

Dezembro 2025

Sesc Taubaté



Guia de Programação





Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autotclassificada

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.

Funcionamento

Terça a sexta, 9h às 21h30.
Sábados e domingos, 10h às 18h30.
Unidade fechada nos dias 23, 24, 25, 30, 31/12 e 1/1.

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 bilheteiras das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h.

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
1/12 a 7/12	25/11	26/11
8/12 a 14/12	2/12	3/12
15/12 a 21/12	9/12	10/12
22/12 a 11/01	16/12	17/12

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

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.**



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. Programação sujeita a alterações.

6
8
14
15
22
31
37
40

Virada Inclusiva
Shows e Espetáculos
Cinema
Cursos, Oficinas
e Encontros
Esporte e
Atividade Física
Crianças
Pessoas Idosas
Agenda de Destaques

Editorial

Em 2025, um novo Sesc Taubaté entrou em cena. Foi um ano intenso, marcado por encontros, descobertas e pela construção de vivências neste novo espaço. Dezembro chega como um momento de celebrar esse percurso, trazendo uma programação que reafirma nossos compromissos com a diversidade, a inclusão, a arte e o acesso ao conhecimento. Neste mês, o Sesc Taubaté integra a *Virada Inclusiva - 10 anos da LBI: Direito de ser, viver e protagonizar*, realizada em rede pelas unidades da capital, interior e litoral, em parceria com a Secretaria de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência. Aqui, a proposta se materializa em atividades que convidam o público a ampliar percepções e reconhecer diferentes modos de estar no mundo. *Yoga Inclusiva*, o *Slam de poesia para surdos e ouvintes* e o espetáculo *Luvás e Anéis* formam um conjunto de experiências onde acessibilidade e expressão caminham lado a lado. A programação musical apresenta múltiplas sonoridades que atravessam tradições brasileiras e criações contemporâneas. *O Baile da Sereia*, com Mila Costa, abre as sextas musicais trazendo o brilho e a estética do brega paraense. Nô Stôpa sobe ao palco com o trabalho *Brasa*, que preserva o fio poético herdado do folk de Zé Geraldo, mas incorpora novas camadas de intensidade e identidade própria. Em *Viola Moderna*, Moreno Overá e Trio Virado exploram novos caminhos para a viola caipira, unindo tradição e inovação. Na sequência, Luara e as

Comadres fortalecem a presença feminina no samba, celebrando a roda como espaço de convivência e ancestralidade. O grupo Inovasamba encerra a temporada de música de 2025 no palco externo com *Nos Braços do Povo*, um show vibrante, feito para sambar, dançar e celebrar coletivamente. No cinema, a exibição de *O Último Azul* amplia o repertório de narrativas audiovisuais, estimulando reflexão, sensibilidade e novas leituras de mundo. As ações formativas do mês valorizam a criatividade e a experimentação. A oficina Lanterna Adinkra integra impressão 3D, elétrica básica e expressão visual; já o Clubinho Gráfico abre um espaço de criação artística voltado às crianças. O Sarau de Artes Jovens reúne artistas da região, promovendo encontros entre estilos, linguagens e trajetórias diversas. No campo do Trabalho Social com Pessoas Idosas, a apresentação *Risos, Memórias e Poesia* traz ao público o resultado do curso de Teatro realizado ao longo do ano. A cena revela processos de criação baseados em histórias de vida, emoções e memórias, transformadas em expressão artística. O Sesc Taubaté encerra 2025 com uma programação repleta de vozes, corpos, ritmos e saberes – reafirmando-se como um lugar de cultura, convivência e troca. Dezembro chega como convite para celebrar tudo o que foi vivido e abrir espaço para novas experiências e descobertas em 2026.



Sesc Taubaté

Virada Inclusiva

10 Anos da Lei Brasileira de Inclusão (LBI):

Direito de Ser, Viver e Protagonizar

Em comemoração aos 10 anos da Lei Brasileira de Inclusão (LBI), o Sesc realiza a Virada Inclusiva, uma ação em rede que acontece nas unidades da capital, do interior e do litoral, em parceria com a Secretaria de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência de São Paulo. A programação promove a cultura do acesso e valoriza a arte produzida e protagonizada por pessoas com deficiência (Arte DEF), com atividades que contam com recursos de acessibilidade e iniciativas que fortalecem práticas anticapacitistas, reafirmando os princípios de inclusão e cidadania previstos na legislação brasileira.

Oficina

YOGA INCLUSIVA

Com o professor Leandro Pereira

Aula de Hatha Yoga Inclusiva, acessível a todos os corpos, idades e níveis de experiência. Por meio de posturas adaptáveis, respiração consciente e relaxamento guiado, a atividade convida a explorar o movimento respeitando seus próprios limites. Com intérprete de Libras.

