



Abril 2025

Sesc Sorocaba



Guia de Programação

Sesc



Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa


Atribuída oficialmente
ou autotranscrita

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




braile



legenda
closed
caption



audio-
descrição



legenda
open
caption



legendas




formato
alternativo




recursos
táteis



libras



cão-guia



acessível

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 22h.
Sábados, domingos e feriados, 10h às 19h.
Unidade aberta dia 21.
Unidade fechada dias 18 e 22.

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. Em caso de feriado, a venda presencial tem início no primeiro dia útil posterior.

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
1 a 6/4	25/3	26/3
8 a 13/4	1/4	2/4
15 a 20/4	8/4	9/4
21 a 27/4	15/4	16/4
29/4 a 4/5	22/4	23/4

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

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.**

Foto da capa

Tulipa Ruiz- Nino Andres Biasizzo



Este guia traz os destaques da programação da unidade de Sorocaba. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em sescsp.org.br. Programação sujeita a alterações.

6	Shows e Espetáculos
12	Cinema
15	Cursos, Oficinas e Encontros
30	Esporte e Atividade Física
35	Crianças
42	Pessoas Idosas
43	Turismo
44	Agenda de Destaques

Editorial

Para quem é apaixonado por música, este mês temos diversas atividades, incluindo o especial Chorandinho, um gênero essencial na formação da música popular brasileira. A programação traz o choro em suas diferentes vertentes, mesclando as tradições com inovações contemporâneas, que incluem influências do jazz e da música erudita, com apresentações das bandas Choramando, Bruna Caram & Fios de Choro, Duo Dez & Sete Cordas e Hercules Gomes.

Um dos grandes nomes do hip-hop, o rapper carioca MV Bill apresenta o show 50 anos, onde celebra sua trajetória, trazendo uma seleção de músicas dos seus 14 álbuns, mesclando clássicos e lançamentos recentes.

Em turnê, Tulipa Ruiz apresenta seu quinto álbum, Habilidades Extraordinárias, uma obra repleta de composições inéditas que abordam o tema de estar viva, presente e o renascimento diário.

As artes cênicas também ganham destaque. O espetáculo Monstros Marinhos narra a história de uma família por meio de memórias fantásticas, abordando temas como luto e



resiliência familiar. Já Transfiguração, obra mais importante do artista francês Olivier de Sagazan, é uma performance em que, ao se fundir com o barro, o próprio artista apaga sua identidade para se tornar uma verdadeira obra de arte viva.

O CineCafé apresenta filmes que exploram o envelhecimento e o amadurecimento, destacando as complexas relações envolvidas nesse processo social muitas vezes ignorado. Além disso, o Cine Concerto exibe o clássico Alien, o Oitavo Passageiro.

O projeto "Inspira" promove ações para uma vida saudável, com uma programação que conta com oficina, vivência e palestra, reforçando o olhar para a saúde, como fator de influência e harmonia nas relações interpessoais e principalmente na busca para a melhora da qualidade de vida e bem-estar do indivíduo.

Essas e muitas outras atividades celebram a chegada de abril, seja para quem procura um momento de relaxamento e diversão ou para quem quer mergulhar em experiências culturais e educativas. Prepare-se para vivenciar um mês cheio de possibilidades e surpresas no Sesc Sorocaba!



Foto: Adriano Sobral

Shows e Espetáculos

MÚSICA

CIO DA TERRA

Série de shows dedicada ao lançamento de obras de artistas da região de Sorocaba.

Show

KHALIL MAGNO

Encontro musical entre o cantor Khalil Magno, violonista e compositor de poesias com temas existenciais, sociais e românticos, e o percussionista Paulo Betzler, que alterna elementos acústicos e eletrônicos.

Dia 4. Sexta, 20h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

AL

CHORANDINHO

Nesta programação, o choro é apresentado de diversas formas, por meio de abordagens mais tradicionais ou releituras modernas, com elementos jazzísticos e eruditos.

Show

GRUPO CHORAMINGANDO

Formado por cinco mulheres atuantes na música de Sorocaba e região, o grupo apresenta clássicos do choro e composições da atualidade deste importante universo da música brasileira.

Dia 6. Domingo, 17h.

Convivência. Grátis.

AL

Show

BRUNA CARAM & FIOS DE CHORO

Clássicos de amor e ódio

O show apresenta pérolas da música brasileira, passeando pela obra de grandes compositores como Pixinguinha, Noel Rosa, Jacob do Bandolim, Dona Ivone Lara, Marisa Monte, Martinho da Vila, Gonzaguinha, entre outros.

Dia 20.

Domingo, 17h.

Convivência. Grátis.

AL

Show

HERCULES GOMES

Considerado um dos mais representativos pianistas brasileiros da atualidade, Hercules interpreta, nesse concerto, pérolas do repertório pianístico do choro e composições próprias.

Dia 21.

Segunda, 17h.

Convivência. Grátis.

AL

**Show** Hercules Gomes

Foto: Lucas Mercadante

Show

DUO DEZ & SETE CORDAS**Diálogos entre as raízes brasileiras**

O show traz um repertório que conversa e evidencia raízes em comum principalmente no choro e na música caipira. Vitória da Viola (viola caipira) e Lorrani 7 (violão de 7 cordas) apresentam canções e músicas instrumentais que fazem parte de uma memória coletiva dos brasileiros.

Dia 27.**Domingo, 17h.**

Convivência.

Grátis.

AL

TRILHAJAZZ

O projeto apresenta artistas que partem dessa escola do jazz para criar obras que abrem diferentes portas para apreciação musical.

Show

AMARO FREITAS TRIO

O artista apresenta melodias marcantes e grooves mânticos, temas que trazem um importante aceno à diáspora africana. Para tanto, ele conta com Sidiel Vieira (contrabaixo acústico) e Rodrigo "Digão" Braz (bateria).

Dia 11. Sexta, 20h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

AL

Show

MV BILL**50 anos**

A história do hip-hop se confunde com a do rapper MV Bill. No mesmo ano que ele completa 50 anos de vida, o movimento completou 50 anos de existência. Com o objetivo de contar essa história, o show irá apresentar um pouco de cada um dos seus 14 álbuns, misturando clássicos e novidades. Show sem disponibilidade de assentos.

Dia 13.

Domingo, 19h.

Ginásio. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A14



Show MV Bill



Foto: Nino Andres Biasizzo

Show Tulipa Ruiz

Show

TULIPA RUIZ**Habilidades extraordinárias**

Para sobreviver nos dias atuais, as pessoas precisam ser extremamente engenhosas, resistentes, hábeis. Assim, Tulipa Ruiz lançou Habilidades extraordinárias, seu quinto álbum, de composições inéditas.

