

# **Abril 2025**

**Sesc Taubaté**



**Guia de Programação**





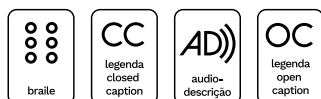
Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## Classificação indicativa

Atribuída oficialmente  
ou autoclassificada

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

## Legendas de Acessibilidade



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 Taubaté. 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 22h.  
Sábados, domingos e dia 21 (segunda), 10h às 19h.  
Dias 18, sexta, e 22, terça, unidade fechada.

## Ingressos

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

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
31/3 a 7/4	25/3	26/3
7/4 a 13/4	1/4	2/4
14/4 a 20/4	8/4	9/4
21/4 a 27/4	15/4	16/4
28/4 a 4/5	22/4	23/4
5/5 a 11/5	29/4	30/4

Para temporadas de espetáculos, são consideradas as datas de estreia para início das vendas de toda a temporada. O portal do Sesc São Paulo 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:** Pessoa trabalhadora do comércio de bens, serviços e turismo credenciada no Sesc e dependentes.
- **Meia Entrada:** Pessoa aposentada, com mais de 60 anos, com deficiência, estudante e servidora de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**

8	<b>Shows e Espetáculos</b>
12	<b>Cursos, Oficinas e Encontros</b>
16	<b>Esporte e Atividade Física</b>
26	<b>Crianças</b>
30	<b>Pessoas Idosas</b>
32	<b>Agenda de Destaques</b>



# **Entra em cena um novo Sesc Taubaté**

**Inauguração em 26 de abril**

**Teatro  
Palco externo  
Clínicas odontológicas  
Comedoria**



Siga nossas redes sociais e  
acompanhe nossa programação  
**@sesctaubate**  
**sescsp.org.br/taubate**

**Sesc Taubaté**  
Av. Engenheiro Milton de Alvarenga Peixoto, 1264



# Editorial

Os ares do outono trazem consigo uma sensação de renovação e introspecção, refletida na transformação do ambiente e do clima. E nada melhor do que apreciar uma boa música instrumental, com sua riqueza de formas e estilos, expressa por meio de arranjos e improvisações únicas. Na primeira quinzena de abril, o projeto *Instrumentais* apresenta diversas vertentes do gênero em shows gratuitos, com artistas como Fábio Santini Quartet, Thiago Luiz Trio e Duo de Choro Cinema Mudo, entre outros. Em sintonia com a natureza, o público poderá vivenciar experiências que incentivam práticas sustentáveis. O projeto *Biodiversidade ao Redor* proporciona uma imersão no fascinante mundo das abelhas sem ferrão, enquanto a oficina *Compostagem: A Terra Dá, a Terra Quer* ensina como transformar resíduos orgânicos em nutrientes para o solo. A criatividade e o aprendizado de novas técnicas ganham espaço no curso de Xilogravura, ministrado



**Sesc Taubaté**

pelo Xilomóvel Ateliê Itinerante, além das oficinas de Gelli Printing e Dobradura de Papel: Origami.

Para os pequenos, a vivência de quintal *Conectando Bebês à Natureza* convida a explorar múltiplas formas de brincar, em um ambiente sensorial cuidadosamente preparado.

E abril ainda reserva grandes surpresas!

Temos o prazer de anunciar a inauguração de novos espaços do Sesc que tornarão sua experiência ainda mais incrível. A nova comedoria chega com um ambiente amplo e aconchegante, perfeito para apreciar as delícias do nosso cardápio. A clínica odontológica foi expandida e agora conta com equipamentos modernos para oferecer um atendimento ainda mais completo.

E para os amantes da arte, um teatro novinho em folha abrirá suas cortinas, trazendo à cena grandes sonhos e emoções!

Vocês são nossos convidados especiais para essa grande celebração!





# Shows e Espetáculos

## MÚSICA

### PROJETO INSTRUMENTAIS

Shows gratuitos que apresentam vertentes musicais como choro, jazz, percussão e outras, em apresentações que aproximam o público do repertório instrumental.

Show

**FABIO SANTINI**

**Fabio Santini Quartet**

Com experiência de mais de 35 anos como músico, compositor e arranjador, Fabio foi guitarrista oficial da dupla Sá & Guarabyra e do músico Derico, além de ter acompanhado Oswaldinho do Acordeon, Elba Ramalho, Fernanda Porto e Kell Smith, entre outros. Neste show, o músico apresenta composições e arranjos próprios, acompanhado por Christiano Rocha (bateria), Claudio Machado (baixo) e Tato Andreatta (teclados).