Dia 5, sexta,
10h, 16h e 20h
Ginásio. Grátis.
A partir de 12 anos.



Oficina Yoga Inclusiva

Divulgação

Vivência

SLAM DE POESIA PARA SURDOS E OUVINTES

Com a atriz Catharine Moreira

Experimentação poética em Língua Brasileira de Sinais, com estímulo ao diálogo e à parceria entre surdos e ouvintes. O slam é um espaço de troca, aprendizado e empoderamento, onde a poesia se apresenta em diversas formas de expressão. Com intérprete de Libras.

Duração: 120 min.

Dia 6, sábado,
10h30

Marquise. Grátis.
Inscrições em
nucleoesportivo.
taubate@
sescsp.org.br
A partir de 12 anos



Teatro

LUVAS E ANÉIS

Com a Cia. Ludens

A peça *“Luvas e Anéis”* (*“Rings”*, no original) tem como protagonista Norah, uma pugilista surda pertencente à minoria étnica dos Travellers (ciganos ou nômades irlandeses). Ela se comunica por Libras, enquanto o pai, que não domina a língua da filha, utiliza a fala. Construída a partir dos monólogos de ambos, a narrativa apresenta o dilema de Norah entre o casamento e o boxe. O espetáculo aborda temas como identidade étnica, deficiência, feminismo, inclusão social e paternidade. Com intérprete de Libras e audiodescrição. Duração: 50 min.

Dia 6, sábado,
19h

Teatro.

● R\$10,00

■ R\$20,00

▲ R\$40,00



Renan Estevão



Teatro Luvas e Anéis

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Show

MILA COSTA

Baile da Sereia

Show que destaca o estilo brega paraense e suas conexões com a memória afetiva, a identidade e a alegria da cultura amazônica. Ritmos dançantes e melodias envolventes conduzem uma celebração à beleza e à ancestralidade musical do Norte.

Dia 5, sexta, 20h

Marquise. Grátis.
Sem retirada de ingressos.
Sem assentos

AL



Show Mila Costa

Sérgio Malcher

Carmen Fernandes



Show Nô Stopa

Show

NÔ STOPA

Brasa

Filha do cantor e compositor Zé Geraldo, Nô Stôpa apresenta o show “Brasa”, com composições autorais que misturam ritmos brasileiros como forró, xote, arrasta-pé, samba-reggae, choro, rock e folk. No palco, é acompanhada por Olívio Filho (sanfona), Guegué Medeiros e Beatriz da Mata (percussões), Serginho Carvalho (baixo) e Danilo Moraes (guitarra, violão e bandolim).

Dia 12, sexta, 20h

Marquise. Grátis.
Sem retirada de ingressos.
Sem assentos

AL



Show Moreno Overá e Trio Virado

Gui Alves

Show
MORENO OVERÁ E TRIO VIRADO
Viola Moderna

Uma celebração à cultura brasileira por meio da viola caipira, aliando tradição e inovação. Com influências da música regional e de elementos contemporâneos, o violeiro Moreno Overá apresenta composições autorais em trio com Danilo Bonato (bateria), Michel Cruz (contrabaixo) e participação especial da cantora Mayara Ferreira.

Dia 19, sexta, 20h
Marquise. Grátis.
Sem retirada de ingressos.
Sem assentos

AL

Show
LUARA E AS COMADRES
Roda de Samba

Formado por mulheres sambistas, o grupo valoriza a roda de samba como semente da música brasileira, destacando a presença feminina na cena. No repertório, clássicos do gênero e composições autorais que incentivam novas compositoras.

Dia 14, domingo, 16h
Palco externo.
Grátis. Sem retirada de ingressos.
Sem assentos

AL

Divulgação



Show Luara e as Comadres

Show
INOVASAMBA
Nos Braços do Povo

O grupo convida o público a uma experiência musical que combina composições autorais, clássicos do samba e sucessos do pagode dos anos 1990, além de incursões por ritmos populares como o maracatu, que reforçam a pluralidade da apresentação.

Dia 20, sábado, 20h
Palco externo.
Grátis. Sem retirada de ingressos.
Sem assentos

AL



Show Inovasamba

Divulgação

Divulgação



Espetáculo Qorpo-Santo

DANÇA

Espetáculo
QORPO-SANTO
Com o Ballet da Cidade de Taubaté

A obra coreográfica de Felipe Chepkassoff é inspirada na vida de José Joaquim de Campos Leão, dramaturgo do século XIX conhecido como Qorpo-Santo. A montagem mescla conceitos de Grotowski, como teatro físico, teatro pobre e materiais recicláveis, para divulgar a obra deste enigmático artista gaúcho. Duração: 50 min.

