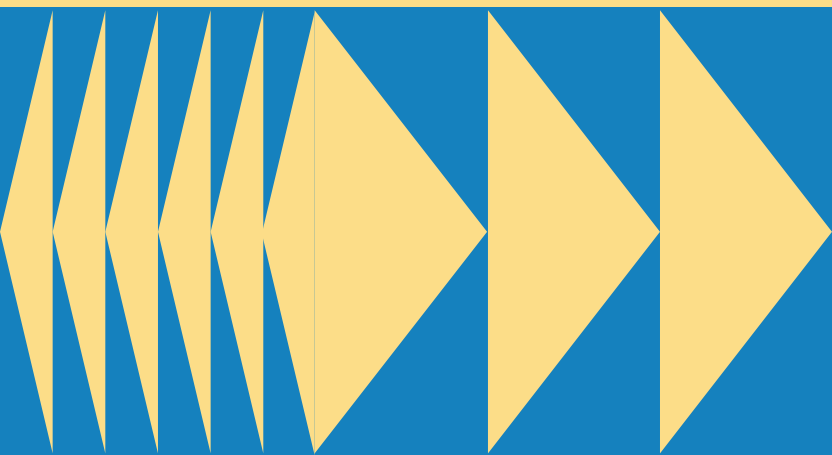


# Janeiro 2024

## Sesc Guarulhos

### Guia de Programação



The Sesc logo, featuring the word "Sesc" in a bold, black, sans-serif font, with a curved line above the letters.



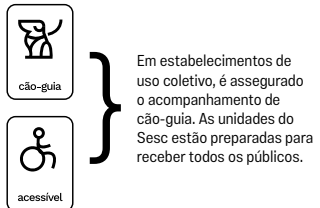
Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

### Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

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

### Legendas de Acessibilidade



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 Guarulhos. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br). Programação sujeita a alterações.

### Funcionamento

Terça a sexta: 9h às 21h30  
Sábados: 9h às 20h  
Domingo e feriado: 9h às 18h

Unidade fechada no dia 1/1.

### Ingressos

A venda de ingressos para shows e espetáculos no Sesc Guarulhos tem início semanalmente, em dois lotes. On-line: às terças-feiras, a partir das 17h. Presencial, nas bilheteiras das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h.

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
5 a 7/1	19/12	20/12
12/ a 14/1	19/12	20/12
19 e 21/1	9/1	10/1
26 a 28/1	16/1	17/1

O portal do Sesc Guarulhos traz informações completas sobre datas de venda, preços, limitações de ingresso por pessoa e meios de aquisição – on-line, via aplicativo Credencial Sesc SP ou Central de Relacionamento Digital, ou presencialmente nas unidades. Consulte a política de venda de ingressos na seção Termos de Uso em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br)

### 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 e servidor de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**

**Capa:** Imagem aérea das quadras e piscina externa do Sesc Guarulhos.

6 Shows e Espetáculos  
10 Cursos, Oficinas e Encontros  
20 Esporte e Atividade Física  
32 Crianças  
35 Pessoas Idosas  
36 Agenda de Destaques

## Editorial

**MISTURA:** substantivo feminino. Ação de misturar. Resultado de muitas coisas postas em conjunto (...) “reunião íntima de coisas diversas”. Destrichada assim, a palavra “Mistura”, parece quase que, plenamente, traduzir as sensações e sentimentos que nos invadem em todos os janeiros. Desejos por renovações, projetos, anseios pela concretização de sonhos e o abastecimento de uma esperança viva, costumeiramente, são as energias que nos invadem neste mês com vocação ao “(re)despertar”, “(re)iniciar”.

Tudo isto vem num mesmo balaio! Junto e misturado mesmo! E aqui na programação do Sesc Guarulhos, esse mix todo, tem lugar dentro das mais diversas atividades programáticas.

Com as crianças, brincaremos com água. Para os jovens, faremos ampliações para pinturas e murais. E para todas as idades, acontecerão aulas abertas voltadas a inclusão digital. Na música, Marina Lima se apresentará, com todo seu charme no show “Nas ondas da Marina”. Tocaremos alguns dos instrumentos de percussão mais utilizados na música brasileira. E para aqueles que tem curiosidade em saber como nasce um “beat”, teremos o “Vamos fazer beats!”. Teremos ainda oficina sobre a avifauna encontrada nas áreas verdes da unidade.

Desvendaremos estratégias nas sessões de games. E acompanharemos a cantora Fortuna, convidando todas as idades, a viajar pelas diversas tradições musicais ao redor do mundo.

E como destaque de nossa programação, acontecerá o “Sesc Verão”. Em 2024, celebramos o ano dos jogos olímpicos e paralímpicos, e valorizaremos mais ainda o acolhimento, a diversidade e a sustentabilidade. Para isto, teremos a presença de grandes nomes dos Esportes de Rebater, tais como: Mireya Luiz, Douglas Souza, Teliana Pereira e Thomaz Bellucci que estarão em quadra se movimentando e nos convidando ao mover-se.

Estarão conosco também as mesatenistas paralímpicas Jennyfer Parinos e Danielle Rauen e jogaremos o badminton com luz e no escuro. Além destas experiências todas, teremos ainda: Mayra Ranzeiro (Tênis de Mesa) abordando e conversando sobre questões mais profundas do esporte, bem como aulas abertas de ritmos variados, os 4 estilos de nado com Thiago Pereira e vivenciaremos os esportes com rodas (skate, BMX e patins). Venha! Participe! Some a sua diversidade a tantas outras, junte-se e adicione-se nesse balaio! Este janeiro, aqui no Sesc Guarulhos, tem tudo para ser cheio de encontros ricos, potentes e misturados!



# Shows e Espetáculos

6



Foto: Miro

Show Otto Canta Reginaldo Rossi

## MÚSICA

### Show **OTTO CANTA REGINALDO ROSSI** **As Quatro Estações**

Nesta apresentação, Otto traz um show inédito em que celebra a obra de mais de 50 anos de Reginaldo Rossi, fazendo releituras de seus maiores sucessos como Garçom, A Raposa e as Uvas, Mon Amour, Meu Bem e Ma Femme.

### Show **MARINA LIMA** **Nas Ondas da Marina**

Nesse show, Marina sintoniza com todas as suas ondas. Agradece as gerações que a acompanham desde o início, com hits clássicos como "Fullgás", "Uma Noite e Meia" e "À Francesa", e acolhe aquelas que passaram a segui-la mais recentemente, com canções do novo EP Motim. Diversa, navega por vários moods desua música, que vai desde baladas românticas a canções libertárias.

**Dia 5. Sexta.**  
**20h às 21h30.**

Teatro.  
● R\$12  
■ R\$20  
▲ R\$40

12

**Dias 6 e 7.**  
**Sábado, 20h às 21h30 e domingo.**  
**18h às 19h30.**

Teatro.  
● R\$12  
■ R\$20  
▲ R\$40

10

## SHOWS E ESPETÁCULOS

7

### Show **JALOO** **Turnê Mau**

Neste show, a cantora, compositora e produtora musical, Jaloo, explora o seu lado feminino com temas ousados e urgentes.

**Dia 12. Sexta,**  
**20h às 21h30.**

Teatro.  
● R\$12  
■ R\$20  
▲ R\$40

16

### Show **LUIZ AYRÃO** **Samba de Respeito**

Luiz Ayrão comemora seus 80 anos com sua turnê "Samba de Respeito". No show estão presentes seus grandes sucessos como "Ciúme de Você", "Bola Dividida" e "Mulher Brasileira" junto com clássicos de grandes sambistas.

**Dia 13. Sábado,**  
**20h às 21h30.**

Teatro.  
● R\$12  
■ R\$20  
▲ R\$40

14

### Show **TCHIRIBIM TCHIRIBOM** **Cantando pelo mundo**

Neste espetáculo musical, Fortuna viaja pelas tradições musicais de povos e regiões ao redor do mundo, como China, Itália, Nova Zelândia, México, entre outros.

