Saindo dos pequenos, vamos falar com os adultos. É possível



sobreviver em uma sociedade que descarta pessoas idosas, sendo uma pessoa que envelhece? Com este questionamento, o espetáculo teatral “Mãos Trêmulas” convida o público a refletir sobre o envelhecimento e o preconceito contra a pessoa idosa no Brasil.

E, para quem gosta de música, os shows gratuitos de sábado à tarde começam com Bruno Sanches e sua viola de doze cordas, seguido pela apresentação dançante de Gafi e Meia, a reverência de Garga Groove Gang com a cultura e música afro-brasileira e termina com o folk de Angry Zeta, diretamente da Argentina.

Em apoio ao Festival Literário de Presidente Prudente (FLITPP) nas escolas, o Sesc desenvolve ações de literatura com foco na formação de professores e atividades de mediação e incentivo à leitura.

E não acaba por aí: em outubro temos ainda curso de dança, atividades para bebês, práticas corporais, oficinas de pintura, iluminação cênica, macramê e turismo social. Chama a galera da “firma”, convoca a família, convida as vizinhas e vem pro Sesc!



Foto: Thiago Ferri



Foto: Marcel Sachetti

**Show** Bruno Sanches

## Música

Curso

### ÁUDIO PROFISSIONAL E PRODUÇÃO EM ESTÚDIO

**Com Maurício Cajueiro, engenheiro de som e produtor musical**

O curso abrange diversas aplicações do áudio profissional, do estúdio ao concerto, do rádio à TV e ao Spotify. Da pré-produção à entrega, passando pela produção e pela pós-produção, serão abordados os princípios básicos de áudio, fluxo de som e sinal, microfonação e técnicas de captação, workstation digital, uso de efeitos, mixagem, masterização, formatos de mídia e entrega.

**Dias 7 e 8.**

**Sábado e domingo, 10h às 12h.**

Espaço de Tecnologias e Artes.

Grátis. **16**

Inscrições a partir das 14h do dia 3, no app Credencial Sesc SP, no site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou na Central de Relacionamento (mediante agendamento).

Música regional

### BRUNO SANCHES

#### Show "Minha Voz"

Bruno Sanches apresenta seu novo show solo que reúne a percussão vocal e seu novo instrumento: a viola de doze cordas. "Minha Voz" é o encontro do instrumentista com o cantor em um repertório que traz reflexões sociais, políticas e existenciais através de músicas e poesias, composições suas e releituras de obras consagradas do cancionário brasileiro.

**Dia 7.**

**Sábado, 16h.**

Área de Convivência.

Grátis. **L**





Foto: Divulgação

**Show Angry Zeta**

Samba e forró

**GAFI E MEIA****Show "Tudo dança"**

Banda formada há mais de dez anos no interior de São Paulo, a Gafi e Meia contempla neste show dois dos mais dançantes gêneros musicais brasileiros: o samba e o forró. No repertório, canções de Alceu Valença, Jair Rodrigues, Alcione, Elba Ramalho, entre outros.

**Dia 14.****Sábado, 16h.**Área de  
Convivência.Grátis. **L**

Black music

**GARGA GROOVE GANG****Show "Com Ciência Preta"**

Celebração e reverência à música e à cultura afro-brasileiras. No repertório, canções de Tim Maia, Tony Tornado, Sandra de Sá, Hyldon, Jorge Ben, entre outros, em releituras interpretadas por uma voz feminina somadas ao swing da banda e de seu naipe de metais.

**Dia 21.****Sábado, 16h.**Área de  
Convivência.Grátis. **L**

Folk

**ANGRY ZETA (ARG)**

Grupo formado em Buenos Aires (Argentina), em 2015, com três discos lançados e shows realizados por toda Europa. A banda vem ao Brasil pela primeira vez apresentar sua sonoridade, que mescla Folk, Punk Rock e Bluegrass.

**Dia 28.****Sábado, 16h.**Área de  
Convivência.Grátis. **L**



Foto: Noelia Najera

## Espectáculo Mãos Trêmulas

# Teatro

Espectáculo e bate-papo

### MÃOS TRÊMULAS

**Com Cleide Queiroz e Plínio Soares. Direção de Yara de Novaes e texto de Victor Nóvoa.**

Cleide interpreta uma costureira que trabalha em produções teatrais há mais de 50 anos, e Plínio é um ajudante de cozinha. Ambos se conhecem não se sabe há quanto tempo e perderam seus trabalhos porque suas mãos tremem demais, portanto são considerados obsoletos. Esse disparador gera uma série de conflitos que apresentarão a profundidade da temática sempre sob uma lente íntima dessas personagens.

Após o espetáculo acontece um bate-papo com, os atores sobre o processo de criação da peça, e suas experiências sobre a vivência do corpo idoso no Brasil, abordando questões como etarismo, afetividade e a importância de políticas públicas para a pessoa idosa.

**Dia 20.**

**Sexta, 20h30.**

Área de Convivência. **16**

● R\$ 10,00

■ R\$ 15,00

▲ R\$ 30,00

Ingressos à venda a partir das 17h do dia 10 pelo app Credencial Sesc SP e pelo [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente), e a partir das 17h do dia 11 na Central de Relacionamento.

Curso

### ILUMINAÇÃO CÊNICA

**Com Tomate Saraiva, iluminador cênico**

Usando situações cotidianas de iluminação, logística e execução de espetáculos, os participantes poderão conhecer os sistemas de iluminação cênica, os raciocínios de colorização e as diferenças e peculiaridades de se criar, executar e montar um projeto de luz, além da criação de diagramas de palco, mapas e toda a documentação que compõe esse tipo de projeto.

**De 24 a 27.**

**Terça a sexta, 19h às 22h.**

Área de Convivência.

Grátis. **16**

Inscrições de 3 a 24, por meio do app Credencial Sesc SP, no site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou da Central de Relacionamento.