Dia 13, sábado, 20h
Teatro.
● R\$15,00
■ R\$25,00
▲ R\$50,00

AL

TEATRO

Apresentação
**LEMBRANÇAS, SORRISO E POESIA:
EXPERIMENTOS EM TEATRO**
**Com João Gualberto, ator e pesquisador,
e alunos do curso de Teatro do TSPI**
Mais informações na pág. 37 – Pessoas Idosas.

Dia 2, terça, 17h30
Teatro. Grátis.
Sem retirada de ingressos.
Todas as idades

Cinema



Exibição O Último Azul

Divulgação

Exibição
O ÚLTIMO AZULBrasil, Chile, Holanda / 2025 / 86 min
/ Drama / Dir.: Gabriel Mascaro.

Para maximizar a produtividade econômica, o governo ordena que os idosos se mudem para colônias habitacionais distantes. Tereza se recusa e embarca em uma jornada pela Amazônia que transformará seu destino. Com Denise Weinberg, Rodrigo Santoro e elenco. O filme ganhou o Urso de Prata no Festival de Berlim.

Dia 10, quarta, 20h

Teatro. Grátis. Ingressos a partir de 9/12, 17h, pelo app Credencial Sesc SP, e dia 10/12, a partir das 17h, na Central de Atendimento

14

Exibição
MOSTRA DO CURSO DE PRODUÇÃO AUDIOVISUAL DA UNITAU

A mostra celebra o encerramento do ciclo formativo dos alunos do Curso de Tecnologia em Produção Audiovisual da Universidade de Taubaté. O evento reúne curtas-metragens de diferentes gêneros, reafirmando o compromisso da instituição com a formação crítica e o olhar transformador sobre a cultura. Serão exibidos seis trabalhos, entre dramas, animações e um documentário.

Dia 16, terça, 18h

Teatro. Grátis. Ingressos a partir de 15/12, 17h, pelo app Credencial Sesc SP, e dia 16/12, a partir das 17h, na Central de Atendimento

A16

Cursos, Oficinas e Encontros

LITERATURA

PROJETO PROSAS LITERÁRIAS

O projeto reúne autoras e autores para diálogos sobre escrita, linguagem e representatividade na literatura contemporânea. As conversas, em tom intimista, aproximam o público das múltiplas vozes e narrativas que compõem o cenário literário brasileiro.

Bate-papo

A URGÊNCIA DE UMA FILOSOFIA POP PARA O COMBATE ÀS FAKE NEWS Com Jean Wyllys e Márcia Tiburi

Encontro entre a filósofa e escritora Márcia Tiburi, autora de ensaios e romances, professora, mestra e doutora, e o escritor Jean Wyllys, doutorando em Ciência Política na Universidade de Barcelona, pesquisador da Open Society Foundation e professor-visitante nos EUA. O bate-papo aborda a filosofia, o combate às fake news e a potência do pensamento crítico, com base na série Pop Filosofia, publicada pelas Edições Sesc.

Dia 11, quinta, 19h30

Teatro. Grátis. Vagas limitadas. Ingressos a partir de 4/12, 17h, pelo app Credencial Sesc SP, e dia 5/12, a partir das 17h, na Central de Atendimento. A partir de 16 anos



Divulgação

**Bate-papo** A Urgência de uma Filosofia Pop para o Combate às Fake News

MEIO AMBIENTE

Oficina

O UNIVERSO DOS COGUMELOS: IDENTIFICAÇÃO, USOS, INTERAÇÕES E BIODIVERSIDADE

Com Jorge Ferreira, etnobotânico e especialista em biodiversidade e Danielle Sanfins, agrônoma e especialista em PANC

Venha explorar o fascinante universo dos cogumelos silvestres, conhecendo sua diversidade, importância ecológica e potenciais usos. Na atividade, serão apresentados os principais grupos de cogumelos encontrados em ambientes naturais, com foco na identificação, nas interações ecológicas e em usos tradicionais e contemporâneos.

Dia 6, sábado, 14h às 17h

Viveiro. Grátis.
Vagas limitadas.
Inscrições 30 min antes no local.
A partir de 14 anos



Oficina O Universo dos Cogumelos

Jorge Ferreira

Danielle Sanfins



Oficina PANC: Culinária Criativa

Oficina

PANC: PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS E CULINÁRIA CRIATIVA
Com Jorge Ferreira, etnobotânico e especialista em biodiversidade e Danielle Sanfins, agrônoma e especialista em PANC

A oficina convida o público a redescobrir os sabores da biodiversidade brasileira por meio das Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC). A atividade destaca espécies pouco exploradas pela agricultura tradicional, valorizando sua riqueza nutricional e potencial gastronômico.