**Dia 14. Domingo.**  
**18h às 19h.**

Teatro.  
● R\$10  
■ R\$15  
▲ R\$30

Grátis para crianças menores de 12 anos

L

### Show **DOUGLAS GERMANO & KIKO DINUCCI** **Lançamento do vinil Duo Moviola**

Douglas Germano e Kiko Dinucci celebram no palco a parceria de quase 20 anos em projetos comuns e composições. O show reúne repertório de trabalhos solo e conjunto, com inéditas assinadas pelos dois, como o álbum Duo Moviola, que reúne as canções da dupla.

**Dia 19. Sexta.**  
**20h às 21h30.**

Teatro.  
● R\$12  
■ R\$20  
▲ R\$40

10



Show Douglas Germano & Kiko Dinucci

Foto: Vitória Proença

Show

**MATEUS FAZENO ROCK****Jesus Ñ Voltará**

Com um repertório composto por músicas autorais, Mateus Fazeno Rock apresenta tanto as faixas do recém-lançado álbum "Jesus Ñ Voltará" de 2023, que conta com a participação de artistas como Mumutante, Má Dame, Big Léo, Jup do Bairro e Brisa Flow, acumulando quase um milhão de reproduções, quanto faixas do seu primeiro álbum "Rolê nas Ruínas" lançado em 2020.

**Dia 20. Sábado.**  
20h às 21h30.

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40.

16

Show

**TÁSSIA REIS CANTA ALCIONE**

A cantora Tássia Reis interpreta músicas de Alcione, grande nome da música brasileira.

**Dia 21. Domingo,**  
18h às 19h30.

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

12

Show

**FUNK COMO LE GUSTA****#FCLG25anos**

Neste show, a banda faz uma apresentação com músicas como "1.6 Toneladas" e "Super Funk,". Além disso, clássicos da música brasileira, fazem parte do repertório.

**Dia 26. Sexta,**  
20h às 21h30.

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

L



Espectáculo A Divina Farsa

Foto: Carlos Cueller

**TEATRO**

Espectáculo

**LOS LOBOS BOBOS EM O MISTÉRIO DE CLARICE LISPECTOR****Com Cia Los Lobos Bobos**

Neste espetáculo de circo-teatro, a companhia Los Lobos Bobos conta a história do coelho Joãozinho, um coelho pensante e fujão, que não que não perde uma oportunidade para dar no pé. Ele ama a liberdade. Como ele consegue escapar sempre da gaiolinha estreita?

**Dia 20. Sábado.**

16h às 17h.

Praça de Convivência.  
Grátis.

L

Espectáculo

**ORAS BOLAS****Com Cia Noz de Teatro**

Neste espetáculo, que envolve as técnicas de dança, música, artes plásticas e animação de objetos, formas geométricas, brinquedos diversos objetos se transformam em personagens da história.

**Dias 21 e 27. Domingo e sábado.**

16h às 17h.

Praça de Convivência.  
Grátis

L

Espectáculo

**A DIVINA FARSA****Com a Cia LaMinima**

Dionísio chega ao Olimpo para reivindicar a atenção de seu pai Zeus. Filho bastardo, encontra-se no Panteão com deusas e deuses, no momento em que deliberam quem descerá à Terra para acudir a humanidade, mais uma vez à beira da extinção.

**Dia 27, Sábado,**  
20h às 21h30  
**Dia 28, Domingo.**  
18h às 19h30

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

14

**CIRCO**

Espectáculo

**QUANDO ACORDEI, O CIRCO JÁ TINHA IDO EMBORA****Com Trupe Trapaceros**

Espectáculo que trata de memórias de infância gestadas pelos circos itinerantes que armavam suas lonas às margens do Rio Juquery. Revive as lembranças, desde aquele momento em que um carro, com um alto falante abafado, passava na nossa rua dizendo que o circo tinha chegado, até o instante em que o picadeiro atravessa nossa vida e resolve morar no coração da nossa memória.

**Dia 7, Domingo,**  
16h às 17h.

Praça de Convivência.

L

# Cursos, Oficinas e Encontros

## FÉRIAS NO CENTRO DE MÚSICA

Vivência

### AQUI TEM BARULHO (E RITMO)! Com Sérgio Leandro

Que tal conhecer de perto e tocar alguns dos instrumentos de percussão mais utilizados na música brasileira? Vários instrumentos como conga, surdo, tímpano, tamborim, pandeiro, reco-reco, entre muitos outros, ficarão disponíveis para o público experimentar, brincar e praticar.

Vivência

### EXPERIMENTE TOCAR CONTRABAIXO!

Venha experimentar tocar um contrabaixo! Não precisa ter nenhum conhecimento prévio! O equipamento está disponível para uso livre\*, permitindo brincar, praticar ou simplesmente tocar pela primeira vez esse instrumento.  
\*Período máximo de 15 minutos, quando houver fila de espera.

Vivência

### EXPERIMENTE TOCAR UMA GUITARRA!

Venha experimentar tocar uma guitarra! Não precisa ter nenhum conhecimento prévio! O equipamento está disponível para uso livre, permitindo brincar, praticar ou simplesmente tocar pela primeira vez esse instrumento.

Vivência

### EXPERIMENTE TOCAR UMA BATERIA!

Venha experimentar tocar uma bateria completa! Não precisa ter nenhum conhecimento prévio! O equipamento está disponível para uso livre\*, permitindo brincar, praticar ou simplesmente tocar pela primeira vez esse instrumento.

**Dias 13/1 a 9/2. Quartas a domingos. 10h às 13h**

Estúdio 2 - Sala C.M. Individual. Grátis.



**De 13/1 a 9/2. Terças a sábados. 10h às 20h. De 14/1 a 4/2. Domingos. 10h às 17h.**

Estúdio 12 - Sala C.M. Individual Grátis.

**De 13/1 a 9/2. Terças a sábados. 10h às 20h. De 14/1 a 4/2. Domingos. 10h às 17h.**

Estúdio 4 - Sala C.M. Individual Grátis.



**De 13/1 a 9/2. Terças a sábados. 10h às 20h. De 14/1 a 4/2. Domingos. 10h às 17h.**

Estúdio 3 - Sala C.M. Individual Grátis.



Vivência

### EXPERIMENTE TOCAR PIANO!

Venha experimentar tocar um piano! Não precisa ter nenhum conhecimento prévio! O equipamento está disponível para uso livre, permitindo brincar, praticar ou simplesmente tocar pela primeira vez esse instrumento.

Oficina

### A ÁGUA COMO PRIMEIRO BRINQUEDO SONORO Com a Cia. Menina Fulô

Venha fazer uma imersão no universo sonoro das águas a partir de instrumentos percussivos, aquários e objetos diversos, em jogos e brincadeiras que investiguem as possibilidades sonoras desse elemento. Para crianças de 2 a 6 anos, acompanhadas por um responsável.

Vivência

### ESTÚDIO ABERTO PARA PRÁTICA DE BANDAS E MÚSICOS

#### Com Juan De Las

O Centro de Música abre suas portas como um espaço de socialização e desenvolvimento musical em grupo, propiciando aos participantes a experiência do tocar em uma banda, em um espaço formatado para se conhecer outros saberes musicais, estilos e ideias. Não é necessário trazer o próprio instrumento.

Vivência

### VAMOS FAZER BEATS!

#### Com o Coletivo SP Beat Essentials

Vivencie a experiência de "beatmaking" interagindo diretamente com as icônicas MPC's e outros equipamentos, utilizando recursos como samples, loops, instrumentos e efeitos, conhecendo na prática os principais fundamentos da produção de uma "batida" (Beat).

De 13/1 a

**9/2. Terças a sábados. 10h às 20h. De 14/1 a 4/2. Domingos. 10h às 17h.**

Estúdio 4 - Sala C.M. Individual Grátis.