**Dia 4, sexta, 20h**

Marquise.

Com assentos.

Grátis **L**



**Espetáculo** Sonhatório





Foto: divulgação

**Show** Thiago Luiz Trio

Show

**THIAGO LUIZ TRIO****Origens**

Projeto instrumental que tem por base o ukulele, mostrando que o instrumento pode ir muito além dos clichês normalmente a ele associados. No repertório, músicas autorais de Thiago Luiz que integram seu álbum *Origens*, que traz a musicalidade de Minas Gerais, com influências e releituras do Clube da Esquina, Beatles e outros artistas. O trio é formado por Thiago Luiz (ukulele), Pedro Pajé (contrabaixo) e Pedro Torres (bateria).

**Dia 5, sábado,  
20h**Marquise.  
Com assentos.  
Grátis **L**



Foto: divulgação

**Show** Duo de Choro Cinema Mudo

---

Show

**DUO DE CHORO CINEMA MUDO****Choro em detalhes**

Show em homenagem a grandes compositores do choro como Pixinguinha, Waldir Azevedo, Jacob do Bandolim, Chiquinha Gonzaga, entre outros, com arranjos originais.

Na apresentação, o duo composto por Ekaterina Abashkina (flauta transversal) e Paulo Cesoli (violão) compartilha com o público curiosidades sobre a vida e a obra dos autores.

---

**Dia 11, sexta, 20h**

Marquise.

Com assentos.

Grátis **L**

Show

## ARCHANJO DOS SANTOS

### Alvorada

Neste show, o artista apresenta suas composições instrumentais, inspiradas nos ritmos das manifestações de cultura popular tradicional, usando *samples* e *loops* gravados ao vivo. Participações de Lucas Portuga (contrabaixo), Léo Couto (saxofone), Igor Melo (trompete), Guilherme Veloso (trombone), João Gaspar (guitarra) e Mário Gascó (sitar indiano).

**Dia 12,**  
**sábado, 20h**  
Marquise.  
Com assentos.  
Grátis **L**



**Show** Archanjo dos Santos

# Cursos, Oficinas e Encontros

## TECNOLOGIAS E ARTES

Curso

### XILOGRAVURA

**Com Xilomóvel Ateliê Itinerante**

Venha explorar os fundamentos da gravura em relevo, visando o desenvolvimento de projetos individuais. O curso apresenta uma introdução teórica e experimentações de diversas matrizes, como o compensado e o mdf, suportes em papéis variados e cores.

**Dias 8, 15 e 29, terças, 9h**

Espaço de Tecnologias e Artes. Atividade continuada. Vagas limitadas. Inscrição a partir de 1/4, às 14h, pelo app Credencial Sesc SP.

● R\$12,00

■ R\$20,00

▲ R\$40,00

12 anos

Oficina

### GELLI PRINTING

**Com Mariana Timponi, artista visual**

Gelli print é uma técnica de impressão artesanal que usa uma placa de gelatina, tinta guache, acrílica ou gráfica, rolinho de entintagem ou espátula, moldes vazados ou materiais com textura para criar uma impressão sobre papel ou tecido.

**Dias 19 e 20, sábado e domingo, 14h30**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Inscrição no local 30 min antes. Grátis. 6 anos. Menor de 10 anos deve estar acompanhado de um adulto



**Curso** Xilogravura



Foto: divulgação

**Oficina** Dobradura de Papel: Origami

Oficina

**DOBRADURA DE PAPEL: ORIGAMI****Com Raquel Guimarães, educadora do Sesc**

Nesta oficina serão apresentadas e desenvolvidas técnicas do origami, tradicional arte japonesa em que esculturas são feitas com dobraduras de papel.

**Dia 21, segunda, 14h30**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Inscrições no local. Grátis. 6 anos. Menor de 10 anos deve estar acompanhado de um adulto

**MEIO AMBIENTE**

Vivência

**BIODIVERSIDADE AO REDOR: POR DENTRO DO MUNDO DAS ABELHAS SEM FERRÃO****Com Lila Barbosa, agente de educação ambiental do Sesc**

Vivência sobre o mundo das abelhas nativas sem ferrão que apresenta suas características, comportamentos e importância para a conservação da biodiversidade. Será apresentada a caixa didática da abelha jataí, instalada na Floresta Comestível do Sesc Taubaté.