Dia 7, domingo, 14h às 17h

Viveiro. Grátis.
Vagas limitadas.
Inscrições 30 min antes no local.
A partir de 14 anos

DANÇA

Oficina

DANÇA CIRCULAR AFRO-BRASILEIRA
Com Yara Maria Miguel, educadora e cantora circular

Mais informações na pág. 39 – Pessoas Idosas.

Dias 12 e 14, sexta e domingo, 14h30; dia 13, sábado, 10h30

Viveiro. Inscrições na Central de Atendimento.
Todas as idades

TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina
ATELIÊ ABERTO

Com Danie Sena, educadora do Sesc

O Ateliê Aberto convida o público a uma experiência colaborativa dedicada à criatividade, produção e aprendizado. O espaço oferece acesso livre a materiais, ferramentas e maquinários para a construção de projetos e ideias.

De 3 a 17, quartas e sextas, 18h
Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.
Inscrições 30 min antes no local.
A partir de 18 anos

Oficina
LANTERNA ADINKRA - MONTAGEM DE PROJETOS IMPRESSOS EM 3D

Com Bê-a-bá Maker

Utilizando impressão 3D e componentes eletrônicos simples, a oficina introduz à modelagem tridimensional e aos princípios básicos de elétrica, enquanto exploram sua criatividade visual. Uma experiência prática que une design e conhecimento técnico.

Dias 6 e 7, sábado e domingo, 10h30 às 13h30
Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.
Vagas limitadas.
Inscrição no local.
A partir de 10 anos



Oficina Lanterna Adinkra

Divulgação

Noelodran



Oficina Clubinho Gráfico

Oficina
CLUBINHO GRÁFICO
Com Noelodran

O laboratório de experimentações visuais convida o público a explorar técnicas e formatos de criação gráfica a partir de sentimentos e percepções pessoais. A proposta estimula a autonomia criativa e o compartilhamento de ideias. Durante os encontros, os participantes terão contato com processos de produção e transformam seus desenhos autorais em bottons, postais, adesivos, zines e outras peças.

Dias 13, 14, 20 e 21, sábados e domingos, 10h30
Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.
Vagas limitadas.
Inscrições 30 min antes no local.
A partir de 7 anos.
Menor de 10 anos deve estar acompanhado de adulto

JOVENS

Encontro

CHEGA + JUVES**Com Clara Costa e Sarai Schmidt, educadoras do Sesc**

Encontro voltado à convivência entre jovens, com propostas de criação livre, exibição de filmes e trocas de ideias.

De 9 a 12, terça a sexta, 14h

Espaço Curumim / Juventudes. Grátis. Inscrições no local. De 13 a 18 anos

Oficina

BONECO CABEÇA DE PORONGO**Com Clara Costa e Sarai Schmidt, educadoras do Sesc**

Atividade do projeto M.O.J.O. (Manualidades Ordinárias para Jovens), que convida os participantes a criar personagens a partir de cabacas (porongos), dando forma a seres reais ou imaginários. Uma oportunidade para exercitar a criatividade e explorar novas linguagens artísticas.

Dias 13 e 14, sábado e domingo, 14h

Espaço Curumim / Juventudes. Grátis. Vagas limitadas. Inscrições 30 min antes no local. De 13 a 29 anos

**Oficina Boneco Cabeça de Porongo**

Divulgação

Divulgação

**Sarau 4º Sarau de Artes Jovens**

Sarau

4º SARAU DE ARTES JOVENS**Com jovens artistas da região**

Encontro que reúne artistas de diferentes linguagens, promovendo trocas culturais e diálogos entre grupos e estilos. Os participantes foram selecionados por meio de inscrições para apresentação de suas produções autorais.

Dia 4, quinta, 18h30

Marquise e Teatro. Grátis. Sem retirada de ingressos. A partir de 13 anos

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 à 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

Aula aberta

RECREAÇÃO EM FAMÍLIA

Com educadoras(es) do Sesc

Vivência com jogos, modalidades e brincadeiras que incentivam a participação conjunta e o lazer em família.

Sábados e domingos e feriados, 15h às 16h

Ginásio. Grátis.
A partir de 6 anos

Aula aberta

MOMENTO ZEN

Com educadoras(es) do Sesc

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

Domingos, 10h30 às 11h30

Ginásio. Grátis.
A partir de 12 anos



Aula Aberta Momento Zen

Daniela Del Nero

Ângelo Moraes



Aula Aberta Teino em Grupo

Vivência

RECREAÇÃO AQUÁTICA

Com educadoras(es) do Sesc

Atividades lúdicas, jogos recreativos e hidroanimação para a toda a família. Necessário credencial plena e exame dermatológico válidos.

Dias 6, 7, 13, 14, 20 e 21, sábados e domingos, 14h às 14h30

Piscina. Grátis. Necessário credencial plena e exame dermatológico válidos. A partir de 6 anos. Menor de 12 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. Utilizando o peso do corpo, acessórios e circuitos, o treino melhora o condicionamento físico, aumenta a resistência e fortalece o corpo, promovendo motivação e evolução pessoal.

