

# Setembro 2023

**Sesc Guarulhos**

**Guia de Programação**





Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## 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.

## 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, 13h às 22h. Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 19h. Unidade aberta, 9h30 às 19h, dias 2, 15 e 20 (feriado).



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.

## 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.**

4	<b>Música</b>
7	<b>Teatro</b>
8	<b>Dança</b>
9	<b>Circo</b>
10	<b>Literatura</b>
10	<b>Artes Visuais</b>
11	<b>Tecnologias e Artes</b>
14	<b>Ações para a Cidadania</b>
16	<b>Meio Ambiente</b>
17	<b>Esporte e Atividade Física</b>
29	<b>Crianças</b>
32	<b>Jovens</b>
33	<b>Pessoas Idosas</b>
33	<b>Turismo Social</b>
34	<b>Agenda de Destaques</b>

# Editorial

A partir de agora, a programação mensal do Sesc Guarulhos está ainda mais perto de você!

Nós chegamos em Guarulhos em maio de 2019, com o sonho de multiplicar os locais de cultura, esporte, lazer, alimentação, teatro, educação e música na cidade. Acolhidos com tanto carinho, vimos o Sesc se encher de amigos jogando basquete, famílias aproveitando a piscina, namorados dividindo um café com bolo, artistas trazendo espetáculos inesquecíveis... O que nos dá muito mais fôlego para criar e promover ações especiais para você.

Nossa programação é pensada com muita dedicação para todas as pessoas. Este guia é mais um caminho para ficar por dentro de tudo que vai acontecer! Fique à vontade para levá-lo por onde for passar, distribuir para os vizinhos, assinalar sua programação favorita, planejar o final de semana com os filhos, contar para os colegas de trabalho, salvar na agenda os shows imperdíveis.



As atividades deste mês prometem também muita emoção! Aos finais de semana, a Praça de Convivência recebe espetáculos infantis gratuitos. A Semana Move sensibiliza sobre a importância de praticar atividades físicas. Arlindinho Cruz passeia pelos clássicos do samba em um show no Ginásio, e ainda receberemos a São Paulo Companhia de Dança com um espetáculo inédito.

Desde o livro aberto na biblioteca até a apreciação de uma obra de arte, é a sua presença que faz nosso espaço ficar muito mais alegre. Além do Portal do Sesc e das redes sociais, o Guia de Programação é mais um espaço para você conhecer e visitar o Sesc Guarulhos. Aproveite sem moderação e junte-se a nós na missão de levar a programação do Sesc aos quatro cantos da cidade!



# Música

## PERCUSSÃO AFROBRASILEIRA

### Com Afoxé Omo Oya

Nesta oficina o público é introduzido ao Afoxé, com exercícios práticos em instrumentos como agogô, xequerê e atabaque.

**De 2 a 23.**

**Sábados, 15h às 17h**

Estúdio 02 - Sala C.M. Coletiva  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

12

## PERCUSSÃO PARA RODA DE SAMBA

### Com Samba do Gaiato

Nesta oficina prática os participantes experimentarão uma vivência de percussão em roda de samba, sob orientação de membros do Samba do Gaiato.

**De 3 a 24.**

**Domingos, 13h às 15h**

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

## ESTÚDIO ABERTO PARA PRÁTICA DE BANDAS E MÚSICOS

### Com Letícia Brito

Sob orientação da cantora Letícia Brito, o Centro de Música se torna espaço de ensaios e socialização de bandas e músicos.

**De 3 de setembro a 26 de novembro. Domingos, 14h às 17h**

Estúdio 02 - Sala C.M. Coletiva  
Grátis - Sem retirada de ingressos. L



**Percussão Afrobrasileira** Afoxé Omo Oya

**CESTA DE MÚSICA**

A cada sexta-feira um show vibrante, representando o rico balaio musical brasileiro. Ritmos variados como forró, samba, rock, reggae e pop balançam seu começo de noite, servindo de ponto de encontro entre artistas e público.

**TRIO GATO COM FOME 100 ANOS DE GORDURINHA (CESTA DE MÚSICA)**

**Participação de Claudio Oliveira na Bateria e Cleber Silveira no Acordeon.**

O Trio Gato com Fome presta homenagem aos 100 anos do cantor e compositor baiano Gordurinha, figura de destaque da música brasileira nos anos 50 e 60.

**Dia 1. Sexta, 19h30 às 21h**

Praça de Convivência  
Grátis. Sem retirada de ingressos

L

**GRANDES CLÁSSICOS DO SAMBA Com Bruna Volpi (Cesta de Música)**

A cantora Bruna Volpi apresenta sucessos do samba junto a trabalhos autorais.

**Dia 29. Sexta, 19h30 às 20h45**

Praça de Convivência  
Grátis - Sem retirada de ingressos.

L

**FAR FROM ALASKA - 3**

A banda Far From Alaska apresenta repertório de seu mais recente trabalho, o álbum 3, junto a outros sucessos da carreira.

**Dia 2. Sábado, 20h às 21h15**

Teatro  
● R\$10,00  
■ R\$15,00  
▲ R\$30,00

10

**AFOXÉ OMO OYA**

Apresentação do bloco Guarulhense Afoxé Omo Oya que, por meio de dança, percussão e canto, traz canções relacionadas ao universo da cultura lorubá.

**Dia 3. Domingo, 16h às 17h**

Praça de Convivência  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

L



**EDGAR - ULTRASSOM,  
ULTRALEVE, ULTRAVIOLETA**

Edgar apresenta show com repertório baseado em seus trabalhos Ultrassom (2018), Ultraleve (2021) e Ultravioleta (2022).

**Dia 8. Sexta, 20h  
às 21h15**

Teatro

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

16

**BANDA SETE CABEÇAS  
Com Charles Gavin e Luiz Brasil**

*Revisitando Acústicos - Rita Lee e Titãs*

Os músicos Charles Gavin e Luiz Brasil apresentam show com repertório de dois Acústicos MTV: Titãs - banda da qual Gavin era baterista - e Rita Lee.