**Dia 12, sábado, 10h30**

Floresta Comestível. Livre



Foto: Lila Barbosa

**Vivência** Compostagem: a terra dá, a terra quer

Vivência

**COMPOSTAGEM: A TERRA DÁ, A TERRA QUER**  
**Com Lila Barbosa, agente de**  
**educação ambiental do Sesc**

A compostagem é uma prática milenar de transformação dos resíduos orgânicos em nutrientes, em que o princípio básico é devolver para a terra o que veio da terra, e assim colaborar na manutenção do ciclo da vida no solo. Serão apresentados modelos de composteira utilizados no Sesc Taubaté para tratamento dos resíduos da jardinagem, e de uma composteira para uso doméstico.

**Dia 13, domingo,**  
**10h30**  
Floresta  
Comestível. Livre

## JOVENS

Bate-papo

**RELAÇÕES DE GÊNERO E MASCULINIDADES**  
**Com Coletivo Encrespados, coletivo**  
**de jovens educadores**

Ação de mediação para os jovens inscritos no programa Juventudes, com a temática de gênero e masculinidades.

**Dias 8 e 10,**  
**terça e quinta,**  
**às 19h. Dias 9**  
**e 11, quarta e**  
**sexta, às 16h**  
Espaço de  
Tecnologias  
e Artes.  
12 a 18 anos.  
Para inscritos  
no programa  
Juventudes

Vivência

## **BORA FAZER UM SOM?! - EXPERIMENTAÇÕES**

**Com Beatriz da Matta, multi-instrumentista**

Que tal conhecer e experimentar instrumentos não convencionais? O "bora fazer um som" desse mês apresenta o washboard, um instrumento criado nos EUA a partir de tábuas de lavar roupas. Venha fazer um som com a gente!

**Dias 12 e 13, sábado e domingo, 14h às 16h**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Inscrições no local. Grátis. 13 a 29 anos



Foto: divulgação

**Vivência** Bora Fazer um Som?!

### **PROGRAMA JUVENTUDES**

Destinado a adolescentes e jovens. Tem como base as diretrizes de reconhecimento dos territórios e acolhimento das juventudes por meio da criação de diálogos e trocas, a promoção da formação de vínculos, o respeito a diversidade cultural e a valorização da participação juvenil na construção e na condução das ações. Atua com foco na promoção do exercício da autonomia, na desconstrução de estereótipos e preconceitos em relação às juventudes, no desenvolvimento das potencialidades juvenis e na ampliação do universo cultural. Interessados devem fazer pré-inscrição na Central de Atendimento e aguardar contato dos nossos educadores. Grátis. 13 a 18 anos.

**Terças e quintas, 18h às 21h / Quartas e sextas, 15h30 às 18h30**



# Esporte e Atividade Física

Vivência

## **AQUAYOGA**

**Com educadores fisicoesportivos**

A ação propõe a prática de Yoga sobre o "Acqua Float", um tipo de prancha em que o participante realiza os exercícios em cima, desenvolvendo, entre outras coisas, a coordenação motora e o equilíbrio nas posturas propostas.

**Dia 10, quinta,  
10h30 e 19h,  
e dia 11, sexta,  
9h30, 16h e 19h**  
Piscina.

Vagas limitadas.  
Para alunos  
dos cursos  
do Programa  
de Atividades  
Aquáticas.  
12 anos

Torneios e campeonatos

## **FESTIVAL DE BADMINTON - FORMATO DUPLAS**

**Com educadoras(es) do Sesc**

Badminton é um esporte dinâmico praticado entre dois ou quatro jogadores que usam raquetes de uma peteca específica (volante) para a prática. É o segundo esporte mais praticado no mundo. Nesta atividade, o festival da modalidade será em formato de duplas para alunos, ex-alunos e equipes convidadas.

**Dia 5, sábado,  
10h**

Ginásio. Grátis.  
16 anos



**Torneios e Campeonatos** Festival de Badminton

---

Vivência

**DE BIKE COM YOGA**

**Com educadoras(es) do Sesc**

Atividade que busca incentivar o uso da bicicleta como meio de transporte e lazer. A cada passeio será feito um percurso diferente que busca conhecer e explorar possibilidades de trajetos pela cidade de Taubaté e seu entorno. Neste mês, o trajeto será até o Parque Jardim das Nações, onde o público participante será convidado a praticar uma aula de Yoga.

---

**Dia 13, domingo,  
saída às 8h**

Distância: aproximadamente 20 km. Nível: fácil. Necessário trazer sua bicicleta e garrafa de água. Obrigatório uso de capacete. Inscrições a partir de 1/4, às 9h, em [bit.ly/debike\\_abr25](https://bit.ly/debike_abr25) Grátis. 12 anos

---

Vivência

**RECREAÇÃO AQUÁTICA**

**Com educadoras(es) do Sesc**

Atividades lúdicas, jogos recreativos e hidroanimação para toda a família.