Foto: Gustavo Castellon

**Oficina** Danças africanas

## Dança

Oficina

### **DANÇAS AFRICANAS**

**Com Ballet Koteban**

Ao som do Djembê, tambor originário da África Ocidental, o Ballet Afro Koteban convida o público para uma viagem pelas Áfricas, por meio da dança e da musicalidade do Povo Mandingue.

**Dia 5.**

**Quinta,**

**19h às 20h30.**

Área de Convivência.

Grátis. **L**

Oficina

### **DO VENTRE - DANÇANDO COM BEBÊS**

**Com Ballet Koteban**

Em um espaço de acolhimento e conexão com saberes e tecnologias ancestrais, famílias são convidadas a (re)conhecerem ritmos ligados à gestação e experimentar movimentos de danças africanas com seus bebês e crianças pequenas.

**Dia 7.**

**Sábado,**

**10h às 11h.**

Quintal.

Grátis. **L**

Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Curso

### **EDUCAÇÃO SOMÁTICA: DANÇA NA ESCOLA**

**Emerson Euzébio, arte-educador, coreógrafo, bailarino e pesquisador em dança contemporânea**

Com base na Educação Somática, área teórico-prática que estuda o movimento do corpo, o curso propõe aos profissionais atuantes na educação a construção de processos pedagógicos que tenham a dança como metodologia de aprendizagem na sala de aula.

**Dias 19/10, 9/11, 23/11 e 7/12.**

**Quintas,**

**18h30 às 21h.**

Quintal. Grátis. **18**

Inscrições a partir das 14h, no dia 1º, no app Credencial Sesc SP, no site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou na Central de Relacionamento, (mediante agendamento).

# Cinema

## **MOSTRA DE CINEMA AMBIENTAL**

### **"ECOSAÚDE: CONEXÕES VITAIS"**

A Mostra de Cinema Ambiental "EcoSaúde: Conexões Vitais", realizada pela Unesp, com o apoio do Sesc, tem por objetivo explorar a interconexão entre saúde pública, qualidade de vida e meio ambiente, ressaltando a importância da sustentabilidade para manutenção da saúde planetária e enfrentamento das emergências climáticas. O evento contará com a exibição de filmes que abordam temas relevantes relacionados à conservação ambiental e à saúde, seguidos por bate-papos e debates com especialistas e convidados. Serão apresentados documentários de relevância social, com enfoque especial em questões indígenas, mudanças climáticas e sustentabilidade.

Show Exibição e bate-papo

### **A MÃE DE TODAS AS LUTAS**

**Direção: Susanna Lira**

**Brasil | 2020 | 85 min.**

Uma narrativa que recorre à memória para vislumbrar um futuro de mudanças sob a ótica feminina. O filme acompanha a trajetória de Shirley Krenak e Maria Zelzuita, mulheres que estão na frente da luta pela terra no Brasil. Shirley traz a missão de honrar as mulheres e a sabedoria das Guerreiras Krenak, da região de Minas Gerais. Maria Zelzuita é uma das sobreviventes do Massacre de Eldorado dos Carajás, no Pará, e suas trajetórias nos ligam ao conceito da violência e apropriação do corpo feminino.

Após a exibição acontece o bate-papo com Geovani Krenak, liderança indígena, vereador da cidade de Resplendor-MG e importante voz na denúncia de crimes ambientais e contra os povos indígenas, e Mariana Souza, socióloga, educadora e co-deputada estadual, que atua na mediação de conflitos socioambientais, direito à cidade, soberania alimentar e justiça climática.


**Dia 4.**  
**Quarta,**  
**19h30 às 22h.**  
Unesp.  
Grátis. 



Foto: Divulgação

**Palestra** Lei 10.639: Por uma Educação de Corpo Inteiro

## Literatura

### FLITPP

O Festival Literário de Presidente Prudente (FLITPP) nas escolas, uma realização da Secretaria Municipal de Cultura, com o apoio do Sesc, tem por objetivo democratizar o acesso ao livro e incentivar a leitura. O evento contará com ações literárias, artísticas e de formação de leitores e professores, entre 1 de outubro e 30 de novembro.

Palestra

**LEI 10.639:**

**POR UMA EDUCAÇÃO DE CORPO INTEIRO  
Com Ana Koteban, Mestre em Sociologia e  
pesquisadora em educação antirracista.**

O encontro se propõe a refletir sobre a obrigatoriedade do ensino da cultura e da história afro-brasileira na educação formal, partindo de episódios de racismos vivenciados por estudantes e professores em escolas brasileiras nos últimos anos.

**Dias 5 e 6.**

**Quinta e sexta,  
13h às 17h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **18**



Foto: Marcelo Hallit

**Palestra** Infâncias, Afetividade e Escola

Mediação de Leitura

**UMA ÁRVORE DE HISTÓRIAS****Com Coletivo Balangandã**

Com livros dispostos à sombra de uma árvore, crianças, jovens, adultos e idosos são convidados a compartilhar momentos de leituras individuais e coletivas.

**De 7/10 a 16/12.****Sábados,****14h às 17h30.**

Quintal.

Grátis. **L**

Palestra

**INFÂNCIAS, AFETIVIDADE E ESCOLA****Com Renato Nogueira, doutor em Filosofia, professor e escritor.**

Compreendendo que as experiências específicas das infâncias são influenciadas por aspectos sociais, econômicos, raciais e de gênero, o público será estimulado a refletir sobre práticas escolares que acolham a diversidade e contribuam para a formação de identidades positivas.

**Dia 17.****Terça,****19h às 21h30**

Área de

Convivência.

Grátis. **18**



Foto: Freepik

**Curso** Descobrindo a Aquarela

## Artes Visuais

Curso

### **DESCOBRINDO A AQUARELA**

**Com Roberto Bertoncini, artista plástico e professor.**

A oficina apresenta as possibilidades expressivas e técnicas das tintas à base de água, tendo o papel como suporte. Os encontros serão práticos, com a construção de resultados imediatos.