**Dia 9. Sábado,  
20h às 21h15**

Teatro

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

L

**MAHMUNDI - AMOR FATI**

A cantora e compositora carioca Mahmundi apresenta o show do seu novo álbum, intitulado "Amor Fati".

**Dia 22. Sexta,  
20h às 21h15**

Teatro

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

12



Mahmundi



**DAY LIMNS - BEM-VINDO AO CLUBE**

Day Limns apresenta show de seu primeiro álbum, "Bem-vindo ao Clube", ao lado de composições que compõem seu novo trabalho, a ser lançado ainda em 2023.

**Dia 23. Sábado,  
20h às 21h15**

Teatro

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

16

**RODA DE SAMBA ABERTA****com Samba do Gaiato**

O Samba do Gaiato faz uma roda de samba na Praça de Convivência.

**Dia 24. Domingo,  
16h às 17h**

Praça de Convivência  
Grátis - Sem retirada de ingressos.

L

**ARLINDINHO CRUZ - MEU LUGAR**

Com um repertório repleto de clássicos do samba e canções de seu mais recente trabalho, "Meu Lugar", Arlindinho homenageia seu pai, Arlindo Cruz, e apresenta canções de sua autoria, compostas em seus mais de dez anos de carreira.

**Dia 30. Sábado,  
20h às 21h30**

Ginásio

● R\$12,00

■ R\$20,00

▲ R\$40,00

10

## Teatro

**MÃOS TRÊMULAS**

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

Espectáculo aborda o envelhecer, a partir das memórias de um casal de idosos.

**Dia 3. Domingo,  
18h às 19h**

Teatro

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

16



Mãos Trêmulas



**The Eighth** SPCD

Foto: Fernanda Kirmayr

## Dança

### THE EIGHTH Com SPCD

O coreógrafo, curador e pesquisador independente de dança Stephen Shropshire apresenta o espetáculo de balé clássico *The Eighth*, criado a convite do Bruckner Festival, da Áustria.

**Dias 16 e 17.  
Sábado, 20h às  
21h. Domingo, 18h  
às 19h**

Teatro

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

L

# Circo

## RAIOW RAINHAS

### Com as Rainhas do Radiador

O circo chegou trazendo as atrações mais espetaculares do momento. Você não pode perder as finais do campeonato de Luta Livre, as composições da banda, as mágicas e ilusionismos das trigêmeas SimSalaBim e muito mais!

**Dia 9. Sábado,**

**16h às 17h**

Praça de Convivência  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

L

## A ANDARILHA

### Com as Rainhas do Radiador

A palhaça Rufina, ao deparar-se com uma sanfoneira sentada, decide fazer um show, no qual revela um universo bastante peculiar de memórias, sonhos e humanidades, cômico, trágico sensível e fantástico.

**Dia 10. Domingo,**

**16h às 17h**

Praça de Convivência  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

L

## MOBY DICK E OS CAÇADORES DE BALEIA

### Com a Cia de 2

Três palhaços marinheiros à deriva em alto mar relembram as histórias de seu capitão Ahab, cuja sede de vingança os levou a uma jornada perigosa com um único objetivo: caçar Moby Dick, a baleia que arrancou sua perna e o arrastou para as profundezas do mar.

**Dia 10. Domingo,**

**17h30 às 18h30**

Teatro

● R\$8,00

■ R\$12,50

▲ R\$25,00

L



Moby Dick e os caçadores de baleia

## Literatura

---

### ARTE DA PALAVRA

#### **Circuito de Autores: Jéssica Balbino (MG) e Odailta Alves (PE)**

O projeto busca oferecer ações que atuem em toda a cadeia da literatura, desde a formação e divulgação de novos escritores, valorização das obras e escritores brasileiros e as novas formas de produção e fruição literária, possibilitadas pela emergência de discursos periféricos e a utilização de novas tecnologias.

**Dia 27. Quarta,**

**19h às 21h**

Biblioteca  
Grátis - Sem  
retirada de  
ingressos. **L**

## Artes Visuais

---

### TERRA DE GIGANTES

#### **Concepção e Curadoria Daniel Lima**

**De 1 a 3. Sexta,**

**9h às 21h30.**

**Sábado, 9h às**

**20h. Domingo,**

**9h às 18h**

Exposições

Grátis **L**

### **PINTURA BOTÂNICA: CELEBRAR A PRIMAVERA Com Florent**

O curso propõe observar a flora nativa do cotidiano urbano e através do fazer artístico se conectar com a natureza que nos rodeia.

**De 9 a 30.**

**Sábados,**

**10h às 13h**

Sala 6

Inscrição - Grátis

A partir de 15 anos

## Tecnologias e Artes

### **PLANTÃO TIRA-DÚVIDAS SOBRE O CELULAR**

**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Encontro aberto para esclarecer dúvidas sobre aplicativos e recursos do seu smartphone.

**De 6 a 29. Quartas e sextas, 13h às 14h**  
Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A  
Grátis - Sem retirada de ingressos. **L**

### **DESENHO ÀS CEGAS: FLORES E PLANTAS**

**Com Florent**

Nessa oficina o público é convidado a desenhar plantas a partir da observação, sem olhar para o papel. A proposta é encarar os desafios da técnica do desenho cego e dialogar com a imperfeição do resultado.

**Dia 2. Sábado, 14h às 16h30**  
Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.  
15 anos



Desenho às cegas: flores e plantas

Foto: Ju Florent

**FLIPBOOK: ARTE EM MOVIMENTO****Com Gabrielle Pires Schauerhuber**

Oficina de desenhos sequenciais com lápis e papel, em que os participantes criarão um livreto que dará impressão de movimento às imagens criadas.

**Dias 3 e 17.****Domingos, 14h às 16h**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A  
Grátis - Entrega de senhas na Central de Atendimento com 30 minutos de antecedência.