---

**Sábados,  
domingos e  
dia 21, segunda,  
14h às 14h30**

Piscina. Necessário credencial plena e exame dermatológico válidos. Grátis. 3 anos

---

Aula aberta

**RECREAÇÃO EM FAMÍLIA**

**Com educadoras(es) do Sesc**

Vivência de diversos jogos, modalidades e brincadeiras, incentivando a participação e a diversão para toda a família.

---

**Sábados,  
domingos (exceto  
dias 26 e 27) e  
dia 21, segunda,  
15h às 16h**

Ginásio. Grátis. 6 anos



Foto: Marcelo Friggi

**Aula aberta** Momento Zen

Aula aberta

**MOMENTO ZEN****Com educadoras(es) do Sesc**

Vivência que propõe o equilíbrio entre corpo e mente, por meio de práticas corporais que proporcionam flexibilidade, força e resistência muscular. A cada aula será abordada uma técnica diferente como Pilates, Yoga, liberação miofascial, alongamento, meditação, entre outras.

**Domingos e****dia 21, segunda,  
10h30 às 11h30**Ginásio. Grátis.  
12 anos

Vivência

**SLACKLINE****Com educadoras(es) do Sesc**

É um esporte de equilíbrio que utiliza um fita de nylon esticada entre dois pontos fixos, permitindo ao participante andar e fazer manobras.

**Dias 5 e 6, sábado  
e domingo, 14h  
às 16h30**Espaço Slackline.  
Grátis. 6 anos.  
Menor de 10  
anos deve estar  
acompanhado  
de adulto

---

Aula aberta

### **TREINO EM GRUPO**

#### **Com educadoras(es) do Sesc**

Atividade dinâmica que combina diversos elementos do treino funcional. Com exercícios que utilizam o peso do corpo, acessórios e circuitos, o treino é ideal para melhorar o condicionamento físico, aumentar a resistência e fortalecer todo o corpo, proporcionando um ambiente motivador e desafiador, onde cada participante pode evoluir no seu ritmo.

---

**Sábados, 11h às 12h**

Sala Corpo e Expressão.  
Grátis. 12 anos

---

Aula aberta

### **ENCONTRO ESPORTIVO CLUBE DO SOCIETY**

#### **Com educadoras(es) do Sesc**

---

**Dia 6, domingo, 10h30**

Campo Society 1.  
Grátis. 16 anos

---

Recreação orientada

### **FUTSAL FEMININO**

#### **Com educadores(as) do Sesc**

---

**Dias 5, 12 e 19, sábados, 12h às 14h30**

Ginásio.  
Necessária apresentação da credencial Sesc.  
Grátis. 16 anos

---

Recreação orientada

### **VÔLEI MISTO**

#### **Com educadores(as) do Sesc**

---

**Dias 5, 12 e 19, sábados, 10h30 às 12h**

Ginásio.  
Necessária apresentação da credencial Sesc.  
Grátis. 16 anos

---

Recreação orientada

### **TÊNIS**

#### **Com educadores(as) do Sesc**

A prática favorece a sociabilidade, o respeito, a incorporação de novas habilidades e melhoria da qualidade de vida, numa perspectiva de educação como prática autônoma e regular da modalidade. Podem se inscrever para a atividade jogadores praticantes da modalidade.

---

**Dias 6, 13 e 20, domingos, 9h às 10h**

Quadra de Tênis 1.  
Necessário inscrição na Central de Atendimento e Credencial Sesc válida. Grátis. 16 anos

---

## PROGRAMAS PERMANENTES

### Com educadoras(es) do Sesc

A participação está sujeita à disponibilidade de vagas. Toda 1<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> quinta-feira do mês (em abril, nos dias 3 e 17), a partir das 18h, as unidades oferecem as vagas disponíveis para inscrição, que só pode ser feita por quem tem a Credencial Plena válida.

No aplicativo Credencial Sesc SP ou pelo site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br), é possível filtrar a busca pela categoria Esporte e Atividade Física e por unidade. Se ainda houver vagas remanescentes após cinco dias, elas podem ser disponibilizadas para o público geral.

---

## GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

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

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

Verifique as regras para inscrição mais acima (programas permanentes).