Dia 25. Sexta, 20h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 18,00

■ R\$ 30,00

▲ R\$ 60,00

AL

TEATRO

Espetáculo

FESTIVAL MÁTRIA AMADA**APRESENTA NHANDERUVUÇU****Com Grupo Manuí****Dia 24. Quinta, 19h.**

Mais informações na pág. 40.

Espetáculo

MONSTROS MARINHOS**Com Cia. dos Imaginários.****Direção: René Piazzentin**

Uma menina narra a história da sua família a partir de memórias fantásticas: uma avó que diminui de tamanho, um pai invisível, uma mãe que recolhe garrafas com mensagens do mar, um irmão sempre trancado no quarto, amigas imaginárias, fantasmas e um escafandrista. Duração: 60 min.

Dia 26. Sábado, 20h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A14

DANÇA

Espetáculo

CORPOS VELHOS - PARA QUE SERVEM? ONDE ESTÃO OS CORPOS VELHOS DA DANÇA?**Com Célia Gouvêa, Décio Otero, Iracity Cardoso, Lumena Macedo, Marika Gidali, Mônica Mion, Neyde Rossi e Yoko Okada.****Direção: Luis Arrieta, bailarino e coreógrafo**

É a partir desse questionamento que nasce o espetáculo. Ao lado de expoentes artistas da dança brasileira, o diretor investiga em cena as danças possíveis para esses corpos. Duração: 60 min.

Dia 12. Sábado, 20h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A12

Performance

TRANSFIGURAÇÃO**Diretor e intérprete: Olivier de Sagazan**

A peça é a história do desejo não cumprido do escultor de incutir vida na sua criação. Num gesto de desespero, penetra no barro que usa como material para lhe dar vida. Esculpe o barro no próprio corpo, enterrando-se no material, erradicando a sua identidade e tornando-se numa obra de arte viva. Duração: 60 min.

Dia 29. Terça, 20h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

16

**Espetáculo** Transfiguração

**Espetáculo** Sobretudo

Foto: Tato Sanches

CIRCO

Espetáculo

SOBRETUDO**Com Cia. Lar Doce Lar**

Um malabarista solitário enfrenta a história do mundo em escombros. Ele tenta reorganizar a humanidade, revivendo sua infância e vendo a solidão onde antes havia cidade. A relação com o público é espontânea, misturando malabarismo, dança e teatro, transitando entre sonhos infantis e vivências adultas. Duração: 45 min.

Dia 5. Sábado, 20h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

A10

Cinema

CINECAFÉ

Neste mês, as obras apresentam perspectivas sobre o envelhecimento e amadurecimento, expondo complicadas relações que envolvem este processo social pouco discutido.

Exibição

QUEM VOCÊ PENSA QUE SOU

Direção: Safy Nebbou | Drama |

França | 101 min. | 2019 | Leg.

Desconfiada de seu marido, Claire decide criar um perfil falso em uma rede social como Clara, uma bela jovem de 24 anos. Alex, amigo do seu marido, é uma das pessoas com a qual o avatar interage e acaba se apaixonando por Clara, enquanto Claire, por trás das telas, também nutre um sentimento de amor por Alex.

Dia 1. Terça, 19h.

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes.

16

Exibição

DOR E GLÓRIA

Direção: Pedro Almodóvar | Drama |

Espanha | 113 min. | 2019 | Leg.

Salvador Mallo é um melancólico cineasta em declínio que se vê obrigado a pensar sobre as escolhas que fez na vida quando seu passado retorna. Entre lembranças e reencontros, ele reflete sobre sua infância na década de 1960, seu processo de imigração para a Espanha, seu primeiro amor maduro e sua relação com a escrita e com o cinema.

Dia 8. Terça, 19h.

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes.

14



Exibição Dor e glória

**Exibição** Tia Virgínia

Foto: Divulgação

Exibição**TIA VIRGÍNIA****Direção: Fabio Meira | Drama |
Brasil | 98 min. | 2023**

Virgínia é uma mulher de 70 anos que nunca se casou ou teve filhos. Convencida pelas duas irmãs, Vanda e Valquíria, ela aceitou mudar de cidade para cuidar dos pais. O filme se passa em um único dia, quando a família se reúne para celebrar o Natal após a morte do patriarca.

**Dia 15. Terça,
19h.**

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes.

12

Exibição**BOA SORTE, LEO GRANDE****Direção: Sophie Hyde | Comédia/Drama |
Reino Unido | 97 min. | 2022 | Leg.**

Nancy Stokes, uma professora aposentada, nunca teve uma experiência sexual satisfatória. Determinada a mudar isso, ela contrata Leo Grande, um jovem trabalhador do sexo, e reserva um quarto de hotel. Leo, intrigado por Nancy, percebe que ela é diferente de suas outras clientes.

**Dia 30. Quarta,
19h.**

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes.

16

Debate

CINEMA EM REFLEXÃO

Com Camila Guido, psicanalista, cinéfila e autora do blog Pensamentos inadequados

Após cada sessão, um encontro para discutir os aspectos técnicos e teóricos dos filmes apresentados.

Dias 1, 8 e 15.

Terças, 21h.

Dia 30. Quarta, 21h.

Teatro. Lugares limitados. Grátis.

Exibição

CINE CONCERTO - ALIEN, O OITAVO PASSAGEIRO

Direção: Ridley Scott | Ficção Científica/ Terror | EUA | 117 min. | 1979 | Leg.

Sonorização: Duo Caranguejo-Escorpião

Um dos tripulantes de uma nave espacial é atacado por um estranho ser, levando para dentro da nave o embrião de um alienígena, que não para de crescer e tem como meta matar toda a tripulação.

Dia 19. Sábado, 20h.

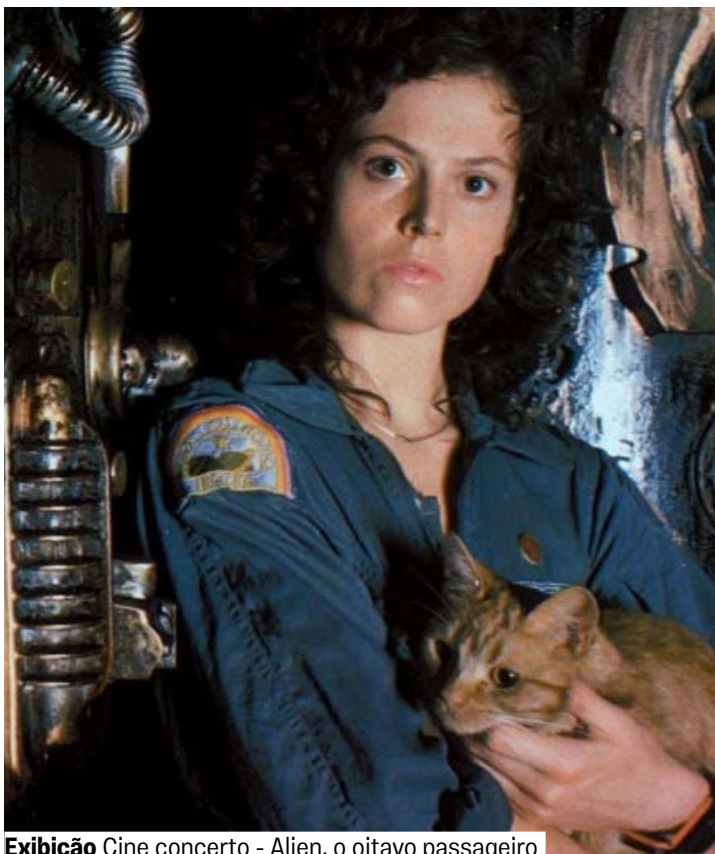
Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 15,00