**De 11 a 25.**

**Quartas, 15h às 17h.**

Espaço de Tecnologias e Artes.

Grátis. **12**

Inscrições de 3 a 11, por meio do app Credencial Sesc SP, do site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou da Central de Relacionamento (mediante agendamento).

Instalação Artística

### **POÉTICA DO RESÍDUO**

**André Costa, artista visual.**

A proposta estética do conjunto de obras de arte que ocupa as paredes de diversos espaços do Sesc Thermas de Presidente Prudente se baseia na regeneração de materiais descartados que, dispensados de forma irregular, acarretam acúmulo e contaminação dos leitos dos córregos, riachos, rios e, por consequência, do mar.

**De terça a sexta, 8h às 20h.**

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

Corredor dos vestiários e parede externa ao Espaço de Tecnologias e Artes e estacionamento.

Grátis. **L**



**Vivência** Passeio Virtual

Foto: Freepik

## Tecnologias e Artes

Vivência

### **PASSEIO VIRTUAL: CULTURA DO GRAFITE** **Com educador do Espaço de** **Tecnologias e Artes do Sesc.**

Por meio da experiência virtual, que pode ser realizada no computador ou celular através da ferramenta Google Street View, é possível navegar pelas ruas de cidades ao redor do mundo apreciando murais de grafite - verdadeiras galerias de arte a céu aberto. A atividade toma como referência o projeto de arte pública do Street Museum of Art (Estados Unidos).

**Dias 5 e 6.**

**Quinta e sexta,**  
**16h30 às 19h30.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes.

Grátis. **10**

Retirada de  
senhas no local a  
cada 30 minutos.

Curso

### **LUMINÁRIAS COM MADEIRA DE DESCARTE** **Com André Costa, artista visual.**

Confecção de objetos utilitários, como luminárias, a partir de madeira de descarte. A ação promove a experimentação artística com materiais alternativos, explora as conexões entre arte e sustentabilidade, além de conscientizar para a diminuição do impacto ambiental por meio da reutilização de resíduos sólidos.

**Dia 18. Quarta,**  
**19h às 21h30.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes.

Grátis. **16**

Inscrições de  
3 a 18, no app  
Credencial Sesc  
SP, no site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente)  
ou na Central de  
Relacionamento  
(mediante  
agendamento).





Foto: Freepik

**Encontro** Mobilização e Consulta Pública

## Ações para a Cidadania

Encontro

### **MOBILIZAÇÃO E CONSULTA PÚBLICA: POLÍTICA ESTADUAL DE MUSEUS**

O Sistema Estadual de Museus de São Paulo (SISEM-SP), unidade da Secretaria de Cultura, Economia e Indústria Criativa do Estado de São Paulo (SEC), iniciou a articulação junto à comunidade museológica para a pactuação da Política Estadual de Museus. As consultas públicas presenciais serão realizadas em 7 macrorregiões do Estado e, no dia 31 de outubro, acontece no Sesc Thermas de Presidente Prudente. A participação é estimulada aos agentes de cultura, profissionais do campo museal e demais interessados em políticas e programas públicos para museus.

**Dia 31.**

**Terça,  
10h às 17h.**

Área de  
Convivência.


Grátis.  Informações  
sobre inscrições  
através do email:  
sisemsp@sisemsp.  
com.br



Foto: Estevão Salomão

**Feira De Pequenos Produtores**

## Alimentação

### **EXPERIMENTA! COMIDA, SAÚDE E CULTURA**

O projeto convida o público a refletir sobre o universo da alimentação adequada e saudável, ampliando a autonomia em torno das escolhas alimentares. Temas relacionados ao desenvolvimento de habilidades culinárias, valorização das diversas expressões das culturas alimentares, abordagem do sistema alimentar na sua integralidade, entre outros, pautam as ações.

Feira

### **FEIRA DE PEQUENOS PRODUTORES**

**Com agricultoras(es) e produtoras(es) de Presidente Prudente e região.**

Visando fortalecer a agroecologia e as iniciativas socioambientais da região, realizamos mensalmente a Feira de Pequenos Produtores. Cada produto ofertado é o ponto de partida para a criação de uma rede entre o rural e o urbano, fomentando a agricultura orgânica, coletivos socioculturais, povos indígenas, artesanatos e comércios locais.

**Dia 21.**

**Sábado,  
9h30 às 13h.**

Quintal.

Grátis. **L**



Foto: Diana Freixo

**Oficina** Doces Nativos: Sabores da Mata Atlântica e Cerrado

Bate-papo

**CULTURA ALIMENTAR,  
AGROECOLOGIA E TERRITÓRIO**

**Com a Profa. Dra. Yamila Goldfarb, o agricultor  
José Aparecido Maia e a liderança indígena  
Guarani Nhandeva, Elizeu Caetano.**

Os convidados dialogam sobre alimentação adequada e saudável sob diferentes perspectivas, ressaltando a importância do tema e relacionando-o com as múltiplas expressões culturais, agroecologia, segurança alimentar, políticas públicas e território.

**Dia 21.**  
**Sábado,**  
**11h às 12h30.**  
Quintal.  
Grátis. **L**

Oficina

**DOCES NATIVOS: SABORES DA MATA  
ATLÂNTICA E CERRADO**

**Com Úrsula Ferro, da Ayá Comidas Nativas.**

A cozinheira e educadora provoca os participantes a pensar, elaborar e provar doces sem adição de açúcar de cana, utilizando frutas e plantas da Mata Atlântica e Cerrado. Aborda temas como saúde, cultura alimentar, conhecimentos tradicionais, ingredientes naturais e a relação de tudo isso com a sociobiodiversidade e a agroecologia.