---

**Terça a sexta,  
7h às 21h30.  
Sábados,  
domingos e  
feriados, 9h  
às 15h**

Sala de Ginástica.  
Pessoas a partir  
de 60 anos têm  
desconto de  
50% no valor da  
mensalidade.  
12 anos



**Sala de Ginástica**

---

**PROGRAMA SESC DE ESPORTES****Com educadoras(es) do Sesc**

Programa de ensino e treino das modalidades esportivas pautado na educação e formação do cidadão, com metodologia específica adequada a cada faixa etária. Para inscrições, verifique informações na página 20 (programas permanentes).

---

**ESPORTE CRIANÇA - 3 A 6 ANOS**

Atividades diversas são ensinadas por meio do brincar e do jogo de faz-de-conta, a partir da exploração de objetos, espaços e da imaginação das crianças.

---

**Quartas e sextas,  
9h às 10h e  
17h às 18h**  
Sala Corpo e  
Expressão. Grátis.  
3 a 6 anos

---

**ESPORTE CRIANÇA - 6 A 10 ANOS**

As crianças jogam, interagem e vivenciam habilidades e práticas, tais como dança, luta e ginástica. As aulas contêm jogos e brincadeiras para desenvolver o interesse pelo esporte e de valores como respeito à diversidade, criticidade, autonomia, entre outros.

---

**Quartas e sextas,  
15h30 às 18h**  
Ginásio. Grátis.  
6 a 10 anos

---

**ESPORTE JOVEM - FUTEBOL**

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

---

**Terças e quintas,  
16h às 17h30**  
Campo Society.  
Grátis.  
13 a 16 anos

---

**ESPORTE ADULTO - INICIAÇÃO****Com educadoras(es) do Sesc**

Prática de modalidades que possibilita a compreensão dos valores que envolvem o esporte como manifestação cultural. Indicado para pessoas que querem aprender ou retomar a prática esportiva. Incentiva a autonomia, o prazer pelo esporte e a melhoria da qualidade de vida. Para inscrições, verifique informações na página 20 (programas permanentes).

---

**BADMINTON**

---

**Terças e quintas,  
18h às 19h30**

Ginásio. Grátis.

16 anos

---

**TÊNIS**

---

**Terças e quintas,  
19h às 20h30.****Quartas e sextas,  
18h30 às 20h.****Sábados, 9h  
às 10h30**

Quadra de Tênis.

Grátis. 16 anos

---

**FUTSAL FEMININO**

---

**Quartas e sextas,  
18h30 às 20h**

Ginásio. Grátis.

16 anos

---

**VÔLEI**

---

**Terças e quintas,  
7h às 8h30**

Ginásio. Grátis.

16 anos



---

**ESPORTE ADULTO - CLUBES****Com educadoras(es) do Sesc**

Prática que promove o aperfeiçoamento de habilidades na modalidade específica, a valorização do jogo e da competição, além dos valores que envolvem o esporte enquanto manifestação cultural. Indicado para pessoas que querem aperfeiçoar o conhecimento na modalidade esportiva. Incentiva a autonomia, o prazer pelo esporte e a melhoria da qualidade de vida. Para inscrições, verifique informações na página 20 (programas permanentes).

---

**CLUBE DA CORRIDA**

---

**Terças e quintas,  
7h às 8h30 e  
18h30 às 20h**  
Ginásio. Grátis.  
16 anos

---

**ESPORTE PARA PESSOAS IDOSAS**

Prática e aprendizado de modalidades esportivas que favorecem trocas de experiências como forma de integração, promovendo o bem-estar e a saúde, considerando a história, os interesses e as necessidades de cada um.

---

**Terças e quintas,  
14h às 15h.  
Quartas e sextas,  
8h às 9h**  
Ginásio. Vagas  
limitadas. Grátis.  
60 anos

---

## PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

### Com educadoras(es) do Sesc

Conjunto de práticas que integram corpo e mente e trabalham a expressão corporal, conectando indivíduo ao coletivo, a sociedade e a natureza. As práticas estimulam a percepção corporal e promovem o autocuidado e o movimento consciente, valorizando os aspectos culturais e históricos das técnicas.

Para inscrições, verifique informações na página 20 (programas permanentes).

---

### YOGA

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

---

**Quartas e sextas,  
20h às 21h**  
Ginásio. 12 anos

---

### GINÁSTICA PARA TODOS

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

---

**Terças e quintas,  
9h às 10h e  
16h30 às 17h30**  
Ginásio. Grátis.  
16 anos

---

## PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

### Com educadoras(es) do Sesc

Programa que desenvolve competências para possibilitar a segurança do praticante na água, o aprendizado dos nados, o condicionamento físico, a autonomia e o bem-estar.