■ R\$ 25,00

▲ R\$ 50,00

14



Exibição Cine concerto - Alien, o oitavo passageiro

Cursos, Oficinas e Encontros

AÇÕES PARA A CIDADANIA

SOROCABA: TERRA INDÍGENA

O projeto contempla ações que promovem a diversidade cultural dos povos indígenas no Brasil, com destaque para as etnias que convivem em Sorocaba e região.

Oficina

CONFEÇÃO DE CUIAS

Com Elvis Cristiano Ventura, do povo Baré e Mirtes Fernandes, do povo Baniwa, estudantes da UFSCar Sorocaba e integrantes do Centro de Convivência Indígena - CCI

Os participantes irão confeccionar uma cuia, utensílio tradicional indígena usado tanto em atividades diárias quanto em rituais, e aprender todo o processo, desde a escolha do material até a finalização, além de aplicar grafismos indígenas para a ornamentação.

Dia 12. Sábado, 14h às 17h.

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.



Oficina Confeção de cuias



Foto: Divulgação

Debate Cinedebate - Ôrí

ORÍ - FILOSOFIAS NEGRAS

Palestras, debates e rodas de conversas voltados para a difusão do pensamento africano e afro diaspórico. Um espaço para troca e construção de conhecimento para além dos paradigmas eurocêntricos e valorização da intelectualidade negra e sua produção.

Debate

CINEDEBATE - ÔRÍ

Direção: Raquel Gerber | Documentário | Brasil | 93 min. | 1989

Debate com Daia Moura, pesquisadora.

Mediação: Daniel Alves Azevedo e

Wellington Ataíde, professores

Inspirado nas reflexões da historiadora Beatriz Nascimento, Ôrí retrata a organização dos movimentos negros nos anos 1970 e 1980. Após a exibição, será realizado um bate-papo sobre o legado de Beatriz Nascimento com Daia Moura.

**Dia 12. Sábado,
15h às 18h.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. Todas as idades.

Vivência

OFICINA CORPOS DANÇANTES

Com Ana Paula Teodoro, professora de educação física que atua com pessoas com deficiências

Essa atividade é um convite às pessoas com e sem deficiências para experimentarem diversas formas de perceber a música e deixar o corpo dançar.

A proposta inclui pessoas que já dançam e pessoas que gostariam de dançar, numa oportunidade de troca e construção coletiva.

Dias 24 e 29.

Quinta e terça, 16h às 17h30. Sequencial.

Ginásio. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições online a partir das 14h do dia 16/4 para Credencial Plena e dia 18/4 para público em geral. A partir de 12 anos.

NÓS DIVERSOS

Bate-papo

CONVERSAS ENTRE NÓS: RODAS DE CONVERSA, TROCAS E ACOLHIMENTOS

Com José Henrique Moura e Petra Serrano, psicólogos

Roda de conversa mensal, idealizada pelo coletivo Nós Diversos, com o objetivo de proporcionar um espaço de acolhimento para a comunidade LGBTQIAPN+ de Sorocaba e região.

Dia 30. Quarta, 19h às 20h.

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 16 anos.



Vivência Oficina corpos dançantes

ALIMENTAÇÃO

Oficina

PANC NA CULINÁRIA BRASILEIRA: RESGATANDO SABERES TRADICIONAIS

Com Marli Pedroso, agricultora

Os participantes conhecerão diferentes PANC (Plantas Alimentícias Não Convencionais), seus benefícios e formas de preparo, além de degustar pratos tradicionais revisitados.

**Dia 30. Quarta,
19h às 21h.**

Sala de Oficinas.
Vagas limitadas.
Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes.
A partir de 16 anos.

ARTES VISUAIS

Aula aberta

ILUSTRADORIA

Com Adrian Baphtist, ilustrador e quadrinista.

Mediação: Michell Ed, quadrinista e ilustrador

Adriano tem mais de 20 anos de experiência na indústria do entretenimento e mais de 10 anos na produção audiovisual como lead de arte, visual development, head of story e diretor de animatic na Casablanca VFX.

**Dia 24. Quinta,
19h às 21h.**

Convivência.
Grátis.
A partir de 6 anos.

DANÇA

Vivência

NOSSO CORPO SE MOVE

**Com Núcleo de Dança das
Relações do Movimento**

Oficina de dança contemporânea para pessoas a partir de 50 anos. O respeito pela diversidade é parte da composição conceitual da oficina, que terá em cada corpo o estímulo à criação.

**Dia 12. Sábado,
10h30 às 12h.**

Sala de Oficinas.
Vagas limitadas.
Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes.
A partir de 50 anos.



Oficina PANC na culinária brasileira

JOVENS

Sarau

PALCO ABERTO ESPECIAL RIMAS E POESIAS**Com jovens selecionados por inscrição e convidados: Batalha do K3 e Slam****015. MC: Sabah. DJ: Cacau Fernanda**

Na primeira edição do Palco Aberto 2025, o destaque vai para o universo das rimas e poesias, com a presença do grupo de jovens da Batalha do K3, coletivo que realiza batalhas do conhecimento da região de Registro e também com o Slam 015, espaço de valorização da poesia falada de Sorocaba e região.

Dia 12. Sábado,
16h às 18h30.

Convivência.

Grátis.

AL

LITERATURA

Bate-papo

CLUBE DE LEITURA - A SEGUNDA**MÃE, DE KARIN HUECK****Com Thatiana Rocha, bibliotecária**

Um cenário distópico que aos poucos é revelado ao leitor dá sustentação para uma narrativa onde um casal de mulheres é protagonista e revelam-se conflitos sobre maternidade, gênero, papéis sociais e amor.

Dia 5. Sábado,
14h às 17h.

Biblioteca. Grátis.

A partir de
14 anos.