**Dias 13, 20/1 e 3/2. Sábados. 11h às 12h. Dia 28/1. Domingos. 11h às 12h.**

Estúdio 01 - Sala C.M. Coletiva Grátis. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.



**Dias 14/1 a 4/2. Domingos. 14h às 17h. De 17/1 a 7/2. Quartas. 18h às 21h.**

Estúdio 02 - Sala C.M. Coletiva Grátis.



**Dias 14/1 a 4/2. Domingos. 14h às 18h.**

Área Externa Grátis.





Foto: Divulgação

**Vivência** Piano na Praça - Conheça e Toque!

Vivência

### PIANO NA PRAÇA - CONHEÇA E TOQUE!

Com Pedro Ascaleta

Que tal conhecer um piano de perto e ainda tocar algumas notas ou músicas? Venha ouvir, experimentar, brincar, praticar ou simplesmente tocar pela primeira vez esse instrumento.

De 16/1 a 9/2.  
terças a sextas.

13h às 15h e  
16h às 18h.

Exceto 25/1

Praça de  
Convivência  
Grátis.

L

Vivência

### SOLTE SUA VOZ - VIVÊNCIA

#### DE CANTO EM GRUPO

Com Ana Salvagni

Oficina de canto que propõe o despertar da percepção musical, através de canções, dinâmicas e exercícios vocais, comuns na música popular. Cada encontro abre oportunidades de atuação artística, autoconhecimento e interação social.

De 18/1 a  
8/2. Quintas.  
14h às 16h.

Sala 4 - Auditório  
Grátis.

12

Workshop

### YLU AFRO-BRASIL - RITMOS E TAMBORES AFRO BRASILEIROS

Com Afonsinho Menino

Workshop sobre Ritmos e Tambores Afrobrasileiros repleto de histórias e informações sobre ritmos como a congada, ijexá e maculelê, acompanhada por instrumentos como o tambor do divino, berimbau, pandeiro, tambor falante, atabaque e congas.

De 19/1. Sexta.  
14h às 15h.

Sala 4 - Auditório  
Grátis.

Entrega de senhas  
no local com  
30 minutos de  
antecedência.

L

Oficina

### CONFECÇÃO DE AGOGÔ DE OURIÇO DE CASTANHA DO PARÁ

Com Afonsinho Menino

Oficina de construção de um Agogô com a utilização de ouriço de Castanha do Pará e materiais reaproveitados.

Dia 19. Sexta.

16h às 18h.

Sala 4 - Auditório.  
Grátis. Entrega de  
senhas no local  
com 30 minutos  
de antecedência.

L

Curso

### VIDEOCLÍPE DE GUERRILHA

Com Diana Boccara e Léo Longo  
(Couple of Things)

Minicurso teórico e prático sobre ser artista independente do cenário musical e da produção audiovisual. Voltado para quem tem interesse na produção independente de vídeos e material audiovisual relacionado à música.

Dia 21. Domingo.

14h às 17h

Sala 4 - Auditório.  
Grátis.

Retirada de  
senhas com 1h  
de antecedência

16

Oficina

### CONFECÇÃO DE XEQUERÊ

Com Afonsinho Menino

Oficina de construção de um Xequerê com a utilização de miçangas, cabaça e materiais reaproveitados.

Dias 26. Sexta.

16h às 18h

Sala 4 - Auditório.  
Grátis.

Retirada de  
senhas com  
30 minutos  
de antecedência

L

Foto: Divulgação



Oficina Confecção de Xequerê



Vivência Partiu Juventudes!

## JOVENS

Vivência

**PARTIU JUVENTUDES!**

Jogos de tabuleiro e games (X-box): Essa é a chance perfeita para conhecer gente nova, fazer novos amigos e aprimorar suas habilidades sociais enquanto se diverte. Nossa proposta é ocupar o "Espaço Juventudes" e fortalecer os vínculos por meio da interação e trabalho em equipe. E aí, Partiu Juventudes?!

Vivência

**EXPERIMENTAÇÕES CÊNICAS PARA JOVENS de 13 a 18 e 16 a 29 anos**

Experimentações Cênicas para Jovens é a versão de férias de uma das atividades dos grupos permanentes do Programa Juventudes, onde convidamos jovens de 13 a 18 anos (sextas à tarde) e de 16 a 29 anos (terças à noite) a explorarem as linguagens da cena: dança e teatro, em processos que transformam o modo de ver e se expressar através do mundo.

Oficina

**PONTO GEEK: PREPARANDO MESTRES RPG Com Victor Rodrigues**

Explore o universo fascinante da mestragem de RPG no Ponto Geek. Aprenda a iniciar ou aprimorar suas habilidades como mestre, desvendando estratégias cativantes para elevar suas sessões de jogo. Embarque nesta jornada de aprendizado e prepare-se para se tornar um mestre inesquecível.

**Dia 4 a 25.****Quintas. 15h às 17h30**

Juventudes.

Grátis.

**De 5 a 26. Sextas.****13 a 18 anos.****15h30 às 17h30.****De 9 a 30. Terças.****16 a 29 anos.****19h às 21h**

Sala 3.

Grátis.

Inscrição Online

a partir 27/12.

**Dias 13 a****27. Sábado e domingo. 14h30 às 17h30**

Juventudes.

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



## MEIO AMBIENTE

Exposição

**CARROÇA CATARINA****Com Natasha Itai**

Instalação artística da carroça da catadora Anne Caroline, feita pelo artista guarulhense Rim Chiaradia no Projeto Pimp My Carroça no ano de 2021. Esta ação visa ampliar a sensibilização dos frequentadores do Sesc Guarulhos com relação ao gerenciamento adequado dos resíduos sólidos, tanto recicláveis, quanto orgânicos. Desta forma permitirá a reflexão, através da arte, sobre o trabalho realizado pelas catadoras e catadores de materiais recicláveis, que atuam como agentes ambientais ao desviar os resíduos que majoritariamente teriam como finalidade a disposição inadequada em aterros ou lixões.

Vivência

**MEIO AMBIENTE E JOGOS DE TABULEIRO****Com Agentes de Educação Ambiental**

Mediação de jogos de tabuleiro com temáticas relacionadas à biodiversidade, à ciência e à sustentabilidade durante as manhãs e tardes no Centro de Educação Ambiental. Venha se divertir elaborando estratégias e encarando os desafios socioambientais em grupo.

Vivência

**PASSARINHANDO: AVES DA MATA ATLÂNTICA**

Vivência mediada dedicada ao público infantil sobre a avifauna encontrada nas áreas verdes do Sesc Guarulhos. Quais são as aves que habitam os jardins e árvores do Sesc Guarulhos? Podemos coexistir em harmonia? Quais são as questões envolvendo as aves no ambiente urbano? Venha descobrir essas e outras respostas, a partir de uma aventura pelos jardins e horta do Sesc Guarulhos.

**De 2 a 31. Terças a sextas. 9h às 21h. De 6 a 28/1. Sábados e domingos. 9h às 17h30.**

Centro de Educação Ambiental Externo. Grátis.



**Dias 6 e 7. Sábado e domingo. 13h às 17h.**

Centro de Educação Ambiental. Grátis



**Dias 13 e 14.**

**Sábado e domingo. 15h às 16h30.**

Centro de Educação Ambiental Externo. Grátis





Oficina

### SER SUSTENTÁVEL: MANTEIGA CORPORAL COM ELEMENTOS DA MATA ATLÂNTICA

Com o aromaterapeuta Diogo Silva

Com a chegada do verão, alguns cuidados precisam ser redobrados e um deles é o cuidado com a pele. Nesta oficina, iremos criar uma manteiga corporal com óleos essenciais a partir de elementos da Mata Atlântica.

**Dias 20 e 21. Sábados e domingos. 14h às 16h.**

Centro de Educação Ambiental.

Grátis.