Dias 6, 13 e 20, sábados, 11h às 12h

Sala Corpo e Expressão. Grátis.
A partir de 12 anos



Ângelo Moraes

Recreação orientada Vôlei Misto

Recreação orientada

VÔLEI MISTO

Com educadoras(es) do Sesc

Atividade voltada a praticantes e interessados na modalidade, promovendo integração e socialização por meio do esporte.

**Sábados,
10h30 às 13h**

Ginásio e Quadra 2 (dia 6).
Grátis. Necessária
apresentação da
credencial Sesc.
A partir de 16 anos

Recreação orientada

TÊNIS

Com educadoras(es) do Sesc

Prática que favorece a sociabilidade, o respeito e o desenvolvimento de habilidades motoras, contribuindo para a autonomia e o bem-estar. Para praticantes da modalidade.

Domingos, 9h

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

COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS

Ação integrante do Programa Sesc Empresa, realizada entre setembro e dezembro, em comemoração ao Dia do Comerciante (30 de outubro). O evento busca ampliar o acesso ao lazer e à prática esportiva, promovendo integração, inclusão e bem-estar entre trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo.

TORNEIO DE FUTEBOL SOCIETY

**De 4/11 a
4/12, terças e
quintas, 20h**
Campo Society 1.
Para inscritos.
A partir de 18 anos

Ângelo Moraes



Copa Sesc Torneio de Futebol Society

PROGRAMAS PERMANENTES

Com educadoras(es) do Sesc

A participação está sujeita à disponibilidade de vagas. As inscrições acontecem na 1ª e na 3ª quinta-feira de cada mês (excepcionalmente: em dezembro, somente no dia 4, e em janeiro, somente no dia 15), a partir das 18h. Exclusivo para credenciados plenos, via aplicativo Credencial Sesc SP ou pelo site centralrelacionamento.sescsp.org.br. Vagas remanescentes poderão ser disponibilizadas ao público em geral após cinco dias. Excepcionalmente nos dias 2 e 3/12 não haverá aulas nos cursos, apenas GMF em horário reduzido.

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL (GMF)

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. Para inscrições, verifique informações mais acima – Programas Permanentes.

Terça a sexta, 7h às 21h30.
Dias 2 e 3, terça e quarta, horários reduzidos: 7h às 11h e 17h às 21h.
Sábados, domingos e feriados, 9h às 15h
Sala de Ginástica.
A partir de 12 anos.
Pessoas com 60 anos ou mais têm 50% de desconto no valor da mensalidade.
Gratuidade para pessoas matriculadas com até 16 anos

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Com educadoras(es) do Sesc

Programa de ensino e treino de modalidades esportivas, pautado na educação e na formação cidadã, com metodologia adequada a cada faixa etária. Para inscrições, verifique informações na página 26 – Programas Permanentes.

ESPORTE ADULTO – INICIAÇÃO

Com educadores(as) do Sesc
Prática esportiva que promove a compreensão dos valores do esporte como manifestação cultural. Indicada para quem deseja iniciar ou retomar a prática esportiva, incentivando a autonomia, o prazer pelo movimento e a melhoria da qualidade de vida.

BADMINTON

No dia 2/12 não haverá aula.

TÊNIS

Nos dias 2 e 3/12 não haverá aula.

FUTSAL FEMININO

No dia 3/12 não haverá aula.

VÔLEI

No dia 2/12 não haverá aula.

Terças e quintas, 18h às 19h30. Até 19/12. Retorno em 6/1/26
Ginásio. Grátis.
A partir de 16 anos

Terças e quintas, 20h às 21h30. Quartas e sextas, 19h às 20h30. Sábados, 9h às 10h30. Até 19/12. Retorno em 6/1/26
Quadra de Tênis.
Grátis. A partir de 16 anos

Quartas e sextas, 18h30 às 20h. Até 19/12. Retorno em 7/1/26
Ginásio. Grátis.
A partir de 16 anos

Terças e quintas, 7h às 8h30. Até 18/12. Retorno em 6/1/26
Ginásio. Grátis.
A partir de 16 anos

ESPORTE ADULTO – CLUBES

Com educadoras(es) do Sesc

Prática que promove o aperfeiçoamento de habilidades em uma modalidade específica, valorizando o jogo, a competição e os valores do esporte enquanto manifestação cultural. Indicada para pessoas que desejam aprimorar seus conhecimentos esportivos. Incentiva a autonomia, o prazer pela atividade física e a melhoria da qualidade de vida. Para inscrições, verifique informações na página 26 – Programas Permanentes.

CLUBE DA CORRIDA

No dia 2/12, não haverá aula.