Contação de história

SENHORAS**Com Andrea Zepinni, da Cia. Blimunda**

Espectáculo narrativo em forma de monólogo, seguido de bate-papo, que aborda os temas do feminino e do tempo, baseado em dois contos de Machado de Assis.

Dia 17. Quinta,
19h30 às 21h.

Convivência.

Grátis.

A partir de
14 anos.**Contação de história** Senhoras

Bate-papo

**CLUBE LEIA MULHERES SOROCABA - ORAÇÃO
PARA DESAPARECER, DE SOCORRO ACIOLI**
**Com Bruna Bengozi, mediadora
do Leia Mulheres Sorocaba**

A obra conta a história de uma mulher que, sem lembrança nenhuma de seu passado, precisa reconstruir a vida em um lugar completamente desconhecido, apenas com a língua portuguesa como porto seguro.

Encontro

CLUBE DE ESCRITA SOROCABA

Os encontros consistem na troca de saberes e compartilhamento de informações, leitura e exercícios, buscando promover a arte da escrita e incentivar novos escritores.

Curso híbrido

LEITURAS DA MATERNIDADE PARA MULHERES
**Com Andrea Zeppini, atriz, arte-
educadora e psicanalista**

Ciclo de leitura compartilhada de obras que trazem o tema da maternidade em diversas épocas e autorias, visando evidenciar diferentes modos de olhar e representar a maternidade.

**Dia 19. Sábado,
10h30 às 12h30.**
Biblioteca. Grátis.
A partir de
14 anos.

**Dia 24. Quinta,
19h às 21h.**

Sala 1. Grátis.
A partir de
16 anos.

De 29/4 a 3/6.
Terças, 19h às 21h. Sequencial.
Dias 29/4, 13/5
e 27/5 | Sala 1
Dias 6/5, 20/5 e
3/6 | Aulas online
Vagas limitadas.
Inscrições online
a partir das 14h
do dia 23/4 para
Credencial Plena
e dia 25/4 para
público em geral.
Inscrição:
● R\$ 9,00
■ R\$ 15,00
▲ R\$ 30,00
A partir de
14 anos.

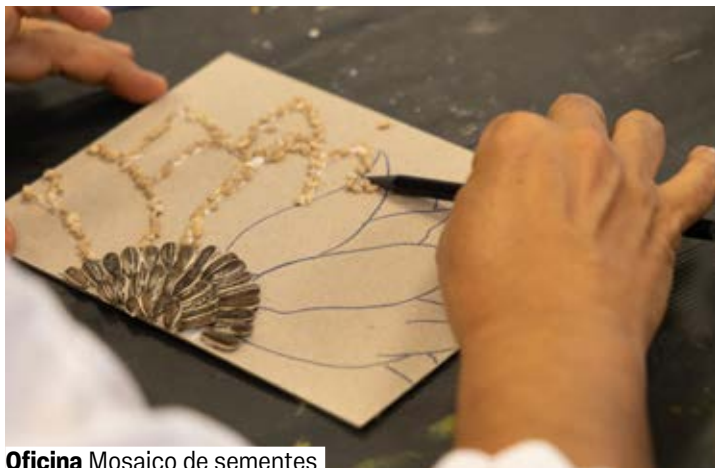


Foto: Divulgação

Oficina Mosaico de sementes

MEIO AMBIENTE

Oficina

MOSAICO DE SEMENTES

Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental

A atividade une arte e educação ambiental, utilizando sementes variadas para criar imagens coloridas e texturizadas. Além de estimular a criatividade, promove reflexões sobre biodiversidade e sustentabilidade. Essa experiência lúdica transforma pequenos grãos em expressões artísticas e ecológicas.

Dia 2. Quarta, 10h30 às 12h30.

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. De 4 a 12 anos.

Oficina

TÉCNICAS DE PROPAGAÇÃO DE PLANTAS

Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental

Vivência que estimula o aprendizado dos métodos de propagação de plantas, especialmente a propagação por sementes, propagação vegetativa (estaca, divisão por enxertia), bem como técnicas de germinação.

Dia 3. Quinta, 19h às 21h.

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.

Feira

FEIRA DE ALIMENTOS AGROECOLÓGICOS E ARTESANATOS

Com produtores de alimentos agroecológicos e de artesanatos da região de Sorocaba

Venda de alimentos de base agroecológica de agricultores da Região Metropolitana de Sorocaba e artesanatos. Tragam suas sacolas retornáveis!

Dia 5. Sábado, 10h às 15h.

Espaço de Exposições. Grátis. Todas as idades.

Oficina

ESCALDA-PÉS

Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental

Prática de autocuidado passada de geração em geração, que consiste em mergulhar os pés em água morna para proporcionar relaxamento. Para potencializar o efeito, é comum adicionar ervas e sais à água. Também vamos visitar o ervanário do Sesc e conversar sobre as ervas.

Dia 9. Quarta, 10h às 12h.

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 16 anos.

Oficina

MANUTENÇÃO E CUIDADOS COM AS PLANTAS

Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental

O participante é convidado a observar e aprender as principais técnicas de manutenção e cuidados, tais como uma irrigação eficiente, adubação orgânica, manejo de insetos e doenças, poda e tutoramento de plantas.

Dia 10. Quinta, 19h às 21h.

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.

Oficina

TRANSFORMANDO EMBALAGEM LONGA VIDA EM UMA CARTEIRA

Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental

O upcycling é uma forma de reinventar, de forma criativa, produtos que se tornariam resíduos. Ao reutilizar, adia-se o descarte. Nesta oficina, vamos confeccionar uma carteira como acessório a partir de embalagens longa vida.

Dia 16. Quarta, 10h às 12h.

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.

Oficina

MANEJO INTEGRADO DE INSETOS E MICRORGANISMOS

Com Marcos Bravin dos Santos, agente de educação ambiental

A necessidade de identificação de insetos e microrganismos para um bom desenvolvimento das plantas é fundamental para o manejo. Serão apresentadas as técnicas: identificação dos principais agentes, controle biológico (insetos benéficos) e práticas culturais preventivas. Como parte prática, serão realizadas preparações de soluções orgânicas.

Dia 17. Quinta, 19h às 21h.

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.

Oficina

MINIJARDIM DE SUCULENTAS

Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental

As plantas suculentas são aquelas que possuem raiz, o talo ou as folhas engrossadas, para permitir o armazenamento de água em quantidades muito maiores que nas plantas normais. Nesta oficina, vamos apresentar algumas espécies e montaremos um minijardim com elas.

Dia 23. Quarta, 10h às 12h.

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.

Oficina

MINIJARDIM DE TEMPEROS

Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental

Temperos frescos, sem agrotóxicos e plantados próximo para a colheita são o sonho de qualquer aspirante a cozinheiro. Nesta atividade, conheceremos o ervanário do Sesc, montaremos uma pequena floreira com mudas de temperos e serão apresentadas dicas de cultivo orgânico.