**L**

Vivência

### DESCOBRINDO PLANTAS DA MATA ATLÂNTICA

Com Agente de Educação Ambiental

Atividade mediada para o público infantil por um agente de educação ambiental com a utilização da caixa de experimentação temática: "Descobrimos plantas" nos jardins e canteiros da horta educativa do Sesc Guarulhos. Vamos descobrir juntos alguns dos segredos do Reino Vegetal?

**Dias 27 e 28. Sábado e domingo. 15h às 16h30.**

Centro de Educação Ambiental Externo.

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

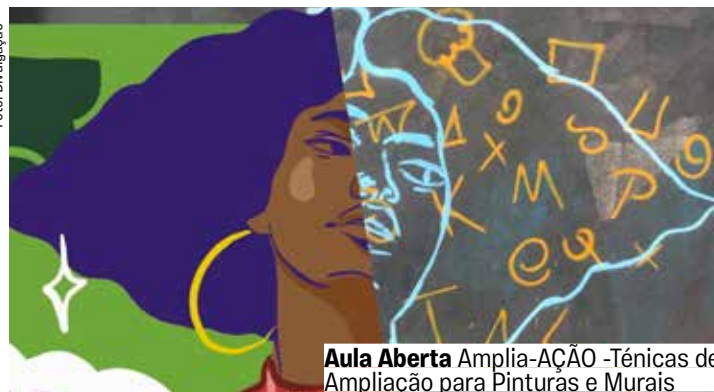
**L**



Foto: Divulgação

**Oficina** Descobrimos plantas da Mata Atlântica

Foto: Divulgação



**Aula Aberta** Ampla-AÇÃO -Técnicas de Ampliação para Pinturas e Murais

### TECNOLOGIA E ARTES

Oficina

### AMPLIA-AÇÃO - TÉCNICAS DE AMPLIAÇÃO PARA PINTURAS E MURAIS

Com Jorge Buffalo

Aprenda a criar desenhos na escala que quiser, cada encontro será apresentado uma técnica de ampliação diferente para pinturas e murais.

**De 4 a 25. Quintas. 19h às 21h.**

Sala 6.

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

**L**

Aula Aberta

### PLANTÃO TIRA-DÚVIDAS SOBRE O CELULAR

Com Educadores do ETA

Encontro aberto voltado para a inclusão digital, onde você pode tirar dúvidas sobre aplicativos e recursos do seu smartphone.

**De 5 a 26. Sextas. 12h às 14h.**

Espaço de Tecnologia e Artes - Lab A.

Grátis.

**L**

Ateliê

### ATELIÊ DE EXPERIMENTAÇÕES: PAPEL

Com Educadores do ETA

O Ateliê de Experimentações é um espaço para testar e conhecer diversos materiais e técnicas! No mês de Janeiro, vamos experimentar as diferentes possibilidades de trabalhar com o papel.

**De 5 a 27. Sábados. 14h às 16h.**

Espaço de Tecnologia e Artes - Lab B.

Grátis.

**L**

Oficina

**PARA GUARDAR MIUDEZAS****Com Mínimo Diário**

Envelopes guardam pequenos tesouros. Venha criar um livro feito todo de envelopes, e então, entre dobraduras e colagens, cultivar nosso olhar para o mundo e para as memórias. Assim, criamos pequenos abrigos poéticos para guardar as nossas preciosas miudezas.

**De 6 a 27.****Sábados. 10h às 12h.**

Espaço de Tecnologia e Artes - Lab B.  
Grátis.

L

Vivência

**MEDIAÇÃO DE JOGOS DE TABULEIRO**

Mediação de jogos de tabuleiro, de maneira aberta para toda a família.

**De 6 a 7.****Domingos.****13h às 17h.**

Centro de Educação Ambiental.  
Grátis.

L

Oficina

**LIVRO BICHO****Com Mínimo Diário**

Quais bichos moram em nossa imaginação? Daqueles que vivem nas matas ou submerso em rios? Com casca ou com casco? Um que faz barulho ou aquele que foge ao menor ruído? E você, já imaginou ser outro bicho? Entre recortes, dobras de papéis e colagens você constrói o seu livro bicho: ferozes livros recheados de histórias.

**De 7 a 28.****Domingos.****14h às 16h.**

Espaço de Tecnologia e Artes - Lab B.  
Grátis.

L

**Oficina Livro Bicho**

Foto: Divulgação

Foto: Divulgação

**Oficina Moda Circular - Pequenas Intervenções**

Oficina

**PAPEL, TESOURA E MÚSICA****Com Lidia Martiniano**

Oficina de criação de imagens a partir da escuta de artistas independentes do município de Guarulhos, explorando colagens manuais em papel.

**De 9 a 30. Terças.****15h às 17h.**

Espaço de Tecnologia e Artes - Lab A.  
Grátis. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

L

Oficina

**MODA CIRCULAR - PEQUENAS INTERVENÇÕES****Com Isabelle Bianchi**

A moda é um tópico presente no nosso dia a dia e é importante um movimento de conscientização e valorização da sustentabilidade e responsabilidade social. Pensando nisso, a oficina traz ideias para que o público possa repensar seu guarda-roupa de maneira consciente, buscando uma circularidade e assim evitando resíduos têxteis desnecessários.

**De 10 a 31.****Quartas. 10h às 12h.**

Espaço de Tecnologia e Artes - Lab A.  
Grátis.

16

Ateliê

**L.A.T.A. - LABORATÓRIO ABERTO DE TECNOLOGIAS E ARTES****Com Educadores do ETA**

Dia de laboratório aberto! Horário para satisfazer sua curiosidade e usar as máquinas do ETA com seus projetos, sanar dúvidas técnicas e conversar sobre ideias envolvendo tecnologias e artes.

**De 17 a 31.****Quartas. 13h às 17h.**

Espaço de Tecnologia e Artes - Lab A.  
Grátis.

16

## Sesc Verão 2024

Nada como o Sesc Verão para entrar com tudo em um ano de jogos olímpicos e paralímpicos, não é?

Mas, em 2024, o projeto vai além das modalidades esportivas.

Partindo dos processos e princípios da pedagogia do esporte, metodologia presente no Programa Sesc de Esportes, a proposta é vivenciar as práticas esportivas não apenas de forma física, mas também educacional e social.

Da mesma forma que acontece diariamente nas atividades propostas em todos as Unidades do Sesc São Paulo, a ideia é utilizar os esportes como um catalisador do aprendizado das modalidades, mas também de valores imprescindíveis, como a integridade, o respeito à diversidade, a inclusão e o acolhimento, por exemplo.

Por isso, ao longo do Sesc Verão, as atividades serão classificadas em “famílias” de jogos que guardam, entre si, desafios e ensinamentos parecidos: jogos de invasão, de rebater, de luta, de marca e de expressão.

Se joga e venha conhecer, explorar e aprender com novas modalidades, em atividades gratuitas, em todas as Unidades do Sesc São Paulo.

Exibição

### CERIMÔNIA DE ABERTURA SESC VERÃO 2024

Apresentações e coreografias realizadas pelos alunos dos cursos do Programa Sesc de Esportes e de Ginástica para Todos, intercaladas com intervenções artístico-esportivas, apresentadas por trupes e grupos profissionais.

Aula aberta

### XADREZ

Vivência e experimentação da modalidade.

Aula Aberta

### MINI GOLFE

Vivência e experimentação da modalidade olímpica, na qual os jogadores usam diversos tipos de tacos para arremessar uma bola numa sequência de buracos.

Aula Aberta

### TÊNIS DE MESA

Vivência e experimentação da modalidade olímpica que, popularmente, é chamado de ping-pong.

Exibição

### VOLEIBOL COM ESTRELAS DA

### SELEÇÃO BRASILEIRA: ERIKA COIMBRA, JOYCINHA E CAROL

### Equipe de base da Vedacit Guarú e atletas da Seleção Brasileira

Jogo exibição entre a equipe que representa a cidade de Guarulhos na Superliga de Vôlei (Vedacit), que é a atual campeã paulista da modalidade, e atletas representantes da Seleção Brasileira de todos os tempos (Erika Coimbra, Carol Albuquerque e Joycinha).