**Dia 21.**  
**Sábado,**  
**14h às 17h.**  
Quiosque.  
Grátis. **12**  
Entrega de senhas  
no local com  
30 minutos de  
antecedência.



Foto: Freepik

**Vivência** Estação do Café: do Pé à Xícara

Vivência

### **ESTAÇÃO DO CAFÉ: DO PÉ À XÍCARA**

**Com a barista Deborah Veneziano.**

A especialista apresenta o processo do café, da roça à filtragem e o preparo para consumo. Com passagem pelas estações, o participante vai perceber que café "não é tudo igual", explorando e conhecendo melhor os próprios sentidos, além de aprimorar o paladar nessa divertida aventura.

**Dia 28.**

**Sábado,**

**10h às 17h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **10**

Oficina

### **CAFÉS ESPECIAIS E PALADAR**

**Com a barista Deborah Veneziano.**

Conheça os diversos tipos de cafés considerados "especiais" e aprenda sobre os elementos formadores do paladar com ingredientes presentes na rotina, como café, tomate, sal, açúcar, limão, boldo, chocolate, castanhas e frutas maduras.

**Dia 29.**

**Domingo,**

**11h às 13h.**

Quiosque.  
Grátis. **16**

Retirada de  
senhas com  
30 minutos de  
antecedência.



Foto: Pixabay

**Oficina** Amigos Naturais

## Meio ambiente

### **FLORESTAR: ÁREAS VERDES EDUCADORAS**

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

### **VISITA AO BOSQUE**

#### **Com agente de educação ambiental do Sesc**

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

**De 6 a 27.**

**Sextas,  
9h às 12h.**

Bosque.

Grátis. **L**

Agendamento de visitas pelo e-mail: [agendamentos.prudente@sescsp.org.br](mailto:agendamentos.prudente@sescsp.org.br)

---

Oficina

### **AMIGOS NATURAIS**

**Com Asas e Cores, projeto liderado por Guilherme Trivellato e Katherine Pérez, ambos engenheiros agrônomos e pós-graduados em Entomologia.**

Apresenta a importância dos insetos nos jardins e hortas, destacando algumas espécies, em especial a joaninha, e suas funções na natureza. Ao final, os participantes fazem uma vivência nos espaços de horta do Sesc Thermas, soltando as joaninhas e investigando a curiosa vida dos insetos.

---

vivência

### **MÃOS À HORTA**

**Com agente de educação ambiental do Sesc.**

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

---

curso

### **INTRODUÇÃO À BIOCONSTRUÇÃO: CONCEITOS E TÉCNICAS**

**Com Thiago Leoncini, da StockWood Espaços Ecopedagógicos.**

Curso teórico e prático acerca dos fundamentos da bioconstrução, abordando o uso de materiais naturais na construção de espaços mais sustentáveis e integrados ao ambiente. Serão apresentados os principais conceitos e técnicas utilizadas, como pau a pique, taipa de pilão, cob e hiperadobe, buscando reduzir os impactos ambientais negativos da construção civil e ampliar o uso eficiente dos recursos locais.

---

**Dia 7.**

**Sábado,  
14h às 16h.**

Quiosque.

Grátis.

6 a 12 anos.

Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

---

**Dia 8.**

**Domingo,  
10h às 12h.**

Horta.

Grátis. **L**

Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

---

**Dia 4/11.**

**Sábado,  
9h30 às 11h30.**

**Dia 5/11.**

**Domingo,  
9h30 às 12h30.**

Quiosque.

Grátis. **16**

Inscrições a partir das 14h, no dia 17/10, no app Credencial Sesc SP, no site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou na Central de Relacionamento (mediante agendamento).





Foto: Estevão Salomão

**Fisioterapia**

## Saúde

### **FISIOTERAPIA**

O Tratamento de Fisioterapia do Sesc Thermas de Presidente Prudente é realizado em grupos (divididos por patologias) e utiliza-se das técnicas de Hidroterapia (na piscina) e Cinesioterapia (no solo).

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

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

Gratuito e com vagas limitadas, o tratamento é voltado a pessoas maiores de 18 anos.



Foto: Freepik

**Aula aberta** Movimento Consciente

## Esporte e Atividade Física

Aula aberta

### YOGA

**Com a instrutora Arlete Domênico.**

Traga seu tapete e venha participar da aula de yoga no nosso Quintal. A prática estimula o equilíbrio a partir de exercícios posturais e de respiração, mesclando tonicidade muscular e relaxamento.

**De 1 a 29.**

**Domingos,  
10h. (no dia 1 a  
aula será com  
educadora do  
Sesc)**

Quintal.

Grátis. <sup>12</sup>

Aula aberta

### MOVIMENTO CONSCIENTE

**Com educadoras de atividades  
físico-esportivas do Sesc.**

As aulas trazem experiências variadas de práticas corporais, proporcionando uma vivência ampla de técnicas, métodos e filosofias que visam o desenvolvimento da consciência corporal e conexão mental. São trabalhados: exercícios respiratórios, de fortalecimento, estabilização, mobilidade articular, alongamento, consciência corporal, exercícios posturais, exercícios ritmados e também de relaxamento.

**De 3/10 a 30/11.**

**Terças e quintas,  
10h às 11h.**

**Exceto dias 12/10  
e 2/11.**

Bosque.

Grátis. <sup>12</sup>



Foto: Maila Alves

**Aula aberta Danças Circulares**

Aula aberta

**FUTSAL**

**Com a professora Andrea Wigna.**

Recreação orientada de futsal que visa incentivar a prática regular da modalidade e estimular a integração entre os participantes. A formação das equipes pode ser mista e o material é fornecido pelo Sesc.