Dia 30. Quarta, 10h às 12h.

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.

SAÚDE

INSPIRA

Ações para uma vida saudável

Palestra

CONHECENDO AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (PICS)

Com Milene Souza Branco, terapeuta integrativa

Entenda o que são as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), seus benefícios e como acessar esses tratamentos de forma gratuita pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

Dia 11. Sexta, 13h30 às 15h (Turma 1 - Sala 1) e 19h30 às 21h (Turma 2 - Sala de Oficinas).

Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 18 anos.

Vivência

SOUND HEALING - VIBRAÇÕES DE EQUILÍBRIO
Com Márcia Bertti, terapeuta em musicoterapia

Experiência única de cura e equilíbrio através do som. Utilizando instrumentos como taças tibetanas, gongs e outros elementos sonoros, a prática promove relaxamento profundo, alivia o estresse e harmoniza a energia do corpo e da mente.

Dias 16 e 17. Quarta e quinta, 10h30 às 12h e 19h30 às 21h. (Sala 1)

Dia 17. Quinta, 10h30 às 12h (Sala de Oficinas).

Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 16 anos.

Oficina

SHANTALA HARMÔNICA: MASSAGENS PARA BEBÊS E CRIANÇAS

Com Gabriella Demarque, psicóloga especialista em perinatalidade, sono infantil e professora de aulas de massagem e yoga com bebês

A Shantala é uma massagem indiana milenar, que visa a promoção da saúde integral de bebês e crianças. Consulte o que trazer e mais informações no portal.

Dia 19. Sábado, 10h30 às 12h (Turma 1 - Sala de Oficinas) e 14h30 às 16h (Turma 2 - Sala 1).

Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. Para pais/mães/familiares e seus bebês a partir de 40 dias de vida e crianças até os 7 anos de idade, ou gestantes e futuros papais e mamães.

Oficina

**SHANTALA: BABY YOGA E
ALONGAMENTO PARA BEBÊS**

Com Gabriella Demarque, psicóloga especialista em perinatalidade, sono infantil e professora de aulas de massagem e yoga com bebês

Oficina para mães, pais e familiares aprenderem juntos aos seus bebês, massagens, baby yoga, alongamentos, brincadeiras e canto, transformando o encontro em uma deliciosa forma de brincar. Consulte o que trazer e mais informações no portal.

**Dia 20. Domingo,
10h30 às 12h
(Turma 1) e 14h30
às 16h (Turma 2).**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. Para pais/mães/familiares e seus bebês a partir de 2 meses de idade até 18 meses.

Oficina

CLUBE DO SORRISO

Com equipe de saúde bucal

Vamos embarcar em uma jornada divertida para aprender sobre como cuidar da saúde de nossa boca e dentes. Uma boa higiene bucal por meio de escovação e fio dental, uma alimentação equilibrada e outros hábitos contribuem para mantermos um sorriso saudável.

**Dia 26. Sábado,
10h30 às 12h
(Turma 1) e
14h às 15h30
(Turma 2).**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. De 2 a 12 anos.

Vivência

DA BOCA PRA DENTRO, DA BOCA PRA FORA

Com Renata Gelamo, fonoaudióloga, mestre em estudos linguísticos e doutora em artes e Rita Maria, arte-educadora e mestre em música

Brincadeiras com sons e uso criativo da boca, incluindo experimentos sonoros, contação de histórias com granelô e canto em diversas línguas. Filtros, cones e amplificadores são utilizados para explorar a voz. O objetivo é desconstruir padrões e ampliar a percepção sobre a boca, promovendo cuidado e diversão.

**Dia 26. Sábado,
16h às 17h30.**

Convivência. Grátis. De 4 a 12 anos.

TECNOLOGIAS E ARTES

Curso

UPCYCLING: FAZENDO FUXICO**Com Gleice Sales, educadora de tecnologias e artes**

Essa técnica antiga é excelente para reaproveitar retalhos. As pessoas participantes poderão fazer fuxicos e criar peças com eles, como cortinas, almofadas e até peças de roupas. Para participar, traga um pedaço de tecido de algodão ou roupas que não estejam sendo utilizadas.

De 3 a 17.

Quintas, 14h às 16h30.

Dia 24. Quinta, 14h às 16h.

Sequencial.

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Inscrições online a partir das 14h do dia 26/3 para Credencial Plena e dia 28/3 para público em geral. A partir de 14 anos.

Oficina

FAÇA VOCÊ MESMO _ DIY**Com Célia Harumi e Gleice Sales, educadoras de tecnologias e artes**

Sala disponível para o desenvolvimento de seus projetos pessoais, com o auxílio de nossas educadoras, aptas a dar sugestões, ideias e pesquisar junto as melhores formas de realizar seu projeto. Traga sua ideia e seu material. Crianças e jovens até 14 anos devem estar acompanhados de um responsável.

De 4 a 25. Sextas, 10h às 12h, 14h às 17h e 18h às 21h.

Exceto dia 18.

De 6 a 27.

Domingos, 14h às 17h.

Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis.

A partir de 8 anos.

Oficina

QUEBRA-CABEÇA DE PALITO DE SORVETE**Com Gleice Sales, educadora de tecnologias e artes**

Nesta atividade, as pessoas participantes são convidadas para criar um quebra-cabeça diferente, fugindo do formato tradicional das peças e utilizando pintura para composição do jogo. Crianças até 12 anos precisam estar acompanhadas de responsáveis.

Dia 5. Sábado, 14h às 16h.

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 8 anos.

Curso

**MULHERES NA MARCENARIA -
PEQUENAS DOSES DE MARCENARIA****Com Joici Ohashi, marceneira e designer**

Serão confeccionados pequenos objetos como um experimento de processo criativo para conhecer o universo da marcenaria, suas técnicas e possibilidades, buscando despertar a curiosidade que algumas ferragens e materiais que temos no entorno nos causa e, a partir disso, possibilitar a criação própria. Utilizar roupas confortáveis, sapatos fechados e cabelos presos.

De 9 a 30.**Quartas, 10h às 13h. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas.

Inscrições online a partir das 14h do dia 2/4 para Credencial Plena e dia 4/4 para público em geral. Inscrição:

● R\$ 6,00

■ R\$ 10,00

▲ R\$ 20,00

A partir de 16 anos.

Curso

CRIE SEU LOGO: DO ZERO ÀS APLICAÇÕES**Com Thiago Rodrigues, designer**

As pessoas participantes serão apresentadas a princípios básicos da criação de um logo: a geração de ideias, criação de rascunhos e a transformação de desenhos em um arquivo de vetor utilizando um programa gráfico, possíveis aplicações e usos de logo entre outros. É necessário possuir conhecimento mínimo de informática.