Terças e quintas,
7h às 8h30 e
19h às 20h30.
Até 18/12.
Retorno em
6/1/26
Ginásio. Grátis.
A partir de 16 anos



Esporte Adulto Clube da Corrida

Ângelo Moraes

PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

Com educadoras(es) do Sesc

Conjunto de práticas que integram corpo e mente, promovendo a expressão corporal e conectando o indivíduo ao coletivo, à sociedade e à natureza. As práticas estimulam a percepção corporal, o autocuidado e o movimento consciente, valorizando os aspectos culturais e históricos de cada técnica. Para inscrições, verifique informações na página 26 – Programas Permanentes.

YOGA

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

Quartas e sextas,
20h às 21h.
Até 19/12.
Retorno em
7/1/26
Ginásio. A partir
de 12 anos.
No dia 3/12 não
haverá aula

GINÁSTICA PARA TODOS

Prática corporal em grupo que reúne 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, dos processos criativos e das composições coreográficas, busca-se construir relações positivas com a atividade física e promover o bem-estar.

Terças e quintas,
8h30 às 9h30
e 16h às 17h.
Até 18/12.
Retorno em
6/1/26
Ginásio. Grátis.
A partir de 16
anos. No dia 2/12
não haverá aula

PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

Com educadoras(es) do Sesc

Programa que desenvolve competências para promover 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 26 – Programas Permanentes.

PRÁTICAS AQUÁTICAS – INFANTIL

Atividades individuais e coletivas que promovem o aprendizado da natação (estilos crawl, costas, peito e borboleta) e de modalidades como nado artístico, caiaque, surfe e mergulho. As aulas estimulam a autonomia, o prazer em estar na água e o desenvolvimento de habilidades motoras e sociais.

Terças e quintas, 15h30. Sábados, 11h. Até 29/11. Retorno em 6/1/26

Parque Aquático. De 6 a 12 anos. No dia 2/12 não haverá aula.

Terças e quintas, 10h30. Quartas e sextas, 19h. Até 19/12. Retorno em 6/1/26

Parque Aquático. A partir de 12 anos. Nos dias 2 e 3/12 não haverá aula

Quartas e sextas, 10h e 16h. Terças e quintas, 19h. Sábados, 10h. Até 20/12. Retorno em 6/1/26

Parque Aquático. A partir de 12 anos. Nos dias 2 e 3/12 não haverá aula

CONDICIONAMENTO FÍSICO AQUÁTICO (CFA)

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

Crianças

TEATRO

Espectáculo

AQUI TEM VIDA DEMAIS

Com CASCA – Coletivo de Criação

A trama conta a história dos irmãos Maria e Mário, crianças que precisam lidar com a morte sozinhas, longe de casa. Em um jogo entre o "seguir em frente" e o "olhar para trás", embarcam em uma ousada tarefa: buscar pistas que revelem o significado de algo – ou alguém desaparecer. O espetáculo propõe que o público crie suas próprias ideias sobre o que é morrer, para onde vai quem morre e as possibilidades de resignificação que podemos imaginar. Duração: 60 min.

Dia 7, domingo, 17h

Teatro.

● R\$12,00

■ R\$20,00

▲ R\$40,00

Grátis para criança até 12 anos, com retirada de ingresso, acompanhada de adulto

AL

Jonatas Marques



Espectáculo Aqui tem vida demais



Manu Costa

Espetáculo A Ciranda do Villa

Espetáculo
A CIRANDA DO VILLA
Com Cia. Lúdicos

Uma viagem poética pela cultura brasileira, com cantigas e memórias populares. A história acompanha Tuhu, o pequeno Villa-Lobos, que, ao ganhar uma viola da tia Fifina, adormece e embarca em sonhos cheios de aventuras musicais e descobertas encantadas.
Duração: 45 min.

Dia 21,
domingo, 16h
Marquise. Grátis
AL

Cortejo
CORTEJO CIRANDEIROS
Com Cia. do Núcleo

Artistas cirandeiros conduzem um cortejo que celebra a música e a literatura de diferentes regiões do Brasil. Utilizando técnicas do teatro de improviso, atores e músicos incentivam a participação do público em uma grande brincadeira, trazendo prosa, poesia e manifestações populares incorporadas em cantigas de roda, marchinhas e trovas de amor.
Duração: 60 min.

Dia 27,
sábado, 17h
Marquise. Grátis
AL

CIRCO

Intervenção
CONTATO POÉTICO
Com Cia. Patética

Caixinhas de música, relógio-cuco, mini-gramophone... tudo girando em sintonia para que a delicadeza e o encantamento ganhem forma. Mas as engrenagens que despertam verdadeiramente os pensamentos e as emoções são o brilho no olhar, o encontro espontâneo e a divertida interação que se estabelece nesse momento especial de Contato Poético.