**L****DESENHO EM GRANDE FORMATO:****ARTE BOTÂNICA****Com Florent**

A artista visual Ju Florent fará uma demonstração artística criando um desenho floral com seu estilo próprio, abrindo o processo criativo diante do público.

**De 9 a 30.****Sábados, 14h às 17h**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

**L****DESENHOS INTUITIVOS****Com Gabrielle Pires Schauerhuber**

Nesta oficina, os participantes farão exercícios de desenhos intuitivos (feitos a partir da memória), explorando sua criatividade por meio de exercícios de imaginação e coordenação motora.

**Dias 10 e 24.****Domingos, 14h às 16h**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A  
Grátis - Entrega de senhas na Central de Atendimento com 30 minutos de antecedência.

**L**

**DESENVOLVIMENTO WEB:  
HTML, CSS E JAVASCRIPT****Com Luis Mourão e Lídia Ganhito**

Neste curso os participantes aprenderão aspectos básicos das linguagens de desenvolvimento web, conhecimento utilizado para a criação de sites.

**De 12 de setembro a 17 de outubro. Terças, 19h às 21h**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A  
Inscrição - Grátis

**16****PARA PERDER O MEDO DO COMPUTADOR****Com educadores do****Espaço de Tecnologias e Artes**

Curso básico de introdução ao uso de computadores com foco em pessoas idosas. Solução de problemas, tira-dúvidas, estímulo ao uso, dicas e sugestões para tirar o melhor proveito dos aparelhos e programas.

**De 14 de setembro a 5 de outubro. Quintas, 10h às 12h**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A  
Inscrição - Grátis  
60 anos

**MODA E IMPRESSÃO 3D:  
ESCULTURAS CORPORAIS****Com Emerson Freire e Lui Beraldo**

Neste curso que une moda e Impressão 3D, os participantes criarão esculturas artísticas em resina que atuam como acessórios em seus corpos.

**De 14 de setembro a 5 de outubro. Quintas, 18h30 às 21h30**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A

● R\$12,00

■ R\$20,00

▲ R\$40,00

**16****LABORATÓRIO DE ARTE-EDUCAÇÃO  
(2ª EDIÇÃO)****Com Mariana da Matta.****Participação de Pâmella Carmo.**

Curso voltado a pessoas interessadas em ministrar oficinas de artes visuais, tecnologia e criatividade, ao longo do qual será realizada uma investigação-laboratório de ensino e aprendizagem.

**De 23 de setembro a 18 de novembro. Sábados, 10h às 12h**

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A  
Inscrição - Grátis

**16**





Foto: Nana Prudencio

**Oficina** Tranças e Dreads

## Ações para a Cidadania

Oficina

### **TRANÇAS E DREADS**

#### **Com Manifesto Crespo**

O Manifesto Crespo convida o público para vivenciar a prática das chamadas “Tranças Jamaicanas” e os “Dreads de Lã”, dialogando sobre o histórico e a representação que envolve o uso das tranças.

**Dias 2 e 10.**

**Sábado e domingo, 14h às 16h.**

Jardim Interno  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Oficina

### **TURBANTES**

#### **Com Manifesto Crespo**

Nesta oficina os participantes aprenderão técnicas de torço e amarrações de tecido para montagem de turbantes.

**Dias 3 e 9.**

**Domingo e sábado, 14h às 16h**

Jardim Interno  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

---

**TECNOLOGIAS ANCESTRAIS:  
A HISTÓRIA DAS TRANÇAS  
Com Manifesto Crespo**

Este bate-papo trata do percurso cultural e tradicional das tranças em diversas regiões do continente africano até a sua continuidade no Brasil, através da diáspora, bem como sobre as influências nos penteados afros contemporâneos e diálogos com as culturas urbanas.

---

**Dia 7. Quinta, 14h  
às 16h**  
Espaço de  
Tecnologias e  
Artes - Lab A  
Grátis - Entrega  
de senhas no local  
com 30 minutos  
de antecedência.

---

**OFICINA DE CONTAÇÃO DE HISTÓRIA  
COMO FERRAMENTA PARA EDUCAÇÃO  
EM DIREITOS HUMANOS  
Com GTEDH**

Esta oficina propõe uma imersão dinâmica e divertida para ensinar a prática da contação de história como uma ferramenta educativa para abordar temáticas diversas.

---

**Dias 16 e 23.  
Sábados, 13h às  
17h30**  
Sala 6  
Inscrição - Grátis

**16**

---

**ENCONTRO COM ARTESÃS E ARTESÃOS  
DE GUARULHOS - CONHECENDO O LABORA  
Com Samir Zavitoski**

O Laboratório de Criação Artesanal estimula artesãos a explorar suas histórias e repertórios. Dividido em dois ciclos - inspiração e produção - promove expressão genuína por meio de pesquisa, prática e desenvolvimento de produtos. Com foco em capacitação, diversidade cultural e valorização dos artesãos, o programa inclui diálogo, encontros com artistas e orientações sobre precificação.

---

**Dia 20. Quarta,  
15h às 17h**  
Sala 6  
18 anos.  
Inscrição. Grátis

---

**LABORATÓRIO DE  
PROJETOS CULTURAIS PARA EDITAIS  
Com Vitor Souza**

Nesta oficina, artistas e produtores culturais poderão conhecer o passo a passo de um edital, utilizando exemplos práticos e abertos para inscrição, contribuindo na inscrição de propostas e permitindo a todos tirarem suas dúvidas e garantirem suas inscrições.

---

**Dias 9 e 10.  
Sábado e  
domingo, 9h às  
18h**  
Sala 4 - Auditório  
16 anos.  
Inscrição. Grátis

## Meio Ambiente

---

### **DESCOBRINDO INSETOS: CAIXA DE EXPERIMENTAÇÕES**

**Com educadores do  
Centro de Educação Ambiental**

Nesta atividade as crianças aprendem sobre o fascinante mundo dos insetos.