De 9 a 30.**Quartas, 19h às 21h. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas.

Inscrições online a partir das 14h do dia 2/4 para Credencial Plena e dia 4/4 para público em geral. Inscrição:

● R\$ 6,00

■ R\$ 10,00

▲ R\$ 20,00

A partir de 14 anos.

Curso

**LABORATÓRIO DE PUBLICAÇÕES
INDEPENDENTES: LAPI 4 - MÓDULO****1- OLHAR ALÉM: HISTÓRIA E****MEMÓRIAS DA TERRA RASGADA****Com Célia Harumi, educadora de
tecnologias e artes e convidados**

Em sua quarta edição, o curso busca criar mais uma publicação coletiva. Os conteúdos serão gerados a partir de reflexões e pesquisas individuais e coletivas sobre o passado local. Com Flávia Aguilera, Rosalina Burgos, Daia Moura, Larissa Girardi Losada, Vanessa Marconato, Movimento 015 e Fernando Vazio.

De 10/4 a 29/5.**Quintas, 19h às 21h. Exceto dias 1 e 8/5.****Dia 6/5. Terça, 19h às 21h. Sequencial.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis.

Inscrições online a partir das 14h do dia 2/4 para Credencial Plena e dia 4/4 para público em geral. A partir de 16 anos.

Oficina

IDEIAS EM MOVIMENTO: FOLIOSCÓPIO

Com Célia Harumi, educadora de tecnologias e artes

O folioscópio, também conhecido como flipbook, é um bloquinho de papel com desenhos em sequência que criam a ilusão de movimento ao serem folheados. Venha criar ideias em movimento e se divertir criando um folioscópio!

Crianças de até 12 anos devem estar acompanhadas de um adulto responsável.

Dia 12. Sábado, 14h às 16h.

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 8 anos.

Bate-papo

CONHEÇA A COMISSÃO ANTIRRACISTA DO SESC SOROCABA

Com Gleice Sales, educadora de tecnologias e artes, e integrantes da comissão

Convidamos o público a conhecer a comissão interna que funciona no Sesc Sorocaba desde 2015. Em formato de roda de conversa, vamos apresentar como ela surgiu e como criar uma comissão antirracista nos seus ambientes, compartilhando vivências e transmitindo conhecimento.

Dia 15. Terça, 19h às 21h.

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.



Oficina Ideias em movimento: folioscópio



Foto: Divulgação

Oficina Ciência e eletrônica para todos

Oficina

CIÊNCIA E ELETRÔNICA PARA TODOS**Com Fabricio Masutti e Leonardo Gallep, do Coletivo Máquina Tudo**

Vivência que explora o potencial criativo de pequenos projetos baseados em energia elétrica sustentável: pilhas caseiras, placas solares e condutores elétricos variados. Crianças até 12 anos devem estar acompanhadas de um adulto responsável.

**Dia 19. Sábado,
14h às 17h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 8 anos.

Oficina

PINTURA EM BOLACHA DE MADEIRA**Com Gleice Sales, educadora de tecnologias e artes**

Nessa atividade, as pessoas participantes são convidadas a pintar uma bolacha de madeira pequena, para criar uma decoração ou presente simples, mas afetivo.

**Dia 21. Segunda,
14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 14 anos.

Oficina

ISOGRAVURA**Com Célia Harumi, educadora de tecnologias e artes**

Na oficina, as pessoas participantes experimentam a isogravura, técnica de gravura feita em placas de isopor, que podem ser reutilizadas de materiais que dispensamos no dia a dia.

**Dia 26. Sábado,
14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. A partir de 8 anos.

Esporte e Atividade Física

Vivência

LUDUS: GINÁSTICA ARTÍSTICA - GINÁSTICA DE SOLO E SALTOS

Com Catleap

Vivencie a ginástica artística com aparelhos como pórtico de argolas, barras paralelas, assimétricas e fixa infantojuvenis, além de trave de equilíbrio baixa oficial, tablado de solo 6x6 m e circuito de espumados.

De 5 a 27.

Sábados, 10h às 13h30 e domingos, 10h30 às 13h30. Exceto dias 12 e 13.

Dia 21. Segunda, 10h às 13h30.

Ginásio. Grátis.

A partir de 3 anos.

Vivência

LUDUS: TAPETE SENSORIAL, BLOCOS GIGANTES E FIGURAS DE EVA

Com CIADOSPES

Com blocos de montar gigantes e figuras de EVA, será incentivada a criatividade, a sociabilidade e a colaboração entre os participantes. Promoverá o brincar livre e criativo. Uma experiência que mescla artes visuais, dança, teatro e tudo que a imaginação criar.

De 5 a 27.

Sábados, 10h às 13h30 e domingos, 10h30 às 13h30.

Dia 21. Segunda, 10h às 13h30.

Dias 12 e 13 |

Espaço de

Exposições

Demais dias |

Ginásio

Grátis.

A partir de 3 anos.

Aula aberta

MANHÃS DE DANÇA: DANÇA SÊNIOR

Com Keila Nascimento, educadora de atividades físico-esportivas

Aulas preparadas especialmente para pessoas idosas, que combinam ritmo, música e movimento. Para quem já dança e quem quer começar a dançar.

De 5 a 26.

Sábados, 10h30 às 11h30.

Sala de Práticas

Corporais. Vagas

limitadas. Grátis.

Retirada de senhas

30 minutos antes.

A partir de 12 anos.

Aula aberta

MOVIMENTO CONSCIENTE

Com educadores de atividades fisicoesportivas

Curso que busca promover a consciência e expressão corporal, inspirado em diferentes técnicas do movimento e respiração. Possibilita o estado de presença, relaxamento, bem-estar e autocuidado.

De 5 a 27.

Sábados e domingos, 14h às 14h45.

Dia 21. Segunda, 14h às 14h45.

Sala de Práticas

Corporais. Vagas

limitadas. Grátis.

A partir de 12 anos.



Foto: Pedro Negrão

Aula aberta Manhãs de dança: Dança sênior

Vivência

PRAIÃO PARA A FAMÍLIA**Com educadores de atividades físico-esportivas**

Que tal colocar o pé na areia e se divertir com a gente? Em nosso praião, a família toda poderá vivenciar mini esportes ou mesmo construir castelos de areia. As crianças deverão estar acompanhadas de um adulto responsável.

De 5 a 27.**Sábados e domingos, 16h às 18h30. Exceto dia 13.****Dia 21. Segunda, 16h às 18h30.**

Quadra Externa (Areia). Grátis. Até 12 anos.