Tem como objetivo proporcionar o acesso ao meio aquático e promover uma relação positiva das pessoas com este ambiente.

Para inscrições, verifique informações na página 20 (programas permanentes).

---

### PRÁTICAS AQUÁTICAS - ADULTO

Prática de atividades individuais e coletivas que propõe o aprendizado de natação (estilos crawl, costas, peito e borboleta) e de modalidades como nado artístico, caiaque, surfe e mergulho. Promove a autonomia, o condicionamento físico, o bem-estar e o aperfeiçoamento das habilidades aquáticas.

---

**Terças e quintas, 10h30. Quartas e sextas, 19h**  
Parque Aquático.  
12 anos

---

### PRÁTICAS AQUÁTICAS - 6 A 12 ANOS

Aprendizagem de atividades individuais e coletivas que promovem a prática da natação (estilos crawl, costas, peito e borboleta) e de modalidades como nado artístico, caiaque, surfe e mergulho, para que crianças e jovens desenvolvam autonomia, tenham prazer em estar e se movimentar na água.

---

**Terças e quintas, 15h30.**  
**Sábados, 10h30**  
Parque Aquático.  
Grátis.  
6 a 12 anos

---

### CONDICIONAMENTO FÍSICO AQUÁTICO (CFA)

Atividade em grupo que utiliza a água como resistência aos movimentos. Os exercícios estimulam o desenvolvimento da força, da capacidade cardiorrespiratória e a autonomia no meio aquático.

---

**Terças e quintas, 19h. Quartas e sextas, 9h30 e 16h. Sábados e domingos, 9h30**  
Parque Aquático.  
12 anos

# Crianças

## TEATRO

Espectáculo

### **SONHATÓRIO**

**Com a Cia Truks**

É hora do almoço no Sanatório Boa Cabeça. Sentam-se à mesa três supostos loucos, para a refeição. Porém, não há ali nada para comer ou beber. Sedentos e famintos, os amigos partem em uma deliciosa viagem imaginária em busca de comida, que os levará para áridos desertos, para o fundo do mar e para longínquos planetas.

**Dia 6, domingo,**

**16h30**

Marquise.

Com assentos.

Grátis **L**



**Espectáculo** Sonhatório

**Espetáculo** Cor-Ação

Foto: divulgação

## DANÇA

Espetáculo

### **COR-AÇÃO**

**Com núcleo Pé de Zamba**

Cor-Ação se inspira na beleza e na alegria causadas pela presença das cores nas manifestações culturais brasileiras. Com música ao vivo autoral, o espetáculo mergulha nas qualidades e funções que as cores podem ter sobre as pessoas e sobre suas vidas, através de suas frequências e ressonâncias específicas, que geram múltiplos fluxos de movimento. No espetáculo, isso se concretiza pelo uso de adereços que, na relação com os corpos dos dançarinos e do próprio público, criam um dançar único a partir do improvisado.

**Dia 13, domingo,  
16h30**

Marquise.

Com assentos.

Grátis 

Vivência

### **DO TAMANHO DE UM BOTÃO: O CAMINHO DA ROÇA**

**Com Viviane Catenacci, brincante e educadora**

Vivência brincante para a primeira infância com cantigas, parlendas, brincadeiras e contos, compartilhando temas da cultura popular brasileira com bebês, crianças pequenas e seus familiares.

**Dias 5 e 6, sábado e domingo, 10h30**

Taba. Vagas limitadas.

Inscrições no local. Grátis. Até 3 anos, acompanhada de adulto

Vivência

### **QUINTAL - CONECTANDO BEBÊS E CRIANÇAS À NATUREZA E À ARTE**

**Com Danny Leite, artista e ecoeducadora**

Em um espaço amplo e cuidadosamente preparado, será criada uma ambientação sensorial que convida a criança a vivenciar múltiplas possibilidades de brincar. Materiais naturais serão apresentados de forma acessível, incentivando a curiosidade e a experimentação. Um educador estará presente para acompanhar e apoiar as descobertas.

**Dias 12 e**

**13, sábado e domingo, 10h30**

Espaço Vida.

Vagas limitadas.

Inscrições no local.

Grátis. Até 6 anos, acompanhada de adulto



**Vivência** Do Tamanho de Um Botão: O Caminho da Roça



Foto: Pixabay

**Vivência** Jogos de Tabuleiro

---

**QUINTAL DE EXPERIMENTAÇÕES**

Oficinas, vivências e brincadeiras que contemplam as linguagens música, literatura, circo, dança, artes visuais, cinema e jogos e brincadeiras, com o intuito de proporcionar momentos de experimentação para as crianças por meio da ludicidade.