**Dias 9 e 10.  
Sábado e  
domingo, 14h às  
15h30**

Centro de Educação Ambiental Externo  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

L

---

### **CAIXA DE EXPERIMENTAÇÃO - DESCOBRINDO PLANTAS**

**Com educadores do  
Centro de Educação Ambiental**

Vivência que traz informações e curiosidades sobre as plantas.

---

**Dias 23 e  
24. Sábado e  
domingo, 14h às  
15h30**

Centro de Educação Ambiental Externo  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

L

---

### **A TECNOLOGIA DAS FORMIGAS Com a Bióloga Fabíola Fonseca**

Nesta oficina dinâmica e criativa, os participantes aprenderão tudo sobre as formigas, seus meios de vida em sociedade e sua evolução. Além disso, irão imaginar e construir protótipos de novas espécies que viveriam em diferentes habitats.

---

**Dias 2 e 3.  
Sábado e  
domingo, 14h às  
17h**

Centro de Educação Ambiental  
Inscrição - Grátis

14

---

### **CONSTRUINDO INSETOS DE MADEIRA - PARTE 2 Com Sérgio Barrero e Lisete de Carvalho, do Ateliê Teti Lis**

Oficina de montagem de insetos em madeira.

---

**Dias 16 e 17.  
Sábado e  
domingo, 10h às  
13h e 14h30 às  
17h30**

Centro de Educação Ambiental  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

L

# Esporte e Atividade Física

Vivência

## **RECREAÇÃO DE FUTEBOL 7 ADULTO MASCULINO**

**Com educadores do Sesc**

**De 2 de setembro a 16 de dezembro.**  
**Sábados, 9h15 às 13h30**

Campo de Grama Sintética  
Grátis. Necessária credencial válida.

**16**

Vivência

## **FUTSAL FEMININO ADULTO**

**Com educadores do Sesc**

**De 2 de setembro a 16 de dezembro.**  
**Sábados, 9h15 às 11h30**

Quadra Poliesportiva  
Livre. Grátis. **16**

Vivência

## **RECREAÇÃO DE TÊNIS ADULTO**

**Com educadores do Sesc**

**De 2 de setembro a 30 de dezembro.**  
**Sábados e domingos, 9h15 às 13h30.**  
**Exceto dia 24 de dezembro**

Quadra de Tênis  
Grátis. Necessária credencial válida.

**16**

Vivência

## **RECREAÇÃO DE BADMINTON**

**Com educadores do Sesc**

**De 2 de setembro a 30 de dezembro.**  
**Sábados 9h15 às 12h**

De 3 de setembro a 17 de dezembro.  
Domingos, 9h15 às 11h30  
Ginásio  
Grátis. Necessária credencial válida.

**16**

Vivência

**BASQUETE 3x3**

Com educadores do Sesc

**De 2 de setembro a 16 de dezembro. Sábados, 12h às 17h30. Exceto dia 23 de setembro**

Quadra Poliesportiva Livre. Grátis.

[10](#)

Vivência

**RECREAÇÃO DE VOLEIBOL JOVEM**

Com educadores do Sesc

**De 2 de setembro a 30 de dezembro. Sábados 12h30 às 14h30. Exceto dias 23 de setembro e 7 de outubro**

Ginásio Grátis. Necessária credencial válida. 13 a 16 anos



**Vivência** Recreação de Voleibol Jovem

---

**RECREAÇÃO DE FUTEBOL 7 INFANTO JUVENIL**  
**Com educadores do Sesc**

**De 2 de setembro a 30 de dezembro.**  
**Sábados 13h30 às 15h30**  
Campo de Grama Sintética  
Grátis. Necessária credencial válida.  
10 a 15 anos

---

Vivência  
**AULAS ABERTAS DE TÊNIS**  
**Com educadores do Sesc**

**De 2 de setembro a 30 de dezembro.**  
**Sábados e domingos, 14h às 15h20. Exceto dia 24 de dezembro**  
Quadra de Tênis  
Grátis. Necessária credencial válida.

10

---

**ANIMÁGUA**

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.

**De 2 a 30. Sábados, 14h às 15h**  
Piscina  
Descoberta  
Grátis - Sem retirada de ingressos.

L

---

Vivência  
**RECREAÇÃO DE VOLEIBOL ADULTO**  
**Com educadores do Sesc**

**De 2 de setembro a 30 de dezembro.**  
**Sábados, 14h30 às 17h30. Exceto dias 23 de setembro e 7 de outubro**  
Ginásio  
Grátis. Necessária credencial válida.

16

Vivência

**RECREAÇÃO DE TÊNIS INFANTO JUVENIL**  
**Com educadores do Sesc**

**De 2 de setembro a 30 de dezembro.**  
**Sábados e domingos, 15h30 às 17h30.**  
**Exceto dia 24 de dezembro**  
Quadra de Tênis Grátis. Necessária credencial válida.

**10**

Vivência

**AULA ABERTA DE PRÁTICAS CORPORAIS: SENTIR, COORDENAR E MOVIMENTAR**  
**Com educadores do Sesc**

**De 2 a 16.**  
**Sábados, 15h30 às 17h**  
Sala 5  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

**12**

**PANNA KO**

Esta atividade visa estimular nos participantes o desenvolvimento da criatividade individual por meio das habilidades de drible e chute numa competição de um contra um.

**De 2 a 24.**  
**Sábados e domingos, 16h às 17h30**  
Campo de Grama Sintética  
Livre. Grátis.

Vivência

**RECREAÇÃO DE CÂMBIO**  
**Com educadores do Sesc**

**De 3 de setembro a 17 de dezembro.**  
**Domingos, 9h15 às 11h30**  
Ginásio  
Grátis. Necessária credencial válida.

**16**

Vivência

**RECREAÇÃO DE FUTEBOL 7 ADULTO FEMININO**  
**Com educadores do Sesc**

**De 3 de setembro a 17 de dezembro.**  
**Domingos, 9h15 às 11h30**  
Campo de Grama Sintética  
Grátis. Necessária credencial válida.