Aula aberta

MANHÃS DE PRÁTICAS CORPORAIS: PILATES**Com educadores de atividades físico-esportivas**

O pilates é um método que desenvolve a consciência corporal, o fortalecimento muscular e a melhoria da flexibilidade, por meio da realização de exercícios pautados na respiração. Caso tenha, traga seu mat.

De 6 a 27.**Domingos, 9h às 10h.**Dia 13 | Convivência
Demais dias | Ginásio
Grátis.

A partir de 12 anos.

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Programa de ensino e treino de modalidades esportivas pautado na educação e formação do cidadão, para todas as idades. Grátis.

	Ter e Qui	Qua e Sex	Sábado	Domingo
Esporte Criança				
3 a 6 anos		17h30		
6 a 10 anos	8h 15h30			
Esporte Jovem				
10 a 13 anos		15h30		
Esporte Jovem				
13 a 16 anos				
Basquete		18h30		
Futevôlei		15h30		
Futsal	18h30			
Vôlei	18h			
Esporte Adulto				
A partir de 16 anos				
Beach Tênis				10h
Basquete		20h		
Corrida		7h15 19h30		
Futevôlei	20h			
Futsal	20h			
Futsal feminino		20h		
Triatlon			10h15	
Vôlei	20h			
Esporte Para				
Pessoas Idosas		10h45 15h30		
A partir de 60 anos				

PRÁTICAS CORPORAIS

Práticas que integram corpo e mente e trabalham a expressão e percepção corporal, promovendo o autocuidado e o movimento consciente.

A partir de 12 anos	Terça e Quinta	Quarta e Sexta
Tai Chi Chuan	11h	
Movimento Consciente	20h30	11h
● R\$ 41 ▲ R\$ 82 Desconto de 50% para maiores de 60 anos. Grátis até 16 anos.		
Ginástica Para		
Todos (GPT)*		
A partir de 12 anos		9h
A partir de 60 anos	15h	

* Grátis

ATIVIDADES AQUÁTICAS

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

	Terça e Quinta	Quarta e Sexta
Práticas Aquáticas		
3 a 6 anos		16h30
6 a 12 anos	8h15 15h30	18h30
A partir de 12 anos	17h30 19h30	7h15 9h15 20h30
Condicionamento Físico Aquático	7h15 9h15 14h30 16h30 18h30 20h30	8h15 15h30 17h30 19h30
A partir de 12 anos		
● R\$ 31 ▲ R\$ 61,50 Desconto de 50% para maiores de 60 anos. Grátis até 16 anos.		

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL - GMF

Promove uma prática adequada à expectativa e ao estilo de vida de cada pessoa, em treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos.

	Terça e Quinta	Quarta e Sexta	Sáb, Dom e Fer.
A partir de 12 anos			
Treinos individuais	7h15 às 21h30	7h15 às 21h30	10h às 15h
Aulas em grupo	8h15 9h45 15h30 16h30 18h30 19h30	9h30 10h15 16h30 18h30	

● R\$ 50 ▲ R\$ 108 | Desconto de 50% para maiores de 60 anos. Grátis até 16 anos.

NOVAS INSCRIÇÕES - CURSOS ESPORTIVOS

Inscrições e consulta de vagas disponíveis no aplicativo Credencial Sesc SP ou site centralrelacionamento.sescsp.org.br

Para pessoas com Credencial Plena (titulares e dependentes):

- Divulgação das vagas disponíveis: 3 e 17, quintas, às 18h.

Público em geral:

- Divulgação das vagas remanescentes: 9 e 23, quartas, às 18h.

RECREAÇÃO LIVRE

Grátis

QUADRA DE AREIA

A partir de 13 anos

Beach Tênis

De 1 a 30. Terça a sexta, 18h às 19h. Exceto dias 18 e 22.

Futevôlei

De 5 a 26. Sábados, 10h às 12h. Dia 21. Segunda, 10h às 12h.

Vôlei de Areia

De 5 a 27. Sábados e domingos, 12h às 16h. Dia 21. Segunda, 12h às 16h.

RECREAÇÃO ESPORTIVA

Com mediação de equipe Sesc. É necessário apresentar Credencial Plena ou Credencial Atividades válidas. Recomenda-se o uso de trajes esportivos e tênis. Grátis.

GINÁSIO

De 5 a 27. Sábados e domingos. Dia 21. Feriado. Exceto dias 12 e 13.

Sáb, Dom e Fer.

A partir de 6 anos**Tênis de Mesa**

14h às 15h45

A partir de 14 anos**Futsal fem.**

16h às 17h15

Basquete fem.

17h30 às 18h30

A partir de 16 anos**Vôlei misto**

14h às 15h45

Basquete misto

16h às 17h30

Futsal misto

17h15 às 18h30

**Recreação livre** Vôlei de Areia

Crianças

Vivência

HOJE É DIA DE ARTE, BEBÊ!

Com Ana Paula Migliari, artista plástica e Karina Rocha, cantora e musicista

A partir da sua experiência no mundo, os bebês se desenvolvem e criam conexões entre seu corpo, a natureza e as pessoas do seu convívio. Através da música, dos elementos espumados e outros brinquedos não-estruturados, convidamos os bebês para uma vivência livre, guiada pelo encanto e a percepção que possa aflorar em cada um deles.

Ateliê

LUGAR DE CRIANÇA É FAZENDO ARTE!

Com Ana Paula Migliari, artista plástica

Arte na primeira infância é diversão, experimentação e ampliação de repertório. Os pequenos artistas são convidados para criar e fazer do nosso ateliê uma experiência única com muita diversão e cheia de sentido.

Vivência

LÊ, BEBÊ!!! - MEDIAÇÃO DE LEITURA PARA BEBÊS E SUAS FAMÍLIAS

Com Ana Paula Migliari, artista plástica

Ler é um ato social dotado de sentidos e significados; ler para um bebê é uma atitude de fundamental importância, além da conexão com seus adultos cuidadores. Nestes encontros, convidamos famílias e bebês a se sentarem para ler e ouvir histórias.

Contação de história

NANA NININHA

Com Élide Marques, Leila Garcia, Melissa Panzutti e Paulo Federal, da equipe do Ler é uma Viagem

Nininha é uma boneca de pano, inspirada na personagem principal do conto "A Menina de Lá", de João Guimarães Rosa. Na história, o público é convidado a colocar Nininha para dormir, valorizando a ética do cuidado e resgatando a tradição das cantigas de ninar.

De 1 a 29. Terças, 16h30 às 18h.

Exceto dia 22 | Com Ana Paula Migliari

De 3 a 24.

Quintas, 10h às 11h e 11h15 às 12h15 | Com

Karina Rocha

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. Até 2 anos.

De 2 a 30.

Quartas, 16h30 às 18h30.

Exceto dia 16.

Espaço de Brincar. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. De 3 a 6 anos.