**De 7 a 29.**

**Quintas, sábados e domingos, 14h às 17h30.**

**Exceto dias 19 e 26.**

Quadra Esportiva  
Grátis. **L**

Aula aberta

**ESPORTES NA AREIA**

**Com a professora Eliane Disaró**

Nos finais de semana e feriado de outubro, venha praticar diversas modalidades esportivas na nossa quadra de areia, como vôlei de praia, beach tennis, futevôlei, handbeach e futebol de areia.

**De 7 a 29.**

**Quintas, sábados e domingos, 14h às 17h30.**

**Exceto dias 19 e 26.**

Quadra de Areia.  
Grátis. **L**

Aula aberta

**DANÇAS CIRCULARES**

**Com educadora de atividades físico-esportivas do Sesc**

A roda, formação tradicional das danças circulares, desperta a autoconfiança, a consciência corporal e espacial, além de incentivar a cooperação entre as pessoas. As danças circulares oportunizam o encontro com a cultura de vários povos, com rica diversidade de ritmos e sons.

**Dia 21.**

**Sábado, 10h.**

Quintal.

Grátis. **12**



Foto: Taine Correa

**Aula aberta Jogos e Brincadeiras Tradicionais****SEMANA MOVE**

Campanha coordenada mundialmente pela ISCA (International Sport and Culture Association) que tem por objetivo promover e estimular a prática de esportes e atividades físicas visando um estilo de vida mais ativo e saudável. No continente americano, o evento é coordenado pelo Sesc SP.

Aula aberta

**JOGOS E BRINCADEIRAS TRADICIONAIS  
Com a educadora Elizabeth Gomes Soares**

O Sesc Thermas propõe que o público reviva a diversão de jogos e brincadeiras tradicionais, como queimada, pega-pega e mãe da rua.

**Dia 1.**

**Domingo,  
14h às 17h30.**

Bosque.

Grátis. **L**

Aula aberta

**CIRCUITO DE HABILIDADES AQUÁTICAS  
Com a equipe Viva Mais Por Você**

Participe e aprimore seu condicionamento físico, através do hidro boxe e hidro step.

*Para acessar o Parque Aquático, é necessário ter credencial e exame dermatológico válidos.*

**Dia 1.**

**Domingo,  
15h30 às 16h30 e  
16h30 às 17h30.**

Parque Aquático.

Grátis. **12**



Foto: Estevão Salomão

**Torneios e Campeonatos** Copa Sesc: Vôlei de Praia**COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS**

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

**Torneios e campeonatos****VÔLEI DE PRAIA 4X4 MISTO**

Torneio de vôlei de praia 4x4 misto, nas categorias infantil (12 a 15 anos) e adulto iniciante. As inscrições são limitadas e para participar é necessário que ao menos uma pessoa da equipe tenha a Credencial Plena Sesc.

**Dias 7 e 8.**

**Sábado e domingo, 9h às 14h.**

Quadra de Areia.

Grátis. <sup>12</sup>

Inscrições a partir do dia 1 pelo e-mail: torneios.prudente@sescsp.org.br

**Torneios e campeonatos****VÔLEI DE PRAIA**

Torneio de vôlei de praia nas categorias feminino e masculino, voltado a trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo. As vagas são limitadas e, para participar, é necessário ter a credencial plena do Sesc SP.

**Dias 14 e 15.**

**Sábado e domingo, 9h às 14h.**

Quadra de Areia.

Grátis. <sup>16</sup>

Inscrições de 1 a 12/10 pelo e-mail: torneios.prudente@sescsp.org.br





Foto: Gustavo Castellon

## Torneios e Campeonatos Beach Tennis

Torneios e campeonatos

### ETAPA REGIONAL DE BEACH TENNIS

Os jogos acontecem na quadra de areia do Sesc Thermas e os campeões e vices de cada categoria em duplas (masculina, feminina e mista) são qualificados para disputar a fase Estadual, no Sesc Bertioga, em 2/12/2023. Podem participar somente pessoas com Credencial Plena Sesc (titular ou dependente), acima de 18 anos.

**Dias 21 e 22.**

**Sábado e domingo, 9h.**

Quadra de Areia.

Grátis. **18**

Inscrições a partir do dia 1º pelo e-mail: torneios.prudente@sescsp.org.br

Torneios e campeonatos

### TÊNIS DE MESA

Torneio de tênis de mesa nas categorias iniciante, intermediário e avançado, voltado para trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo. Para participar, é necessário ter a Credencial Plena Sesc. As vagas são limitadas.

**Dias 28 e 29.**

**Sábado e domingo, 9h às 12h.**

Área de Convivência.

Grátis. **18**

Inscrições de 1 a 20/10 pelo e-mail: torneios.prudente@sescsp.org.br





Foto: Estevão Salomão

## Ginástica Multifuncional

### GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

Programa das academias do Sesc que oferece treinos personalizados, aulas em grupo e treinos coletivos.

#### Terça a sexta

8h às 13h e 15h às 20h

#### Sábado

9h às 15h

#### Domingo e feriado

9h às 13h

● R\$ 38    ▲ R\$ 83

Desconto de 50% para maiores de 60 anos, em horários limitados.

Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante a disponibilidade de vagas.

### PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

Proporciona o acesso ao meio aquático e promove uma relação positiva das pessoas com este ambiente.

### Condicionamento Físico Aquático (CFA)

É um curso planejado e periodizado, que oferece exercícios individuais e em grupo, estimulando as capacidades físicas, a socialização e a relação positiva com a água.

Busca promover a melhora do condicionamento físico e da saúde integral das pessoas.

#### Terça e quintas

8h10 e 18h40

#### Quartas e sextas

8h10, 9h10 e 18h

● R\$ 17    ▲ R\$ 38

Grátis para jovens de 12 a 16 anos e pessoas acima de 60 anos.

Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante a disponibilidade de vagas.