**16**





Recreação de Multimodalidades

Foto: Thamires Motta

## RECREAÇÃO DE MULTIMODALIDADES

### Com educadores do Sesc

De 3 de setembro  
a 17 de dezembro.  
Domingos, 9h15  
às 15h

Quadra  
Poliesportiva  
Livre. Grátis.

10

## AULA ABERTA DE RITMOS

### Com educadores do Sesc

De 3 de setembro  
a 17 de dezembro.  
Domingos, 10h  
às 11h

Praça de  
Convivência  
Grátis - Sem  
retirada de  
ingressos.

12

Vivência

## EXPERIMENTANDO O TRIATHLON

Rumo ao Fast Triathlon - Vivência de Triathlon,  
modalidade mista de natação, corrida e ciclismo.

De 3 de setembro  
a 17 de dezembro.  
Domingos, 11h  
às 12h

Piscina Coberta  
Grátis. Necessária  
credencial válida.

12



Foto: Schimene Weber

**Vivência** Recreação de Futebol 7 Adulto Misto

Vivência

## **RECREAÇÃO DE FUTEBOL 7 ADULTO MISTO**

**Com educadores do Sesc**

**De 3 de setembro a 17 de dezembro. Domingos, 11h30 às 13h30**

Campo de Grama Sintética  
Grátis. Necessária credencial válida.

**16**

Vivência

## **RECREAÇÃO DE TÊNIS DE MESA**

**Com educadores do Sesc**

**De 3 de setembro a 17 de dezembro. Domingos, 12h às 15h. Exceto dia 24 de setembro**

Ginásio  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

**10**

Vivência

## **RECREAÇÃO DE BASQUETE ADULTO**

**Com educadores do Sesc**

**De 3 de setembro a 17 de dezembro. Domingos, 12h às 15h. Exceto dia 24 de setembro**

Ginásio  
Grátis. Necessária credencial válida.

**10**

**FUT FAMÍLIA****Com educadores do Sesc**

Recreação de futebol intergeracional.

**De 3 de setembro a 17 de dezembro. Domingos, 14h às 15h30**

Campo de Grama Sintética  
Grátis. Necessária credencial válida.

L

**RECREÁGUA****Com educadores do Sesc**

Jogos e brincadeiras na piscina.

**De 3 a 24. Domingos, 14h às 15h**

Piscina Coberta  
Grátis - Sem retirada de ingressos.

L

**MINI VÔLEI****Com educadores do Sesc**

**De 3 a 24. Domingos, 14h às 15h**

Piscina Coberta  
Grátis - Sem retirada de ingressos.

L

**ESPORTE FAMÍLIA****Com educadores do Sesc**

Recreação de jogos, brincadeiras e esportes adaptados inter geracionais.

**De 3 de setembro a 17 de dezembro. Domingos, 15h30 às 17h30**

Ginásio  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

10

**ESPORTES DE PRECISÃO****Kan Jam e Cornhole**

O Kan Jam tem como objetivo acertar uma espécie de balde com um disco. Já o Cornhole tem como objetivo o acerto de uma espécie de saco com milho, num buraco feito na superfície de uma plataforma de madeira.

**De 3 a 24. Domingos, 15h30 às 17h30**

Ginásio  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

L

---

**GINÁSTICA PARA TODOS****Com educadores do Sesc**

Prática corporal em grupo que envolve diferentes tipos de ginástica - artística, rítmica, acrobática, aeróbica e de trampolim - e manifestações culturais como circo, danças, jogos e esportes.

---

**De 5 de setembro a 28 de dezembro. Terças e quintas, 10h30 às 11h50 e 19h às 20h20**

Sala 5  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

**12**

---

Vivência

**TÊNIS NA GRAMA****Com educadores do Sesc**

---

**Dias 30 de setembro e 1 de outubro. Sábado e domingo, 16h às 17h30**

Campo de Grama Sintética  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

---

**SEMANA MOVE**

---

**CORREDOR MULTIFUNCIONAL****Com Educadores do Sesc**

Aula aberta de ginástica multifuncional, realizada no corredor do segundo andar da unidade. Nessa aula do corredor multifuncional você poderá vivenciar diversas práticas multifuncionais e aprimorar as diversas capacidades e habilidade motoras de forma coletiva.

---

**Dia 23. Sábado, 11h às 12h**

Corredores da Unidade.  
Grátis. Sem retirada de ingressos. **12**

---

**AULA ABERTA DE PRÁTICAS CORPORAIS:  
TAI CHI CHUAN****Com Jefferson Itako Duarte**

Vivência prática de Tai Chi Chuan, arte marcial chinesa.

**Dias 26, 28 e 30. Terça e quinta, 10h30 às 12h30. Sábado, 10h às 12h.**

Sala 4 - Auditório Grátis. Sem retirada de ingressos. **L**

---

**NIGHT FAST TRIATHLON****Abertura Semana Move**

Nesta atividade o público terá a oportunidade de experimentar as 3 modalidades que compõem o Triathlon (natação, corrida e ciclismo). Evento contará com a presença e participação do Triatleta Paralímpico Ruitter Silva, medalhista de natação paralímpica Rio 2016, 2º lugar na 2023 Americas Triathlon Para Cup e campeão 2023 da Africa Paratriathlon Cup.

**Dia 22. Sexta, 18h às 22h**

Piscina Descuberta Grátis. Inscrição.

**12**

---

**JOGO EXIBIÇÃO DE BASQUETE 3X3****Com atletas da ANB 3x3**

Jogo amistoso de Basquete 3x3 no formato de apresentação esportiva.