**Dia 6. Sábado.**

**10h às 12h.**

Ginásio.  
Grátis.



**De 6 a 21. Terças a domingos.**

**9h30 às 17h30.**

Exposições.  
Grátis.



**De 6 a 21. Terças a domingos.**

**9h30 às 17h30.**

Exposições.  
Grátis.



**De 6 a 21. Terças a sextas. 9h30 às**

**21h30. Sábados e domingos.**

**9h30 às 17h30.**

Exposições.  
Grátis.



**Dia 6. Sábado.**

**14h às 17h30.**

Ginásio.  
Grátis.



Aula Aberta

### ANIMÁGUA VERÃO

Aulas recreativas no meio líquido. Esta atividade tem o intuito de promover a realização de exercícios físicos com caráter recreativo utilizando a água como meio de condicionamento físico aliado ao elemento lúdico.

Bate-Papo

### YOGA RESTAURATIVA Com Patrícia Moura

A Yoga Restaurativa é uma prática de yoga com poucos movimentos, focada em restaurar o corpo para um estado de relaxamento. Diferente de outros estilos de yoga, o foco não está no fortalecimento nem no alongamento, mas sim na liberação dos músculos e tensões no corpo.

Vivência

### JOGANDO TACO

Nesta atividade, o público terá oportunidade de jogar a modalidade "Taco", também conhecido como bete, bets, tacobol, bets-lombo ou pau na lata. O objetivo principal do jogo, para a equipe rebatedora, é fazer pontos cruzando os tacos no meio do campo, enquanto para a equipe lançadora é tentar derrubar um dos alvos da equipe adversária, assim se trocando de posição com a equipe lançadora.

Instalação

### MURAL "AS RAINHAS DAS PRAIAS. AS DONAS DAS QUADRAS"

Mural artístico que homenageia as jogadoras que firmaram-se como líderes, referências e inspiração - dentro e fora das quadras - para várias gerações. Mulheres que colocaram-se a frente de causas dentro e fora do esporte, em diferentes áreas da sociedade, relacionadas aos direitos, espaço, reconhecimento e apoio das atletas.

De 6/1 a 18/2.

Sábados e domingos.  
14h às 15h.

Piscina  
Descoberta.  
Grátis.

10

De 6 a 27.

Sábados. 15h30  
às 16h30.

Sala 5.  
Grátis. Entrega de  
senhas no local  
com 30 minutos  
de antecedência.

L

De 6 a 12. Quarta,  
sexta, sábado  
e domingo. 16h  
às 17h30.

Campo de Grama  
Sintética.  
Grátis.

L

De 7/1 a 18/2.

Sábados e  
domingos. 9h  
às 17h30. De  
9/1 a 16/2.

Terças e sextas.  
9h às 21h30

Ginásio.  
Grátis.

L

Foto: Divulgação



Aula Aberta Aula aberta de ritmos: Voguing

Aula aberta

### AULA ABERTA DE RITMOS: VOGUING Com Félix Pimenta

Aula aberta de voguing. É uma dança moderna altamente estilizada que se caracteriza por posições típicas de modelos com movimentos corporais definidos por linhas e poses.

Aula aberta

### GINÁSTICA PARA TODOS PARA FAMÍLIAS Com educadores do Sesc

Aula aberta de voguing. É uma dança moderna altamente estilizada que se caracteriza por posições típicas de modelos com movimentos corporais definidos por linhas e poses.

Vivência

### BRINCA VÔLEI

Nesta atividade, o público terá a oportunidade de vivenciar o vôlei por meio de exercícios, desafios, jogos e atividades recreativas. Os Educadores utilizarão, principalmente, as brincadeiras e jogos adaptados para oportunizar ao público o contato lúdico com a modalidade.

Aula aberta

### TERÇAS ZEN

Aula aberta com o objetivo de proporcionar diversa técnicas de práticas corporais.

De 7 a 28.

Domingos.  
10h às 11h.

Praça de  
Convivência.  
Grátis.

12

De 7 a 28.

Domingos. 15h30  
às 16h30.

Ginásio.  
Grátis.

L

De 9 a 12. Terças

a sextas. 9h30  
às 11h30 e  
13h às 15h

Ginásio.  
Grátis

L

De 9/1 a 6/2.

Terças. 9h30  
às 10h30 e  
19h às 20h.

Praça de  
Convivência.  
Grátis

L

Vivência

### **BADMINTON PARA TODOS Com A Federação de Badminton e ParaBadminton do Estado de São Paulo**

Nesta atividade, o público terá a oportunidade de conversar, aprender e jogar Badminton com os Educadores da Federação de Badminton e ParaBadminton do Estado de São Paulo.

Vivência

Jogado de forma mais dinâmica e com música sendo tocada o tempo todo, é uma variação do basquete tradicional, em que 3 atletas (ao invés de 5) se enfrentam numa quadra reduzida e usando apenas uma das cestas.

Vivência

### **GINÁSTICA PARA TODOS**

Aulas abertas em grupo que envolve diferentes tipos de ginástica (artística, rítmica, acrobática, aeróbica e de trampolim) e manifestações culturais como circo, danças, jogos e esportes.

Vivência

### **DESVENDANDO O DARKBADMINTON**

Nesta atividade, o público poderá jogar Badminton, a partir de um conceito novo sobre a modalidade, que é praticada no escuro com iluminação artificial nas petecas, raquetes, redes, coletes e marcações no chão.



**Vivência** Desvendando o DarkBadminton

**De 9 a 14. Terça a domingo.**

**10h às 17h.**

Praça de Convivência.  
Grátis.

**L**

**De 9/1 a 1/2.**

**Terças e quintas.**

**10h às 21h30.**

**De 10 a 26/1.**

**Quartas e sextas.**

**10h às 18h.**

**Dias 31/1 e 2/2.**

**Quarta e sexta.**

**10h às 16h.**

Quadra Poliesportiva.  
Grátis.

**12**

**De 9/1 a 15/2.**

**Terças a quintas.**

**10h30 às 11h50**

**e 19h às 20h20.**

**Exceto dia 13/2.**

Sala 5.

Grátis.

**12**

**De 9 a 11. Terça**

**a quinta. 10h às**

**13h30 e 18h30**

**às 21h30.**

Teatro.

Grátis.

**12**

Vivência

### **AULÃO DE TÊNIS PARA INICIANTES**

Nesta atividade, os Educadores do Sesc ministrarão aulas de Tênis para iniciantes. Serão dadas dicas técnicas-táticas e será possível realizar os principais exercícios que são praticados durante o processo de ensino aprendizagem da modalidade. Os Educadores auxiliarão os praticantes durante as atividades e nos ajustes corporais necessários para a realização das ações do jogo.

Aula aberta

### **AULÃO DE VÔLEI JOVEM**

Nesta atividade, os Educadores do Sesc ministrarão aulas de Tênis para iniciantes. Serão dadas dicas técnicas-táticas e será possível realizar os principais exercícios que são praticados durante o processo de ensino aprendizagem da modalidade. Os Educadores auxiliarão os praticantes durante as atividades e nos ajustes corporais necessários para a realização das ações do jogo.

Aula aberta

### **AULÃO DE VÔLEI ADULTO**

Nesta atividade, os Educadores do Sesc ministrarão aulas de Tênis para iniciantes. Serão dadas dicas técnicas-táticas e será possível realizar os principais exercícios que são praticados durante o processo de ensino aprendizagem da modalidade. Os Educadores auxiliarão os praticantes durante as atividades e nos ajustes corporais necessários para a realização das ações do jogo.