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



Foto: Estevão Salomão

## Esporte Jovem Basquete Feminino

### PROGRAMA SESC DE ESPORTES

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

	Terça e quinta	Quarta e sexta	Quinta e domingo
<b>Esporte Criança</b> 6 a 10 anos	14h às 17h		
<b>Esporte Jovem</b> 13 a 16 anos <b>Basquete Feminino</b>		16h às 17h30	
<b>Esporte Adulto</b> A partir de 16 anos			
<b>Clube do Futsal</b>		19h às 20h	
<b>Clube do</b> <b>Tênis de Mesa</b>		10h30 às 11h30	
<b>Clube da Corrida</b>			9h às 10h

Grátis.

Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante a disponibilidade de vagas.

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



Foto: Maila Alves

**Vivência** Ateliê Aberto

## Crianças

Espetáculo

### **EM BUSCA DA BONECA AZUL**

**Com Cia. Lúdica**

Tulipa e Tabefe são dois palhaços que recebem uma mensagem revelando o desaparecimento da boneca Azul, uma bailarina. Eles transformam-se em detetives para encontrá-la, porém são surpreendidos pelas armadilhas e magias de Líria, uma habilidosa feiticeira, e do seu assistente, o desastrado Panklata, que vão criando obstáculos para que o mistério da Azul não seja desvendado.

**Dia 1.**

**Domingo, 15h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **L**

Vivência

### **ATELIÊ ABERTO**

**Com educadoras infantojuvenis do Sesc**

Crianças e seus acompanhantes têm à sua disposição materiais diversos para experimentar processos criativos, em um divertido encontro artístico e brincante.

**De 1 a 29.**

**Domingo, 15h30  
às 17h30.**

Quiosque.  
Grátis. **L**



Foto: Aldf Vibrante Filmes

**Espectáculo A Louca das Frutas**

Espectáculo

**GRAN CIRCO DE FIOS**

**Com a Cia A DitaCuja**


O apresentador anuncia a grandiosa variedade de números de habilidade e perigo. Porém, as artistas Dorotéia e Magnólia, que são duas encantadoras marionetes palhaças, desejam realizar as clássicas piadas de palhaçaria, nos levando a um mergulho no mundo de emoção, risos e poesia do universo circense.

**Dia 8.**

**Domingo, 15h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **L**

Acessibilidade:  
 Libras.

Oficina

**SLIME MAGNÉTICO**

**Com educador do Espaço de  
Tecnologias e Artes do Sesc**

Aprenda a transformar o slime, massinha grudenta e colorida, em um brinquedo magnético. Com a mistura de um pó feito com palha de aço e o uso de um ímã potente, o slime pode ser controlado para qualquer direção.

**Dia 14.**

**Sábado,  
14h30 às 15h30 e  
16h30 às 17h30**

Quiosque

Grátis. **L**

Entrega de senhas  
no local com  
30 minutos de  
antecedência.



Foto: Paulo Costa

**Espetáculo O Trem Fantasma**

Espetáculo

**A LOUCA DAS FRUTAS**

**Com Painé Santamaria, malabarista, palhaça e musicista da Argentina**

Chiquita é uma feirante que adora entreter a sua clientela fazendo peripécias enquanto vende suas frutas. Engraçada e sincera, a feirante malabarista nos leva para uma viagem guiada por música latina, dança e muito humor, criando uma verdadeira salada de frutas em cada passo.

**Dia 15.**

**Domingo, 15h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **L**

Acessibilidade:

 Libras.

Espetáculo

**LAS MANAS À OBRA**

**Com Trupe Las Manas**

Precisa de um serviço de encanamento, elétrica ou alvenaria? Las Manas à Obra traz a solução para o seu problema! Três palhaças construtoras que, em meio a diversas presepadas, entregam um serviço completo e de qualidade.

**Dia 22.**

**Domingo, 15h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **L**

Espetáculo

**O TREM FANTASMA**

**Com a Cia Polichinelo**

Contrata-se monstros que sejam comprovadamente assustadores! Com a divulgação do anúncio, surge bruxa, vampiro, múmia, zumbi... E dentre os candidatos, está um garoto cheio de curiosidade. Será que ele vai conseguir embarcar nessa aventura?

**Dia 29.**

**Domingo, 15h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **L**



Foto: Reprodução

**Cinema Perlimps****SESC NA SEMANA DA CRIANÇA**

Durante a Semana da Criança, 10 a 15 de outubro, centenas de atividades para bebês e crianças de até 12 anos, acompanhados de seus responsáveis, acontecem nas unidades do Sesc São Paulo.

Tudo com o objetivo de reforçar a importância do brincar e a valorização da infância.

**Cinema****PERLIMPS**

**Dir.: Alê Abreu | Brasil | 2023 | 80 min.**

Claé e Bruô, agente-secretos de reinos rivais, precisam superar suas diferenças, unir forças e iniciar uma jornada de aventura e fantasia para buscar os Perlimps - criaturas misteriosas capazes de encontrar um caminho para a paz em tempos de guerra. O filme participou dos festivais de Annecy, Ottawa e venceu o Júri Infantil do 39º Festival de Cinema Infantil de Chicago.

**Dia 11.****Quarta, 20h.**Área de  
Convivência.Grátis. **L****Mediação de Leitura****UMA ÁRVORE DE HISTÓRIAS PARA BEBÊS  
Com Coletivo Balangandã.**

Bebê lê? Baseado nesta pergunta e compreendendo a importância da literatura no desenvolvimento integral de crianças pequenas, o coletivo convida famílias com bebês para vivenciar um espaço acolhedor, recheado de texturas, cheiros, cores e livros.

**Dia 12.****Quinta,  
9h30 às 12h.**Quintal  
Grátis. **L**





Foto: Caio Oviedo

**Intervenção Circense** Palavras do Guarda-Chuva

Ateliê

**BALANGANDÃ****Com educadoras de atividades infantojuvenis do Sesc.**

Com papel, fita adesiva e cordão, cada criança construirá artesanalmente seu próprio balangandã, um brinquedo popular que, ao ser movimentado, deixa rastros coloridos no ar.