**Dia 23. Sábado, 12h às 13h**

Ginásio Grátis. Sem retirada de ingressos. **L**

---

**AULÃO DE BASQUETE 3X3****Com ANB 3x3**

Aula prática da modalidade com atletas da Associação Nacional de Basquete 3x3.

**Dia 23. Sábado, 13h às 15h**

Ginásio Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência. 13 anos

---

**BASQUETE 3x3 COM FELIPE FRANKLIN  
E EVELYN LARISSA**

Apresentação esportiva e bate papo com os atletas Felipe Franklin e Evelyn Larissa.

**Dia 23. Sábado, 15h30 às 17h30**

Ginásio Grátis. Sem retirada de ingressos. **12**

---

**AULA ABERTA DE RITMOS: SEMANA “MOVIE”, DANÇANDO TRILHAS SONORAS DE FILMES****Com Educadores do Sesc**

Aula de ritmos com trilha sonora e coreografias que remetem aos personagens e temáticas de grandes sucessos do cinema.

**Dias 24, 26 e 28 de setembro e 1 de outubro. Domingos, 10h às 11h. Terça e quinta, 19h às 20h30**

Praça de Convivência  
Grátis. Sem retirada de ingressos. **12**

---

**MERGULHO LIVRE - MOVE ÁGUA****Com Estela Viva mais por você**

Vivência de mergulho livre, modalidade na qual o participante submerge utilizando nadadeiras, máscara e snorkel, sem equipamentos de oxigênio auxiliar.

**Dia 26. Terça, 8h às 9h, 15h às 16h30 e 19h30 às 21h**

Piscina Coberta  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

**12**

---

**GINÁSTICA COMUNITÁRIA****Com Educadores do Sesc**

Aula aberta de ginástica que visa incentivar a prática regular e oferecer um momento de lazer e consciência corporal para pessoas sedentárias ou pouco ativas.

**De 26 de setembro a 24 de outubro. Terças e quintas, 8h15 às 9h**

Praça de Convivência  
Grátis. Sem retirada de ingressos. **12**

---

**AULA ABERTA DE CICLO SESC****Com Educadores do Sesc**

Atividade caracterizada pela proposição e execução de exercícios focados nas capacidades resistência, força, usando diferentes intervalos, intensidades e tempo de recuperação, por meio do uso de uma bicicleta ergométrica estacionária.

**Dias 26, 28 e 29. Terça e quinta, 10h30 às 11h30 e 20h30 às 21h30. Sábado, 10h às 12h**

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

**12**

---

**SUPYOGA - PLATAFORMA FLUTUANTE COM ESTELA VIVA MAIS POR VOCÊ**

Exercícios corporais realizados na água, sobre plataformas flutuantes.

---

**AULA ABERTA DE PRÁTICAS CORPORAIS: ACRO YOGA**

**Com Andreza Gomide e Bianca Bertogna**

Aula aberta de Acro Yoga, prática que combina a sabedoria ancestral do yoga, a energia dinâmica da acrobacia e artes curativas, como a massagem tailandesa.

---

**AULA ABERTA DE SURF**

**Com Estela Viva Mais Por Você**

Vivência de surf adaptado para piscinas.

---

**VIVÊNCIA DE STAND UP PADLE (SUP)**

**Com Estela Viva Mais Por Você**

Vivência da modalidade, derivada do surf, que utiliza técnicas e exercícios como forma de permanecer em pé numa prancha, utilizando um remo para se deslocar e se equilibrar sobre a água.

**Dia 27. Quarta,  
8h às 9h, 15h às  
16h30 e 19h30  
às 21h**

Piscina Descoberta  
Grátis - Entrega  
de senhas no local  
com 30 minutos de  
antecedência.  
6 anos

---

**Dias 27 e 29.  
Quarta e sexta,  
9h30 às 10h30  
e 15h às 16h.**

**Sala 5.**

**Dia 30. Sábado,  
15h30 às 17h.**

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

**12**

---

**Dia 28. Quinta,  
8h às 9h, 15h às  
16h30 e 19h30  
às 21h**

Piscina  
Descoberta  
Grátis - Entrega  
de senhas no local  
com 30 minutos  
de antecedência.  
6 anos

---

**Dia 29. Sexta,  
8h às 9h, 15h às  
16h30 e 19h30  
às 21h**

Piscina  
Descoberta  
Grátis - Sem  
retirada de  
ingressos.  
6 anos



---

**SAUDAÇÃO AO SOL E MEDITAÇÃO  
EM MOVIMENTO****Com Educadores do Sesc**

Atividade que proporciona o aquecimento da coluna, visando otimizar a energia do corpo, preparando-o para todas as posturas do Yoga.

**Dia 30. Sábado,  
9h15 às 10h**  
Centro de  
Educação  
Ambiental Externo  
Grátis - Entrega  
de senhas no local  
com 30 minutos  
de antecedência.

**12**

---

**RITOS TIBETANOS E MEDITAÇÃO GUIADA****Com Educadores do Sesc**

Aula aberta de Ritos Tibetanos e meditação guiada. Os Cinco Ritos Tibetanos são um sistema de exercícios que existe há cerca 2.500 anos e eram praticados nas montanhas do Himalaia pelos habitantes do Tibete.

**Dia 1 de outubro.  
Domingo, 9h15  
às 10h**  
Centro de  
Educação  
Ambiental Externo  
Grátis - Entrega  
de senhas no local  
com 30 minutos  
de antecedência.

**12**

---

**SHUFFLEBOARD E FLOOR CURLING  
NO ESPORTE FAMÍLIA****Com Educadores do Sesc**

Atividade que proporciona o aquecimento da coluna, visando otimizar a energia do corpo, preparando-o para todas as posturas do Yoga.

**Dia 1 de outubro.  
Domingo, 15h30  
às 17h30**  
Ginásio  
Grátis - Sem  
retirada de  
ingressos.

**L**

---

**2ª CAMINHADA SUSTENTÁVEL  
(PLOGGING WALKING)****Com Educadores do Sesc**

O plogging é o hábito de correr ou caminhar recolhendo resíduos recicláveis pelo caminho, cuidando do corpo e meio ambiente simultaneamente.