Aula aberta

### **AULA ABERTA DE GMF DE VERÃO**

Aula aberta de ginástica multifuncional. Conteúdos diversos e complementares, com temas específicos como step, ritmos, práticas corporais, mobilidade articular, alongamento, circuito, core, esportes.

**De 9 a 18. Terças e quintas. 16h às**

**17h30. De 9/1 a 15/2. Terças e**

**quintas. 20h às**

**21h30. De 13/1 a 18/2, Sábados**

**e domingos. 14h às 15h30.**

**Dias 23 e 25/1,**

**terça e quint**

Quadra de Tênis.

Grátis. Entrega de

senhas no local

com 30 minutos

de antecedência.

**10**

**De 9 a 11.**

**Terça e quinta.**

**16h às 17h.**

Ginásio

Grátis.

**12**

**De 9 a 11. Terça e quinta. 17h30**

**às 18h30.**

Ginásio

Grátis. Entrega de

senhas no local

com 30 minutos

de antecedência.

**16**

**De 10/1 a 7/2.**

**Quartas. 9h30**

**às 10h30 e**

**19h30 às 20h30.**

**Exceto 31/1**

Praça de

Convivência.

Grátis.

**L**



Foto: Divulgação

**Vivência** Tênis de Mesa Paralímpico com Jennyfer Parinos e Danielle Rauhen

Aula aberta

### SEXTOU COM TREINO GMF

Treino aberto de ginástica multifuncional. Treino elaborado para um grupo de pessoas, com adaptações e progressões conforme o nível de cada aluno.

**De 12/1 a 16/2.**  
Sextas. 9h30 às 10h30 e 19h30 às 20h30. Exceto 19/1 e 2/2

Praça de Convivência.  
Grátis.



Aula aberta

### YOGA E MEDITASOM

Uma vivência transformadora que integra práticas de yoga e meditação com uma abordagem única de exploração sensorial através do som e da música.

**De 13 a 27.**  
Sábados. 9h30 às 10h30

Área externa.  
Grátis.



Aula aberta

### CONHECENDO OS 4 ESTILOS

**Com Thiago Pereira e o Técnico Danilo M Zoppi**

Apresentação esportiva e vivência com Thiago Pereira apresentando os 4 estilos olímpicos da natação e o nado Medley.

**De 13/1. Sábado.**  
9h30 às 11h.

Piscina Coberta  
Grátis.



Vivência

### TÊNIS DE MESA PARALÍMPICO COM JENNYFER PARINOS E DANIELLE RAUEN

Nesta atividade, o público terá a oportunidade de conversar e jogar Tênis de Mesa com Jennyfer Parinos e Danielle Rauhen. Ambas são atletas da Seleção Brasileira Paralímpica de Tênis de Mesa, competem na categoria Classes 6-10 e foram bronze nos Jogos Paralímpicos do Rio-2016.

**De 16 a 18. Terça e quinta. 20h30 às 21h30**

Sala 4 - Auditório.  
Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.  
Grátis.



Vivência

### TÊNIS COM TELIANA PEREIRA E THOMAZ BELLUCCI

Nesta atividade, o público terá a oportunidade de conversar e jogar Tênis com Teliana Pereira (Alcançou o 43º lugar no ranking da ATP e atualmente é comentarista na ESPN) e Thomaz Bellucci (Com suas conquistas, alcançou o 21º lugar no ranking da ATP e atualmente é treinador de Tênis).

**De 16 a 19. Terça e sexta. 20h30 às 21h30**

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



Vivência

### AULÃO DE TÊNIS DE MESA PARA INICIANTES

Nesta atividade, os Educadores ministrarão aulas de Tênis de Mesa para iniciantes. Serão dadas dicas técnicas-táticas e será possível realizar os principais exercícios que são praticados durante o processo de ensino aprendizagem da modalidade.

**Dia 17. Quarta e sexta. 18h às 19h. Dia 19. Sexta. 20h30 às 21h30.**

Sala 4 - Auditório.  
Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.  
Grátis.



Aula aberta

### AULA ABERTA DE JAZZ FUNK Com Pow Padovini

Aula aberta de jazz funk com Pow Padovini. Uma modalidade que faz uma mistura entre atitude e personalidade das danças urbanas e a sensualidade do Jazz.

**Dia 19. Sexta. 9h30 às 10h30. Dia 20. Sábado. 9h30 às 10h30.**

Sala 4 - Auditório.  
Grátis.



16

Aula aberta

**MARATONA DE AULAS COLETIVAS ESPECIAIS:  
KANGOO JUMP, STEP, JAZZ FUNK E GLAM DANCE**  
Com Landervan Azevedo, Felipe Rachid,  
Pow Padovini e Adan Conceição

Maratona de aulas coletivas especiais do programa de Ginástica Multifuncional. Com aulas de kangoo jump, step cooperativo, jazz funk e glam dance colorido.

Vivência

**APRESENTANDO E JOGANDO O VÔLEI SENTADO**  
Com Ubiratan Curupaná

Nesta atividade, o público terá a oportunidade de conversar, aprender e jogar voleibol sentado com o auxiliar técnico da Seleção Brasileira da modalidade, Ubiratan Curupaná. O treinador apresentará o jogo, as regras e ações motoras necessárias para que o público possa vivenciar o Vôlei Sentado. Além disso, falará da sua trajetória e do cenário da modalidade no pré paralimpíadas em 2024.

Aula aberta

**PATINS PARA TODOS**

Aula aberta de patins para todos: meninas, meninos, jovens e adultos.

Uma das maiores vantagens dos patins é o fascínio que ele provoca em pessoas de todas as idades e por ser uma atividade física muito completa e divertida. Proporciona uma grande consciência corporal e equilíbrio, além de se caracterizar como uma excelente prática cardiovascular.

Vivência

**ARENA TOUCH TENNIS**

Nesta atividade, o público terá a oportunidade de jogar, de maneira recreativa, a modalidade Touch Tennis nas quadra espalhadas pelo ginásio.

**Dia 20. Sábado.**

**13h às 17h30.**

Sala 4 - Auditório.  
Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.  
Grátis.

**L6**

**Dia 21/1.**

**Domingo. 15h30 às 17h30.**

Ginásio  
Grátis.

**L10**

**De 23 a 28.**

**Terça a Domingo. 10h às 17h.**

Exposições  
Grátis.

**L4**

**De 23 a 26/1.**

**Terça a sexta. 10h às 21h30.**

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

**L4**

Foto: Divulgação



**Aula Aberta** Volleyball Room

Vivência

**BRINCA TÊNIS**

Nesta atividade, o público terá a oportunidade de vivenciar o tênis por meio de exercícios, desafios, jogos e atividades recreativas.

Bate Papo

**BATE PAPO: ESPORTE,  
NEGRITUDE E LITERATURA**

Com Maíra Ranzeiro e AC de Paula

Bate papo sobre esporte, negritude, literatura e música, com a escritora, percussionista e atleta de tênis de mesa Maira Ranzeiro e AC de Paula, advogado, escritor, poeta, compositor, articulista e dramaturgo.

Vivência

**DESAFIO DE TÊNIS DE MESA**

Com Maíra Ranzeiro

Apresentação esportiva e vivência com a atleta Maira Ranzeiro. Atleta e escritora, começou a treinar com 11 anos, aos 15 se tornou a primeira negra campeã de tênis de mesa do Brasil.

Aula aberta

**VOLEYBALLROOM**

Com Douglas Souza e Felix Pimenta

Bate papo e vivência de vôlei e ballroom. União de dois movimentos muito reverenciado pelo público LGBTQIAPN+. Com Douglas Souza, campeão olímpico e dono de um catwalk marcante e com Felix Pimenta, Dançarino, MC, pioneiro da comunidade ballroom no Brasil.

**De 23 a 26. Terça e sexta. 10h30 às 12h30**

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

**L4**

**Dia 27. Sábado.**

**10h às 12h**

Praça de Convivência.  
Grátis.