---

**Vivência****JOGOS DE TABULEIRO****Com educadoras(es) do Sesc**

Que tal experimentar momentos de diversão e estratégia? Venha desbravar novos mundos, testar suas habilidades e se divertir em família.

---

**Dias 12 e 13, sábado e domingo, 10h30**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Inscrição no local. Grátis. 7 a 12 anos. Menor de 10 anos deve estar acompanhado de adulto

**CURUMIM**

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



# Pessoas Idosas

Vivência

## AS CANÇÕES DAS NOSSAS

### VIDAS: MUSICOTERAPIA

Com **Diego Lima, musicoterapeuta**

A musicoterapia é uma prática terapêutica que utiliza a música para promover bem-estar emocional, físico e social. Nesta atividade, por meio de canções que marcaram a vida dos participantes, serão exploradas memórias, emoções e conexões.

**Dia 12, sábado,  
14h30**

Sala Corpo e Expressão.  
Vagas limitadas.  
Inscrições na Central de Atendimento, informar sua música favorita no ato da inscrição. Grátis. 60 anos

Oficina

## ALPHABYTE: LETRAMENTO DIGITAL

Com **Raquel Guimarães, educadora do Sesc**

Curso permanente de alfabetização digital voltado para o público idoso, com pouca ou nenhuma familiaridade com as tecnologias digitais.

As aulas teóricas e práticas, abordam conceitos e ferramentas relacionados principalmente ao uso de computadores e celulares.

**Quintas, 8h30**

Espaço de Tecnologias e Artes. Inscrições na Central de Atendimento. Grátis. 60 anos



**Oficina** Alphabyte: Letramento Digital

Curso

## **EXPERIMENTAÇÕES MUSICAIS**

### **CANTA, CANTA MINHA GENTE!**

**Com Toninho Mattos, músico**

Um estímulo à criatividade musical dos participantes, por meio de exercícios de coordenação motora, equilíbrio e percepção rítmica e espacial, incluindo técnicas vocais que criam sons.

**De 6 a 27,**

**quintas, 15h**

Espaço Vida.

Vagas limitadas.

Inscrições

na Central de

Atendimento.

Grátis. 60 anos

Vivência

## **PONTO DE ENCONTRO**

**Com Viviane dos Santos, técnica responsável pelo TSPI**

Encontro para escuta e diálogo sobre o Trabalho Social com Pessoas Idosas, criando momentos de interação entre os participantes e equipe de referência do programa no Sesc Taubaté.

**Dia 4, sexta, 14h**

Espaço Vida.

Grátis. 60 anos

### **TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS**

Por meio de suas ações, o programa TSPI, criado em 1963 pelo Sesc São Paulo, estimula a reflexão sobre o envelhecimento e a longevidade, a construção de conhecimentos, a desconstrução de estereótipos e preconceitos, os cuidados com a saúde e a sociabilização. Saiba mais em [sescsp.org.br/tspi](http://sescsp.org.br/tspi)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
	1	2	3
			<b>Pessoas Idosas</b> Alphabyte
			<b>Pessoas Idosas</b> Experimentações Musicais
	8	9	10
	<b>Tecnologias e Artes</b> Curso de Xilogravura		<b>Pessoas Idosas</b> Alphabyte
			<b>Esporte e Atividade Física</b> Vivência de AquaYoga
	15	16	17
	<b>Tecnologias e Artes</b> Curso de Xilogravura		<b>Pessoas Idosas</b> Alphabyte
			<b>Pessoas Idosas</b> Experimentações Musicais
21	22	23	24
<b>Tecnologias e Artes</b> Dobradura de Papel: Origami	<b>UNIDADE FECHADA</b>		<b>Pessoas Idosas</b> Alphabyte
			<b>Pessoas Idosas</b> Experimentações Musicais
	29	30	
	<b>Tecnologias e Artes</b> Curso de Xilogravura		