**Dia 1 de outubro.  
Domingo, 10h  
às 13h**  
Praça de  
Convivência  
Grátis - Entrega  
de senhas no local  
com 30 minutos  
de antecedência.

**10**

# Crianças

## CESTO DOS TESOUROS

### Com educadores do Espaço de Brincar

Bebês são curiosos e essa natureza investigativa guia seu desenvolvimento. Nessa atividade são apresentados cestos e outros recipientes com objetos cheios de possibilidades para serem exploradas e experimentadas, de forma a estimular as crianças na primeira infância.

**De 2 a 30,  
Sábados, 14h às  
15h30**

Sala 3  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência. De 0 a 2 anos

## MARECIFE

### Com Rita Cavassana

Nesta homenagem ao mar, a artista Rita Cavassana convida o público a conhecer o ambiente marinho e suas curiosidades. Por meio de projeções interativas, fala sobre os seres que habitam os oceanos, e a importância de conservá-los.

**Dia 3. Domingo,  
14h às 14h40**

Sala 3. Grátis  
Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.



## BRINCANDO PELO SESC GUARULHOS

### Com educadores do Espaço de Brincar

Nesta atividade, o Sesc Guarulhos é um grande quintal, com diversas opções de brincadeiras a explorar.

**Dia 7. Quinta, 14h  
às 16h. De 10 a  
24. Domingos,  
14h às 16h**

Diversos espaços  
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.



Espaço de Brincar

**BRINCANDO COM LINHAS****Com educadores do Curumim**

Oficina de trabalhos manuais com linhas, na qual serão feitas pulseiras e mandalas, entre outros objetos.

**De 2 a 30.****Sábados, 14h às 16h****Dia 7. Quinta,****14h às 15h****Dia 8, sexta,****das 14h às 16h**

Sala 2 - Curumim

Entrega de senhas

no local com

30 minutos de

antecedência.

**L****BRINQUEDOS DE PROJETAR****Com Rita Cavassana e Vicente Martos**

Utilizando projeções como plano de fundo, os participantes desta atividade criarão narrativas com sombras como protagonistas.

**Dia 3. Domingo,****10h30 às 12h**

Sala 3

Entrega de senhas

no local com

30 minutos de

antecedência.

**L****MARCENARIA PARA CRIANÇAS****Com Bruna Kim - Cavilha Design**

Marcenaria não é coisa só de adulto! Educadores do Curumim e oficinairos do grupo Cavilha Design convidam crianças e seus responsáveis para criar brinquedos estilizados de madeira.

**De 3 a 24.****Domingos, 14h às****15h e 15h30 às****16h30**

Sala 2 - Curumim

Entrega de senhas

no local com

30 minutos de

antecedência.

**L****CIRANDANDO****Com Movimento Vem Brincar Cacuria**

Este cortejo circula pelo Sesc Guarulhos levando ritmos, danças e brincadeiras do Nordeste, convidando todos a participar.

**Dias 7 e 16.****Quinta e sábado,****16h às 17h**

Praça de

Convivência

Grátis - Sem

retirada de

ingressos.

**L**

**“SE ESSA RUA FOSSE MINHA...”****CONTAÇÃO DE HISTÓRIA****Com o grupo GTEDH - Girassol**

Nesta roda de conversa e música os participantes são convidados a criar uma nova letra para a conhecida cantiga de roda “Se esta rua fosse minha”.

**Dia 24. Domingo,****15h às 16h**

Sala 3

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

L

**DETETIVES DO ESPAVÔ****Com Esparrama e Trupe DuNavô**

Neste espetáculo o detetive Espavô e sua equipe ensinam o público a combater um grande vilão: Fake News e suas histórias mentirosas.

**Dia 7. Quinta,****17h30 às 18h30**

Teatro

● R\$8,00

■ R\$12,50

▲ R\$25,00

L

**NINA E A CIDADE QUE PERDEU O VENTO****Com Grupo Pandora de Teatro**

Espectáculo aborda a história de Nina, uma entregadora que, durante a pandemia no Brasil, parte em sua jornada fantástica para levar uma encomenda até a cidade que perdeu o vento.

**Dias 17, 19 e****23. domingo e****sábado, das 16h****às 17h. Terça, 15h****às 16h**

Praça de Convivência  
Grátis - Sem retirada de ingressos.

L



Nina e a cidade que perdeu o vento

## Jovens

---

### **PONTO GEEK**

#### **Com educadores do Programa Juventudes**

Espaço aberto para propor e aproveitar atividades do universo Geek. Do RPG ao K-Pop, animes, jogos de tabuleiro, vídeo game e mais.

---

**De 14 de setembro a 26 de outubro. Quintas, 15h às 17h. Exceto dia 12 de outubro**

Juventudes  
Grátis - Sem retirada de ingressos.

---

### **EXPERIMENTAÇÕES JUVENTUDES**

#### **Com educadores do Programa Juventudes**

Experimentações e vivências em diferentes linguagens que convidam adolescentes e jovens a trocar e se divertir.

---

**De 26 de setembro a 29 de dezembro. Terças a sextas, 11h às 21h. Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 17h30**

Juventudes  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

---

### **OCUPAÇÃO VOZES EM NÓS: AS JUVENTUDES COM A PALAVRA**

#### **Com Educadores do Programa Juventudes**

Nesta ocupação o público terá acesso a registros do projeto “Vozes em nós: as juventudes com a palavra”, que serviram como disparador para reflexões sobre a linguagem e nas diferentes maneiras que as juventudes articulam a palavra na elaboração e manifestação dos pensamentos, sentimentos, ideias, sensações e emoções.

---

**Terças a sextas, 11h às 21h. Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 17h30**

Juventudes  
Grátis. Sem retirada de ingressos.