**L4**

**Dia 27. Sábado.**

**12h30 às 13h30**

Praça de Convivência.  
Grátis.

**L4**

**Dia 27. Sábado.**

**15h30 às 17h30**

Praça de Convivência.  
Grátis.

**L4**



Aula Aberta Aula Aberta Step

Aula aberta

### JOGANDO AIRBADMINTON

Nesta atividade, o público poderá jogar Badminton, a partir de um conceito novo sobre a modalidade, que reúne uma peteca mais pesada para que possa ser jogado ao ar livre.

Aula aberta

### AULÃO DE TÊNIS DE MESA PARA INTERMEDIÁRIOS

Nesta atividade, os Educadores ministrarão aulas de Tênis de Mesa para intermediários. Serão dadas dicas técnicas-táticas e será possível realizar os principais exercícios que são praticados durante o processo de ensino aprendizagem da modalidade.

Aula aberta

### AULA ABERTA DE STEP Com Landervan Azevedo e Adan Conceição

Trata-se de uma aula de ginástica aeróbica que estimula o sistema cardiovascular, realizada em cima de plataforma de altura ajustável (Step) e com movimentos simples. Cada participante pode controlar a intensidade do seu treino, variando a altura do Step e aumentando ou diminuindo a amplitude dos seus movimentos.

**Dia 27 a 2/2.**

**Quarta, sexta, sábado e domingo. 16h às 17h30.**

Campo de Grama Sintética. Grátis.



**De 16 a 19. Terça a sexta. 20h30 às 21h30.**

Exposições Grátis.



**Dia 17. Quarta e sexta. 18h às 19h. Dia 19. Sexta. 20h30 às 21h30.**

Sala 4 - Auditório. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência. Grátis.



Aula aberta

### AULA ABERTA DE KANGOO JUMP Com Felipe Rachid e Adan Conceição

Aula aberta de kangoo jump com Felipe Rachid e Adan Conceição. Aula aeróbica coreografada, que utiliza o calçado "Kangoo Jumps" que passa a sensação de propulsão, ou seja, como se estivesse com uma mola nos pés.

Aula aberta

### RITMOS DO VERÃO: BAILE FUNK Com Mr Buiu

Aula aberta de ritmos com temática do funk brasileiro. Com Mr Buiu.

Aula aberta

### BIKE BMX PARA TODOS

Aula aberta de bike BMX para todos: meninas, meninos, jovens e adultos. Atividade física muito completa e divertida, é conhecida como a "caçula" do ciclismo e foi inventada, no final dos anos 50, para ser mais radical, inspirada pelo MotoCross.

**De 16 a 18. Terça e quinta. 20h30 às 21h30**

Sala 4 - Auditório. Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência. Grátis.



**De 30/1 a 2/2.**

**Terça a sexta. 20h30 às 21h30. De 31/1 a 2/1. Quarta e sexta. 19h às 20h30.**

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



**De 30/1 a 4/2.**

**Terça a domingo. 10h às 17h.**

Exposições Grátis.



Aula Aberta Bike BMX para Todos





Foto: Divulgação

**Instalação** Brincadeiras ao Ar Livre - Parque Naturalizado

## Crianças

Vivência

### **SPLASH! BRINCADEIRAS COM ÁGUA**

Por meio do contato com recipientes cheios de água, os(as) participantes serão convidados(as) a uma sensibilização com as qualidades do elemento e todos os estímulos de sensações, emoções e movimentos que elas provocam.

**De 3 a 31/1.**  
**Quartas. 11h às 12h30.**  
**Dias 7 e 14.**  
**Domingos. 11h às 12h30. Dias 5 a 26. Sextas. 14h às 15h30.**

Espaço de Brincar Externo  
 Grátis.



Instalação

### **BRINCADEIRAS AO AR LIVRE - PARQUE NATURALIZADO**

#### **Com Parque de bambu**

Com a instalação de um parque naturalizado para as infâncias, o Sesc Guarulhos ganha um novo espaço brincante! Onde crianças e responsáveis vão brincar ao ar livre com a natureza em sua forma lúdica e curiosa, e juntos vão vivenciar grandes descobertas.

**Dias 4/1 e 25/2.**  
**Terça a domingo. 10h às 17h.**

Espaço de Brincar Externo  
 Grátis.



Vivência

### **PEQUENINOS - AZUL (PARA BEBÊS DE 0 A 2 ANOS DE IDADE)**

Azul da cor do mar... Uma instalação sensorial que tem o tom "azul" e o fundo do mar como disparadores para as pesquisas e descobertas que bebês poderão fazer. Luzes, sons e texturas serão alguns dos recursos utilizados para estimular os pequeninos nesse ambiente seguro que permite a livre exploração.

**De 13/1 a 27/2.**  
**Sábados. 14h às 15h30.**  
 Sala 3  
 Grátis.



Vivência

### **ARTEIROS - A ARTE DE LUZES E CORES**

Curiosas, espontâneas e criativas, as crianças têm uma sensibilidade artística por natureza. Arteiros é uma ação que pretende propiciar espaço, tempo e estímulos para que os pequenos possam dar asas à imaginação, vazão à criatividade e desenvolver habilidades para produzir e experienciar arte. No Arteiros de janeiro vamos brincar com luzes e cores.

**Dias 21 e 28.**  
**Domingos. 11h às 12h30.**  
 Estúdio 14 - Sala C.M. Coletiva.  
 Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.



Foto: Divulgação

**Aula Aberta** Arteiros! A Arte de Luzes e Cores

Vivência

### DANÇA MATERNA

Com Tatiana Tardioli

Uma aula de dança especialmente conduzida para embalar as famílias, finalizada com massagem e um banho de balde refrescante. Todos sairão da aula relaxados e prontos para um gostoso descanso.

Vivência

### MORADA DAS ÁGUAS

Com Fio da Meada

Em tupi-guarani "lara" significa "aquela que mora nas águas". Esta instalação sensorial propõe um espaço composto por tecidos, recipientes, instrumentos musicais e outros elementos que estimulem os bebês nesta morada das águas. A experiência será mediada por canções, brincadeiras e convites feitos pelos artistas-educadores responsáveis pela atividade.

Espectáculo

### BRINCANTORIAS

Com Canta Vento

Numa viagem pelos sertões do Brasil e de outros cantos do mundo, brincamos o coco, a ciranda, o cacuriá, o boi, o samba de roda, e muitas outras brincadeiras que fazem a criança e o adulto ficarem do mesmo tamanho!

**Dias 20. Sábado.**

**10h às 12h30 e**

**14h às 16h30.**

Sala 6.

Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

L

**De 6 a 28.**

**Sábados e**

**domingos. 14h**

**às 17h30.**

Espaço de Brincar  
Grátis.

L

**De 28. Domingo.**

**16h às 17h.**

Praça de  
Convivência  
Grátis.

L

Vivência

### GINCANAS AQUÁTICAS

Chegou verão! Que tal deixar de lado esse calor escaldante se jogando em brincadeiras incríveis e refrescantes? Durante o mês de janeiro o Programa Curumim convida crianças de 0 a 130 anos para um mergulho para lá de divertido nas Gincanas aquáticas, nas quais os objetivos são: trabalhar em equipe e se molhar muito. Vai ter balão de água, esguichos, mangueiras, esponjas ensopadas e muito mais.

Vivência

### INSETOS AQUÁTICOS

Com Glauco Paiva

O mundo dos insetos é incrível e curioso! Nesta oficina no alto verão vamos juntar insetos, água e tecnologia. Construa insetos aquáticos para brincar na água.

Oficina

### OFICINA DE BARCOS A VAPOR

Com Glauco Paiva

Curta um janeiro aquático com os educadores do Curumim! Construa para suas brincadeiras de verão um barco a vapor para chamar se seu.

**De 6 a 28.**

**Sábados e**

**domingos. 11h**

**às 12h30.**

Pista de  
Caminhada  
Grátis.