**SEXTA****4**

**Pessoas Idosas**  
Ponto de Encontro

**Música**  
Fábio Santini

**SÁBADO****5**

**Crianças**  
Vivência  
Do Tamanho de  
Um Botão

**Música**  
Thiago Luiz Trio

**DOMINGO****6**

**Esporte e  
Atividade Física**  
Encontro  
Esportivo Clube  
do Society

**Crianças**  
Sonhatório

**11**

**Esporte e  
Atividade Física**  
Vivência de  
AquaYoga

**Música**  
Duo de Choro  
Cinema Mudo

**12**

**Meio Ambiente**  
Biodiversidade  
ao Redor: Por  
Dentro do Mundo  
das Abelhas sem  
Ferrão

**Música**  
Archanjo dos  
Santos

**13**

**Meio Ambiente**  
Compostagem:  
A Terra Dá, a Terra  
Quer

**Crianças**  
Cor-Ação

**18**

**UNIDADE  
FECHADA**

**19**

**Tecnologias e  
Artes**  
Oficina Gelli  
Printing

**20**

**Tecnologias e  
Artes**  
Oficina Gelli  
Printing

**25****26**

**INAUGURAÇÃO  
DO PRÉDIO  
DO TEATRO**

**27**

# Sesc.digital

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

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

# SescTV

Disponível via satélite em todo o Brasil, em operadoras de TV por assinatura e serviços de streaming. Mais de 1.300 títulos sob demanda, entre documentários, filmes, shows e séries.

Assista também em [sesctv.org.br/agorandatv](http://sesctv.org.br/agorandatv)

# 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 41 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

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

---

## Faça sua Credencial Plena

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



Consulte a relação de documentos necessários

---

## Sobre o Sesc São Paulo

Com mais de 77 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de 43 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

Mantido por empresas do setor, o Sesc é uma entidade privada que atende cerca de 30 milhões de pessoas por ano. Hoje, aproximadamente 50 organizações nacionais e internacionais do campo das artes, esportes, cultura, saúde, meio ambiente, turismo, serviço social e direitos humanos contam com representantes do Sesc São Paulo em suas instâncias consultivas e deliberativas.

---

## Informações e horários

### Central de Atendimento

Informações, credenciamento, inscrições em atividades, Turismo Social e Bilheteria. Terça a sexta, 9h às 21h30; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

### Loja Sesc

Venda de CDs, DVDs, livros, camisetas e souvenirs. Terça a sexta, 13h às 21h30; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

### Estacionamento

Devido às obras de reforma do Sesc Taubaté, o serviço de estacionamento para carros e motos não está disponível.

### Bicicletário

É obrigatória a apresentação da credencial atualizada e o uso da corrente e cadeado individual por bicicleta. Uso somente durante horário de funcionamento da unidade.

### Comedoria

Terça a sexta, 9h às 21h30; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

### Brigada de Incêndio

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

### Parque Aquático

Terça a sexta, 9h às 21h30; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Horário de raia livre para prática de natação: terça e quinta, 9h às 10h, 12h às 15h, 17h às 18h30 e 20h30 às 21h30; quarta e sexta, 11h30 às 15h30, 17h30 às 18h30 e 20h30 às 21h30; sábado, 13h às 14h; domingo e feriado, 12h às 14h.

Para acessar o Parque Aquático, é necessário a Credencial Plena e exame dermatológico válidos.

---

## Exame Dermatológico

Para a realização de exame dermatológico, os trajes de piscina devem permitir a avaliação de toda a pele, incluindo virilhas e axilas. Valor: R\$11 (Credencial Plena). Crianças e adolescentes até 16 anos são isentos do pagamento da taxa. Válido por 6 meses. Terça a sexta, 9h às 18h e 19h às 20h45; sábados, domingos e feriados, 10h15 às 12h e 13h às 17h45.

### Vestiários

Terça a sexta, 9h às 21h45; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h45.

### Complexo Esportivo

O Sesc Taubaté possui 3 Quadras de Areia; 1 Quadra poliesportiva (externa); 2 Campos Society; 2 Quadras de Tênis; 1 Ginásio poliesportivo (coberto). Para utilização, é necessário apresentar a Credencial Plena ou Credencial Atividades, ambas dentro da validade. É recomendado estar com vestimenta adequada para a prática de atividades físicas.

### Empréstimo de Material Esportivo

É necessário ter Credencial Plena ou Credencial Atividades para retirada de material.

### Taba - Tênis de Mesa

Terça a sexta, 18h às 21h30; sábados, 16h30 às 18h30; domingos e feriados, 13h30 às 18h30.

### Odontologia

Exclusivo para trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo credenciados e dependentes. Terça a sexta, 7h20 às 21h; sábados, 9h às 17h30.

faça sua  
credencial  
sesc






FSC

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

## **SESC TAUBATÉ**

Av. Eng. Milton A. Peixoto, 1264

Tel.: 12 3634-4000

   /sesctaubate

**[sescsp.org.br/taubate](https://sescsp.org.br/taubate)**