## Pessoas Idosas



Ponto de Encontro

### REUNIÃO DO TRABALHO SOCIAL COM IDOSOS NO SESC GUARULHOS

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

**Dia 28. Quinta,  
14h às 14h30**

Sala 3  
Grátis - Sem  
retirada de  
ingressos.

**13**

## Turismo Social

### ENTRE A SERRA E O MAR - CENTRO DE FÉRIAS SESC BERTIOGA

Explore Bertioiga, sua história, cultura e natureza. O Centro de Férias Bertioiga, entre a Mata Atlântica e o mar, oferece ações socioambientais unindo lazer, vivências, oficinas e passeios para descobrir biodiversidade e cultura. Inclui pensão completa e hospedagem no Sesc Bertioiga.

**De 24 a 27 de  
outubro. Saída às  
13h30. Retorno  
às 13h30**

Inscrições online  
de 13 de setembro  
às 14h até 14 de  
setembro às 14h.  
Vagas serão  
definidas por  
sorteio

● R\$ 550,00

▲ R\$ 1435,00

Valores por  
pessoa em  
quartos duplos

### EXPEDIÇÃO BIOMAS BRASILEIROS - TRILHA DO PARQUE ESTADUAL DE RESTINGA DE BERTIOGA

Expedição no Parque Estadual de Restinga de Bertioiga, que abriga uma diversidade de ecossistemas costeiros e é conhecido por sua rica biodiversidade e beleza natural. Aproveite trilhas, caminhadas, observação da natureza e piqueniques, com foco na preservação e educação ambiental.

**Dia 1 de outubro.  
Domingo,  
8h às 18h**

Inscrições de 13 a  
15 de setembro

● R\$40,00

▲ R\$60,00

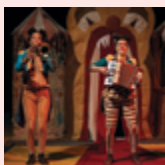
## AGENDA DE DESTAQUES

TERÇA

QUARTA

QUINTA

Foto: Ricardo Avellar



5

### Vivência

Centro de Educação Ambiental  
- Territórios em Transformação  
Brincantes!

6

### Aula aberta

Plantão Tira-dúvidas sobre o celular

7

### Música

Cirandando

### Teatro

Detetives do Espavô

12

### Vivência

Centro de Educação Ambiental  
- Territórios em Transformação  
Brincantes!

13

### Aula aberta

Plantão Tira-dúvidas sobre o celular

14

### Curso

Para perder o medo do computador

### Vivência

Ponto Geek

19

### Teatro

Nina e a cidade que perdeu o vento

### Curso

Ateliê de práticas cênicas para jovens

20

### Palestra

Encontro com Artesãs e Artesãos de Guarulhos

### Vivência

Aula aberta de práticas corporais

21

### Aula aberta

Plantão Tira-dúvidas sobre o celular

26

### Vivência

Aula aberta de ciclo Sesc  
Aula aberta de ritmos

27

### Vivência

Aula aberta de práticas corporais: Acro Yoga

### Bate-papo

Arte da palavra

28

### Vivência

Aula aberta de surf  
Aula aberta de ciclo Sesc

---

**SEXTA**

---

**1****Aula aberta**

Plantão Tira-dúvidas sobre o celular

**Música**

Trío Gato com Fome

---

**8****Vivência**

Brincando com linhas

**Música**

Edgar

---

**15****Vivência**

Brincantes!

**Aula aberta**

Plantão Tira-dúvidas sobre o celular

---

**22****Aula aberta**

Corredor Multifuncional

**Música**

Mahmundi

---

**29****Vivência**

Aula aberta de práticas corporais: Acro Yoga

**Música**

Grandes clássicos do samba

---

**SÁBADO**

---

**2****Oficina**

Tranças e Dreads

**Música**

Far From Alaska >

---

**9****Circo**

Raiow Rainhas <

**Música**

Banda Sete Cabeças com Charles Gavin e Luiz Brasil

---

**16****Oficina**

Construindo insetos de madeira - Parte 2

**Dança**

The Eighth >

---

**23****Apresentação**

Jogo exibição de basquete 3x3

**Música**

Day Limns

---

**30****Vivência**

Tênis na grama

**Música**

Arlindinho Cruz

---

**DOMINGO**

---

**3****Música**

Afoxé Omo Oya

**Teatro**

Mãos Trêmulas

---

**10****Esporte e atividade física**

Recreação de Futebol 7 Misto

**Circo** Moby Dick e os Caçadores de Baleia

---

**17****Oficina**

Flipbook: Arte em movimento

**Dança**

The Eighth

---

**24****Oficina**

Marcenaria para crianças

**Música**

Roda de samba aberta com Samba do Gaiato

---



Foto: César Reynaux



Foto: Fernanda Kirmayr



---

## 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 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 Guarulhos

---

## **ESPAÇOS E SERVIÇOS**

### **Horário de funcionamento da unidade**

Terça a sexta: 9h às 21h30;  
Sábado: 9h às 20h; Domingo e feriado:  
9h às 18h.

### **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 21h  
Sábados, domingos e feriados: 9h às 17h.

\*Agendamento por meio do site  
centralrelacionamento.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 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.

---

## **Estacionamento**

315 vagas para carros, 42 para motos e  
248 bicicletas.

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.

### **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.

### **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: 7h20 às 20h40  
Sábados: 9h às 14h20.

### **Piscinas**

Terça a sexta: 9h às 20h30  
Sábados, domingos e feriados: 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

### **Agendamento de grupos**

Participação de grupos em atividades  
presenciais e online.




Telefone: (11) 2475-5712.  
E-mail: agendamento.guarulhos@  
sescsp.org.br


## **SESC GUARULHOS**

Rua Guilherme Lino dos Santos, nº 1.200,

Jardim Flor do Campo, Guarulhos - SP

Tel.: (11) 2475-5550

   /sescguarulhos

 /sescguarulhosyt

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

**faça sua  
credencial  
sesc**



**SELO FSC**