**Dia 12.****Quinta,  
10h às 12h30 e  
14h às 17h30.**Área de  
Convivência.  
Grátis. **L**

Intervenção circense

**PALAVRAS DO GUARDA-CHUVA****Com Coletivo Catappum!**

Moleque, cafuné, caçula, dengo, bagunça... Você já se perguntou de onde vem essas palavras? Embalados por música instrumental, os palhaços Chicote e Filipeuto trazem um guarda-chuva recheado de poesias e convidam o público para uma viagem nas palavras africanas que fazem parte do vocabulário brasileiro.

**Dia 12.****Quinta,  
10h às 11h e  
14h às 15h.**Entrada do Sesc  
Thermas.  
Grátis. **L**

Oficina

**LÚDICO E CIENTÍFICO****Com educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc e Gabriel da Cruz Dias, professor e doutor em física.**

Levitação magnética, bolha que pula, teste do astronauta e outros: experimentos para entreter e ensinar como a ciência pode ser curiosa, divertida e simples. Também serão confeccionados morcegos e borboletas autômatos, ou seja, que se movem, para que as crianças aprendam aspectos da mecânica de voo dos animais.

**Dia 12.****Quinta,  
10h às 12h30 e  
14h às 17h30.**Área de  
Convivência.  
Grátis. **L**  
Atendimento com  
vagas limitadas  
por ordem de  
chegada.



Foto: Renato Ninello

**Oficina Carimbos Naturais**

Oficina

**CARIMBOS NATURAIS**

**Com Renata Ninello, do Sítio Sol & Jardim.**

O contato com a natureza e a arte estimula a sensibilidade e a observação. Nesta oficina, propõe-se às crianças a interação com a natureza por meio da elaboração de carimbos naturais, com folhas, flores, cascas e sementes, e pinturas em tinta guache.

**Dia 12.**

**Quinta,**

**13h30 às 15h e**

**16h às 17h30.**

Quiosque.

Grátis. **L**

Grátis. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Mediação de Leitura

**UMA ÁRVORE DE HISTÓRIAS**

**Com Coletivo Balangandã.**

Com livros dispostos à sombra de uma árvore, crianças, jovens, adultos e idosos são convidados a compartilhar momentos de leituras individuais e coletivas.

**Dia 12.**

**Quinta,**

**14h às 17h30.**

Quintal

Grátis. **L**



Foto: Maila Alves

**Vivência Brincadeiras Populares**

Aula aberta

**AQUAPALHAÇOS:  
MALABARES E POCKET SHOW**  
**Com o Grupo Lezizz.**

Aulas de malabares e acrobacias para o público do Parque Aquático. Ao final, os Aquapalhaços apresentam, em um pocket show, a magia do circo sob as águas.

**Dia 12.**

**Quinta, 15h às 17h30.**

Parque Aquático.  
Grátis. **L**

Para acessar o Parque Aquático, é necessário ter credencial e exame dermatológico válidos.

Espectáculo

**CATAPPUM!**  
**Com Coletivo Catappum!**

Numa manhã cinzenta, após um barulho ensurdecedor fazer com que todos os habitantes de uma cidade imaginária caíssem num sono profundo, atrapalhados palhaços se envolvem no grande mistério para descobrir quem é o responsável pela situação. Um espetáculo com música ao vivo, bonecos e jogos com a plateia.

**Dia 12.**

**Quinta, 15h.**

Bosque.  
Grátis. **L**  
Acessibilidade:

 Libras.

Vivência

**BRINCADEIRAS POPULARES**  
**Com Brincantes do Pisa Chão.**

Pé de lata, rói-rói, apito e bola de meia são alguns dos brinquedos tradicionais que Eureka e Kachucho, brincantes da cultura popular, resgatam no tempo e trazem para o Quintal do Sesc, acompanhados por cirandas cantadas e versadas.

**Dia 12.**

**Quinta, 16h às 17h30.**

Quintal.  
Grátis. **L**



Foto: Roberto Maty

## Programa Curumim

### CURUMIM

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

#### Terça e quintas

8h às 12h

#### Quartas e sextas

8h às 12h

Grátis.

Inscrições na Central de Relacionamento mediante a disponibilidade de vagas. O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo **Credencial Sesc SP** ou no site **[centralrelacionamento.sescsp.org.br](https://centralrelacionamento.sescsp.org.br)**



**Oficina Música no Celular**

Foto: Pexels

## Pessoas Idosas



Oficina

### **MÚSICA NO CELULAR**

**Com educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc.**

A proposta é apresentar às pessoas idosas aplicativos e maneiras de pesquisar e acessar música por meio do celular.

**Dia 3. Terça,  
14h30 às 16h30.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes.

Grátis. Inscrições  
presenciais,  
das 14 às 17h,  
no Espaço de  
Tecnologias e  
Artes.

Curso

### **DANÇA**

**Com Chico Luz e Gisela Mesquita, bailarinos.**

Dançar melhora o condicionamento físico e a coordenação motora, além de incentivar a socialização e aliviar o estresse. Neste curso, os participantes aprendem coreografias de ritmos para se dançar junto, solto ou sem a necessidade de um par, como samba de gafieira, forró, bolero, valsa, xote e sertanejo.

*Para idosos acima de 70 anos, necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.*

**De 4/10 a 10/11.  
Quartas e sextas,  
14h30 às 16h.**

Quintal.  
Grátis.

Inscrições  
presenciais  
na Central de  
Relacionamento.





Foto: Gasalucinação

**Curso** Macramê

Curso

**MACRAMÊ****Com Maria Beatriz Afonso, professora e artesã.**

O curso busca aprofundar a técnica de macramê, abordando questões pertinentes ao trabalho manual como saúde mental, estilo de vida, habilidade e geração de renda. Durante os encontros, serão apresentadas as etapas de construção e finalização de peças, com embasamento para criação de projetos futuros.