L

**Dias 5 e 12.**

**Sextas. 14h**

**às 16h.**

Sala 2 - Curumim  
Grátis.

L

**Dias 19 e 26.**

**Sextas. 14h**

**às 16h.**

Sala 2 - Curumim  
Grátis.

L

## Pessoas Idosas

Vivência

### PONTO DE ENCONTRO

Encontro mensal para bate-papo e atividades relacionadas ao bem-estar da pessoa idosa.

**Dias 25. Quinta.**

**14h às 16h.**

Sala 3  
Grátis.

L



Aula Aberta Gincanas Aquáticas

## AGENDA DE DESTAQUES

### SÁBADO



6

#### Show

Marina Lima

#### Bate papo

Estrelas do Vôlei

13

#### Show

Luiz Ayrão

#### Vivência

Experimente tocar um instrumento

20

#### Bate Papo

Maratona de Aulas Colteivas

#### Show

Luiz Fazeno Rock

27

#### Show

Bate Papo: Esporte Negritude, Literatura, Música e Prosa

#### Espectáculo

A Divina Farsa

### DOMINGO

7

#### Espectáculo

Quando acordei, o circo já tinha ido embora

#### Oficina

Livro Bicho

14

#### Show

Tchiribim Tchiribom

#### Vivência

Tênis com Teliana Pereira e Thomaz Bellucci

21

#### Show

Tássia Reis Canta Alcione

#### Espectáculo

Oras Bolas

28

#### Espectáculo

Brincatorias

#### Vivência

A Divina Farsa

### TERÇA

9

#### Oficina

Papel, Tesoura e Música

#### Oficina

Experimentações Cênicas para Jovens

16

#### Vivência

Piano na Praça - Conheça o Toque

#### Aula Aberta

Aula Aberta de Jazz Funk

23

#### Vivência

Patins Para Todos

29

#### Vivência

Brincantes!

### QUARTA

3

#### Vivência

Splash! Brincadeiras ao ar livre com água

10

#### Oficina

Moda Circular- Pequenas Intervenções

17

#### Ateliê

L.A.T.A.

24

#### Vivência

Arena Touch Tênis

30

#### Vivência

Recreação de Xadrez

### QUINTA

4

#### Recreação

Brincadeiras ao ar livre

#### Oficina

Amplia-AÇÃO

11

#### Ateliê

Customização de Acessórios - DarkBadminton

18

#### Oficina

Vivência de Canto

25

#### Aula Aberta

Aulão de Tênis para iniciantes

### SEXTA

5

#### Show

Otto canta Reginaldo Rossi

12

#### Show

Jaloo

19

#### Workshop

Ylu Afro Brasil - Ritmos e Tambores Afro-Brasileiros

#### Oficina

Confecção de Agogô

26

#### Show

Funk Como Le Gusta

#### Oficina

Confecção de Xerequê



## Sesc.digital

A plataforma de conteúdos digitais sob demanda do Sesc São Paulo reúne mais de 24 mil itens de diferentes áreas, em vídeos, imagens, áudios e publicações.

Disponível gratuitamente em [sescsp.org.br/sescdigital](http://sescsp.org.br/sescdigital)

## SescTV

Disponível via satélite em todo o Brasil e em operadoras de TV por assinatura, 24 horas por dia, 7 dias por semana.

Mais de 1.000 títulos sob demanda, entre documentários, filmes, shows e séries.

Assista também em [sescTV.org.br/agorantv](http://sescTV.org.br/agorantv)

## Edições Sesc

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

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

## Selo Sesc

O Selo Sesc traz a público álbuns que atestam a amplitude da produção artística brasileira, tanto em obras contemporâneas quanto naquelas que recuperam a memória cultural, estabelecendo diálogos entre a inovação e o histórico.

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

## Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 40 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

[sescsp.org.br/loja](http://sescsp.org.br/loja)

### Faça sua Credencial Plena

Para fazer ou renovar a Credencial Plena de maneira on-line, baixe o aplicativo Credencial Sesc SP ou acesse o site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br). Se preferir, nesses mesmos canais, é possível agendar horários para realização desses serviços presencialmente, nas Centrais de Atendimento das unidades.



Consulte a relação de documentos necessários

### Sobre o Sesc São Paulo

Com mais de 77 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de mais de 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.

### Informações e horários

#### Biblioteca

Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábados, domingos e feriados:  
9h às 17h30.

#### Bicicletário

Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábado: 9h às 20h;  
Domingo e feriado: 9h às 18h.  
\*Obrigatório uso de corrente

#### Cafeteria

Terça a sexta: 9h30 às 11h e 15h30 às 21h  
Sábados: 9h30 às 11h e 15h30 às 20h  
Domingos e feriados: 9h30 às 11h e 15h30 às 18h.

#### Central de Atendimento\*

Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábados, domingos e feriados 9h às 17h.  
\*Agendamento por meio do site [centralderelacionamento.sescsp.org.br](http://centralderelacionamento.sescsp.org.br) ou pelo APP - Credencial Sesc SP.

#### Centro de Educação Ambiental

Terça a sexta: 9h às 21h  
Sábados, domingos e feriados:  
9h às 17h30.

#### Comedoria\*

Terça a sexta: 11h às 14h  
Sábados, domingos e feriados:  
11h às 14h20.  
\*Agendamento por meio do site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br) ou pelo APP - Credencial Sesc SP.

#### Espaço de Brincar

Terça a domingo: das 10h às 13h30;  
das 14h às 17h30

#### Espaço de Tecnologias e Artes

Terça a sexta, 9h às 21h30  
Sábados, domingos e feriados,  
9h às 17h.

#### Exame Dermatológico

Terça a sexta: 9h às 13h  
e das 14h às 21h  
Sábados: 9h às 13h e 13h30 às 18h.  
Domingos e feriados: 9h às 13h e 13h30 às 17h.

#### Estacionamento

315 vagas para carros e 42 para motos  
Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábado: 9h às 20h;  
Domingo e feriado: 9h às 18h.  
Preços:  
Credencial Plena. Primeira hora:  
R\$ 5,50. Hora adicional: R\$ 2.  
Público geral. Primeira hora: R\$ 12.  
Hora adicional: R\$ 3.

#### Ginástica Multifuncional

Terça a sexta: 7h15 às 21h30  
Sábados: 9h às 16h  
Domingos e feriados: 9h às 14h.

#### Juventudes

Terça a sexta: 11h às 21h  
Sábados, domingos e feriados:  
11h às 17h30.

#### Odontologia

Terça a sexta, 7h20h às 20h40,  
Sábados, 9h30 às 14h20.  
Exclusivo para trabalhadores  
no comércio de bens, turismo  
e serviços credenciados e  
dependentes. Atendimento com  
inscrição prévia. Vagas limitadas.

#### Piscina Externa

Terça a domingo - das 9h às 17h30.

#### Piscina Interna

Terça a sexta - das 9h às 21h30  
Sábados, domingos e feriados -  
das 9h às 17h30

#### Programa de Relacionamento com Empresas

Credenciamento Sesc e ações junto às empresas.  
Telefone: (11) 2475-5717.  
E-mail: [relacionamentocomempresas.guarulhos@sescsp.org.br](mailto:relacionamentocomempresas.guarulhos@sescsp.org.br)

#### Agendamento de Grupos




Participação de grupos em atividades presenciais e online.  
Telefone: (11) 2475-5712.  
E-mail: [agendamento.guarulhos@sescsp.org.br](mailto:agendamento.guarulhos@sescsp.org.br)


faça sua  
credencial  
sesc



## **SESC GUARULHOS**

Rua Guilherme Lino dos Santos, 1200  
Jardim Flor do Campo, Guarulhos  
Tel.: (11) 2475-5550

   /sescguarulhos

 /sescguarulhosyt

**[seccsp.org.br/guarulhos](https://seccsp.org.br/guarulhos)**

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA VENDA PROIBIDA