Dia 28,
domingo, 16h
Alamedas do
Sesc. Grátis
AL

Afonso Braga



Intervenção Contato Poético



Oficina Quintais Imaginários

Divulgação

Oficina

QUINTAIS IMAGINÁRIOS - BRINCANDO E CRIANDO COM A NATUREZA

Com Ateliê Mundo Imaginário

A atividade estimula bebês e crianças pequenas, junto de seus cuidadores, a explorar um espaço interativo e afetivo. Educadores incentivam brincadeiras e experimentações que fortalecem vínculos familiares e a relação com o ambiente.

De 6 a 28, sábados e domingos, 14h30

Espaço de Brincar. Grátis. Vagas limitadas. Inscrições no local. Até 6 anos, acompanhado de adulto

Vivência

CAMINHOS VIVOS

Com Lila Barbosa, Lucas Vinícius e Guilherme Teixeira, educadora e educadores do Sesc

A partir dos espaços verdes da unidade, os educadores guiam uma trilha sensorial que desperta os cinco sentidos. No percurso, crianças e familiares descobrem novos territórios de aprendizagem e formas de se relacionar com o mundo.

Dia 5, sexta, 11h, e dia 18, quinta, 14h

Início no Gramado do Espaço de Brincar. Grátis. Vagas limitadas. Inscrições no local. Até 6 anos, acompanhado de adulto

LITERATURA

Mediação de leitura

LITERA ZINHA: CLUBE DO LIVRO INFANTIL

Com o autor, educador e contador de histórias Victor Narezi

Encontros de leitura, voltados ao público infantil e seus familiares. A seleção inicial de obras contempla a bibliodiversidade e estimula o protagonismo dos pequenos leitores e de suas famílias. A formação de leitores envolve incentivo, curiosidade e a criação de hábitos de leitura. Com a presença de intérpretes de Libras e livros do acervo da unidade.

Dia 13, sábado, 15h

Espaço de Leitura. Grátis. Todas as idades. Menor de 10 anos deve estar acompanhado de adulto



Divulgação



Mediação de leitura Litera Zinha: Clube do Livro Infantil

QUINTAL DE EXPERIMENTAÇÕES

Oficinas, vivências e brincadeiras que envolvem linguagens como música, literatura, dança, artes visuais, circo, cinema e jogos. As atividades propõem momentos de descoberta e criação por meio do brincar.

Oficina
CRIANDO COM AREIA

Com educadoras(es) do Sesc
Transformar simples grãos de areia em arte cheia de cor e imaginação: nesta oficina, as crianças podem aprender uma técnica de criação de desenhos com cola e areia colorida.

Dias 20 e 21, sábado e domingo, 15h30
Espaço Curumim/ Juventudes.
Grátis. Vagas limitadas. Inscrição no local. De 7 a 12 anos. Menor de 10 anos deve estar acompanhado de adulto

PRÉ-INSCRIÇÕES ABERTAS PARA O PROGRAMA CURUMIM 2026

De 15 de dezembro de 2025 a 15 de janeiro de 2026, estarão abertas as pré-inscrições para as turmas de 2026 do Programa Curumim, voltado para crianças de 7 a 12 anos. Totalmente gratuito, o programa estimula o brincar e a convivência por meio de oficinas, jogos, vivências, passeios e atividades ambientais, conduzidas por educadores do Sesc. As atividades socioeducativas valorizam as diversas formas de expressão da criança, promovendo a autoestima, o pensamento crítico e a autonomia – pilares fundamentais na formação de cidadãos éticos, criativos e solidários. Vagas limitadas. Terão prioridade no atendimento crianças com Credencial Plena e aquelas que atendam aos critérios de análise socioeconômica. Informações e pré-inscrições nas Centrais de Atendimento das unidades do Sesc que desenvolvem o programa.

Pessoas Idosas

Apresentação
LEMBRANÇAS, SORRISO E POESIA: EXPERIMENTOS EM TEATRO
Com João Gualberto, ator e pesquisador, e alunos do curso de Teatro do TSPI
Apresentação resultante do processo formativo do curso de teatro, em que os participantes do TSPI exploram memórias, histórias de vida e emoções por meio do corpo, da música e da expressão cênica. Nesta ocasião, compartilham a criação coletiva desenvolvida durante o percurso.

Dia 2, terça, 17h30
Teatro. Grátis. Sem retirada de ingressos. Todas as idades

Divulgação



Apresentação Experimentos em Teatro

Bate-papo

PONTO DE ENCONTRO

Com Viviane Santos, responsável pelo Trabalho Social com Pessoas Idosas

Encontro mensal para escuta e diálogo com pessoas idosas, promovendo trocas de experiências, reflexões e a construção coletiva e colaborativa das ações futuras do Trabalho Social com Pessoas Idosas na unidade.