**De 10 a 31.****Terças,****14h30 às 16h30.**

Espaço de  
Tecnologias e  
Artes.

Inscrições de 3  
até dia 10 no app  
Credencial Sesc  
SP, no site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente)  
ou na Central de  
Relacionamento,  
mediante  
agendamento.





Foto: Andre Spinelli

**Excursão Bertioga**

## Turismo

Excursão

### **ENTRE A SERRA E O MAR: SESC BERTIOGA**

Localizado entre a Mata Atlântica e o mar, a biodiversidade e a cultura local são abordadas no Centro de Férias Sesc Bertioga por meio de passeios, vivências e oficinas, que buscam aliar o descanso e à descoberta e ao conhecimento.

**De 3 a 8/10.**

**Terça a domingo.**

Inscrições  
encerradas.

## AGENDA DE DESTAQUES

### TERÇA

### QUARTA

### QUINTA

**3**

#### **Pessoas Idosas**

14h30

Oficina

Música no Celular

**4**

#### **Pessoas Idosas**

14h30

Curso

Dança

**5**

#### **Dança**

19h

Oficina

Danças Africanas

**10**

#### **Esporte e Atividade física**

10h

Aula Aberta

Movimento

Consciente

**11**

#### **Cinema**

20h

Perlimps

**12 (feriado)**

#### **Crianças**

15h

Espetáculo

CATAPPUM!

**17**

#### **Literatura**

19h

Palestra

Infâncias,

Afetividade e

Escola

**18**

#### **Artes Visuais**

19h

Curso

Luminárias

com madeira

de descarte

**19**

#### **Esporte e Atividade física**

10h

Aula Aberta

Movimento

Consciente

**24**

#### **Teatro**

19h

Curso

Iluminação cênica

**25**

#### **Pessoas Idosas**

14h30

Curso

Dança

**26**

#### **Esporte e Atividade física**

10h

Aula Aberta

Movimento

Consciente

**31**

#### **Esporte e Atividade física**

10h

Aula Aberta

Movimento

Consciente

SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
		<b>1</b> <b>Crianças</b> 15h Espetáculo "Em busca da boneca Azul"
<b>6</b> <b>Literatura</b> 13h Palestra Lei 10.639: Por uma educação de corpo inteiro	<b>7</b> <b>Música</b> 10h Curso Áudio profissional e produção em estúdio	<b>8</b> <b>Meio Ambiente</b> 10h Vivência Mãos à Horta
<b>13</b> <b>Pessoas Idosas</b> 14h30 Curso Dança	<b>14</b> <b>Música</b> 16h Show "Tudo dança" - Gafi e Meia"	<b>15</b> <b>Crianças</b> 15h Espetáculo A Louca das Frutas
<b>20</b> <b>Teatro</b> 20h30 Espetáculo Mãos Trêmulas	<b>21</b> <b>Alimentação</b> 9h30 Feira Pequenos Produtores	<b>22</b> <b>Crianças</b> 15h Espetáculo Las Manas à Obra
<b>27</b> <b>Alimentação</b> 10h Vivência Estação do Café: do pé à xícara	<b>28</b> <b>Música</b> 16h Show Angry Zeta (ARG)	<b>29</b> <b>Crianças</b> 15h Espetáculo O Trem Fantasma

---

## 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, na Central de Relacionamento



Consulte a relação de documentos necessários

---

## Sobre o Sesc São Paulo

Com 77 anos de atuação, o Sesc – Serviço Social do Comércio conta com uma rede de 40 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

Mantido pelos empresários 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.



Sesc Thermas de Presidente Prudente

---

## Informações e horários

### Sesc Thermas de Presidente Prudente

Terça a sexta, 8h às 20h.

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

### Central de Relacionamento

**Tel.: 18 3226-0400**

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

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

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

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

### Loja Sesc

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

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

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

### Espaço de Tecnologias e Artes

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

### Quadras

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

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

Terça a sexta, 8h às 19h30.

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

### Bosque e Pista de Caminhada

Com mais de 30 mil m<sup>2</sup>, o Bosque  
do Sesc Thermas possui uma área  
amplamente arborizada com uma  
pista de aproximadamente 1 km que  
convida o público a praticar diferentes  
atividades físicas como caminhada,  
corrida, skate, patins.

---

## Parque Aquático

Composto por três piscinas de águas  
quentes naturais, o Parque Aquático  
do Sesc Thermas é abastecido por um  
poço de águas termais naturais.

Terça a sexta das 8h às 19h30.

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

Para frequentar a piscina, é necessário  
apresentar credencial e exame  
dermatológico válidos, traje de  
banho (maiô, biquini ou sunga, não  
transparentes).

### Exame dermatológico

Terça a quinta, 15h15 às 18h30.

Sexta: não há exame.

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

22/10, domingo: não haverá exame.

Valores: R\$ 10 (Credencial Plena).

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

### Cafeteria

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

Terça a sexta, 9h às 19h.

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

### Odontologia

Exclusivo para trabalhadores no  
comércio de bens, serviços e  
turismo credenciados e dependentes.

Atendimento com inscrição prévia  
que acontece anualmente pelo  
site [sescsp.org.br/odontologia](http://sescsp.org.br/odontologia)

O atendimento prioriza indivíduos e/ou  
famílias com maior vulnerabilidade social.

Terça a sexta, 11h às 19h30.

Sábados, 9h às 17h30.

Tel.: (18) 3226-0413




### Brigada de incêndio

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

## **SESC THERMAS DE PRESIDENTE PRUDENTE**

Rua Alberto Peters, 111

Tel.: (18) 3226-0400

   /sescthermas

 /sescthermasprudente

**[sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente)**

**faça sua  
credencial  
sesc**



**SELO FSC**