Nesta data, ocorre uma mostra dos trabalhos desenvolvidos nos cursos ao longo de 2025.

Dia 2, terça, 17h

Teatro. A partir de 60 anos

Intervenção

CORTEJO SERESTEIRO

Com Alan Silva, músico, Poliana Savegnago, artista da cena, e integrantes do TSPI

Intervenção conduzida pelo músico Alan Silva e pela artista Poliana Savegnago, integrantes do grupo Fio da Meada. O percurso convida as pessoas idosas a participar de jogos musicais, práticas vocais e corporais, apresentando um repertório inspirado nas tradicionais Noites de Seresta.

Dia 2, terça, 18h30; dia 6, sábado, 14h

Teatro (dia 2) e Marquise (dia 6). Sem retirada de ingressos. A partir de 60 anos



Intervenção Cortejo Seresteiro

Divulgação

Divulgação



Oficina Dança Circular Afro-Brasileira

Oficina

DANÇA CIRCULAR AFRO-BRASILEIRA

Com Yara Maria Miguel, educadora e cantora circular

Com repertório afro-referenciado, composto por músicas de compositores afro-brasileiros, africanos e de origem africana em outros países, Yara conduz uma roda com cantigas de chegada e despedida, promovendo vivência corporal e celebração coletiva.

Dias 12 e 14, sexta e domingo, 14h30; dia 13, sábado, 10h30

Viveiro. Inscrições na Central de Atendimento. Todas as idades

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

Divulgação



TERÇA

2

Pessoas Idosas
Ponto de Encontro

Pessoas Idosas
Cortejo Seresteiro

QUARTA

3

Cursos, Oficinas e Encontros
Ateliê Aberto

QUINTA

4

Cursos, Oficinas e Encontros
4º Sarau de Artes Jovens

Divulgação



9

Cursos, Oficinas e Encontros
Chega + Juves

10

Cinema
O Último Azul

11

Literatura
Bate-papo com Jean Wyllis e Marcia Tiburi

Divulgação



16

Cinema
Mostra de Produção Audiovisual da UNITAU

17

Cursos, Oficinas e Encontros
Ateliê Aberto

18

Crianças
Caminhos Vivos

23

UNIDADE FECHADA

24

UNIDADE FECHADA

25

UNIDADE FECHADA

30

UNIDADE FECHADA

31

UNIDADE FECHADA

SEXTA

5

Semana Inclusiva
Yoga Inclusiva

Música
Mila Costa

SÁBADO

6

Semana Inclusiva
Slam de Poesia para Surdos e Ouvintes

Semana Inclusiva
Teatro Luvás e Anéis

13

Cursos, Oficinas e Encontros
Oficina Boneco Cabeça de Porongo

Dança
Qorpo Santo

12

Pessoas Idosas
Dança Circular Afro-brasileira

Música
Nô Stopa

19

Música
Moreno Overá e Trio Virado

20

Cursos, Oficinas e Encontros
Clubinho Gráfico

Música
Inovasamba

26

27

Crianças
Oficina Quintais Imaginários

Crianças
Cortejo Cirandeiros

DOMINGO

7

Cursos, Oficinas e Encontros
Oficina PANC e Culinária Criativa

Crianças
Teatro - Aqui Tem Vida Demais

14

Pessoas Idosas
Dança Circular Afro-brasileira

Música
Luara e as Comadres

21

Cursos, Oficinas e Encontros
Clubinho Gráfico

Crianças
Teatro A Ciranda do Villa

28

Crianças
Oficina Quintais Imaginários

Crianças
Intervenção Contato Poético

Renan Estevão



Divulgação



Manu Costa



Divulgação



Sesc.digital

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

Disponível gratuitamente em sescsp.org.br/sescdigital

SescTV

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

Assista também em sesctv.org.br/agoranatv

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

Selo Sesc

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

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 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

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 78 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, 9h às 21h30; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

Estacionamento

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

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.

Comedor

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

Lanchonete

Sábados, domingos e feriados, 11h 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 trajés de piscina devem permitir a avaliação de toda a pele, incluindo virilhas e axilas. Valor: R\$11,50 (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.

Vestíários

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.

Espaço de Brincar

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

Tênis de Mesa - Marquise

Terça e quarta, 9h às 21h30; sábados, domingos e feriados, 10h às 13h.

Sala de Apoio (amamentação e fraldário)

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

Odontologia

Exclusivo para trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo credenciados e dependentes. Terça a sexta, 7h40 às 21h20; sábados, 10h às 16h.





FSC

SESC TAUBATÉ

Av. Eng. Milton A. Peixoto, 1264

Tel.: 12 3634-4000

  /sesctaubate

sescsp.org.br/taubate