De 4 a 25. Sextas, 16h30 às 17h30.

Exceto dia 18.

Biblioteca. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes. Até 2 anos.

Dias 5 e 19.

Sábados, 10h30 às 12h.

Convivência. Grátis. Até 2 anos.



Contação de história Piqueniques literários em tapetes voadores

Foto: Divulgação

Contação de história

PIQUENIKES LITERÁRIOS EM TAPETES VOADORES

**Com Élide Marques, Leila Garcia,
Melissa Panzutti e Paulo Federal,
equipe do Ler é uma Viagem**

Encontro afetivo e inspirador em torno do livro, da literatura e do mundo das narrativas orais, incentivando a leitura com crianças, suas famílias e rede de apoio. As histórias narradas serão "Chocados, uma história de galinhas" e "Panqueca fugitiva".

Dias 5 e 19.
Sábados, 16h.
Convivência.
Grátis.

AL

Oficina

BROTOS COMESTÍVEIS

**Com Marcos Bravin dos Santos,
agente de educação ambiental**

Nesta vivência, será apresentada a germinação de sementes para cultivo e consumo de brotos, desde a escolha das espécies, preparo das sementes, local e condições para germinação, além dos materiais utilizados de forma simples e caseira.

Dia 6. Domingo,
10h30 às 11h30.
Sala 1. Vagas
limitadas. Grátis.
Retirada de senhas
30 minutos antes.
De 4 a 12 anos.

Espetáculo

UMA BONECA PARA MENITINHA

Com Mawusi Tulani, João Invenção e Geni Cavalcante. Direção: Suzana Aragão

É na relação entre neta e avó que a peça traça o ciclo da vida. Ela fala da vida das pessoas simples e seus afetos profundos, para nos mostrar o amor entre a avó que sonha em presentear a neta com uma boneca de porcelana.

Vivência

MÚSICA E BEBÊS

Com Karina Rocha, cantora e musicista

A atividade busca proporcionar um primeiro contato com conceitos musicais importantes, estímulo à criatividade, expressão, coordenação, ritmo, entre outros elementos que influenciam positivamente no desenvolvimento infantil.

Dia 6. Domingo, 16h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 12,00

■ R\$ 20,00

▲ R\$ 40,00

Grátis para crianças até 12 anos (necessário apresentar ingresso).

AL

Dia 12. Sábado, 10h30 às 12h.

(Sala 1)

Dia 26. Sábado, 10h30 às 12h.

(Sala de Oficinas)

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes.

Até 2 anos.



Espetáculo Uma boneca para Menitinha

Oficina

QUE PEIXE É ESSE?

Com Alexandre Anezio, agente de educação ambiental

Nesta atividade, vamos construir peixes com argila e conhecer as espécies que habitam o rio Sorocaba.

Dias 12 e

13. Sábado e domingo, 10h30 às 12h30.

Dia 12 | Sala 2

Dia 13 | Sala 1

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes.

De 4 a 12 anos.

Vivência

BRINCANÇA DE DANÇADEIRA

Com Núcleo de Dança das Relações do Movimento

Vivência de dança e brincadeiras destinada à primeira e primeiríssima infâncias, que propõe a conexão/vínculo entre as crianças e seus familiares, em que seus corpos brincam dançar e dançam ao brincar, experienciando o sensorial e o movimento.

Dia 13. Domingo, 10h30 às 11h10 (sessão 1) e 11h30 às 12h10 (sessão 2).

Sala de Oficinas.

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes.

Até 4 anos.

Espetáculo

A TENDA DOS CHARLATÃES

Com Cia. Os desembargadores do Furgão

A fabulosa tenda dos charlatães chegou na cidade! Profissionais na arte de enganar apresentam as mais incríveis atrações, entre elas "A atiradora de agulhas" e o "Homem mais forte do mundo". Essa atrapalhada Cia. divertirá o público com sua requintada picaretagem, cara de pau e bom humor.

Dia 13.

Domingo, 16h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 12,00

■ R\$ 20,00

▲ R\$ 40,00

Grátis para crianças até 12 anos (necessário apresentar ingresso).

AL

Ateliê

LUGAR DE CRIANÇA É FAZENDO ARTE: ESPECIAL DO LIVRO UMA CRISÁLIDA NO BAIRRO

Com Fernanda Ikedo e Gus Bassi, autores do livro, e Ana Paula Migliari, artista plástica

Os participantes irão conhecer o livro "Uma crisálida no bairro", escrito por Fernanda Ikedo e ilustrado por Gus Bassi, por meio da mediação da arte-educadora Ana Migliari. Após a leitura do livro, as crianças e seus acompanhantes terão um bate-papo com os criadores do livro.

Dia 16. Quarta, 16h30 às 18h.

Espaço de Brincar.

Vagas limitadas.

Grátis. Retirada de senhas 1 hora antes.

De 3 a 12 anos.

Oficina

BRINCAR E APRENDER COM A NATUREZA

**Com Marcos Bravin dos Santos,
agente de educação ambiental**

A vivência busca despertar nas crianças as possibilidades do brincar enquanto prática cotidiana e com elementos simples e inspiradores que a natureza nos oferece.

Dias 19 e

**21. Sábado e
segunda, 10h30
às 11h30.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. De 4 a 12 anos.

Oficina

JARDINAGEM PARA CRIANÇAS

**Com Marcos Bravin dos Santos,
agente de educação ambiental**

Espaço destinado para a prática de jardinagem pelas crianças, pais e cuidadores, que terão a oportunidade de cultivar plantas com aromas deliciosos, como sálvia, alecrim e manjeriço.

**Dia 20. Domingo,
10h30 às 11h30.**

Sala de Oficinas. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. De 2 a 6 anos.

Exibição

O REINO GELADO: FOGO E GELO

**Direção: Aleksey Tsitsilin | Animação |
Rússia | 80 min. | 2017 | Dub.**

Kai e Gerda sabem bem como arranjar problemas, por mais que elas queiram distância disso. Mas o vilarejo onde vivem está em perigo e após um feitiço, ela adquire poder de congelar tudo e ele de incendiar o que toca. Agora, a dupla precisa aprender a usar esses poderes e salvar o lugar.

Dia 20.

Domingo, 16h.

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos online a partir das 12h ou presencial a partir das 15h.

L

Exibição

O REI LEÃO

**Direção: Jon Favreau | Aventura/Drama |
EUA | 118 min. | 2019 | Dub.**

Simba é um jovem leão cujo destino é se tornar o rei da selva. Entretanto, uma armadilha elaborada por seu tio Scar faz com que Mufasa, o atual rei, morra ao tentar salvar o filhote. Consumido pela culpa, Simba deixa o reino rumo a um local distante, onde encontra amigos que o ensinam a mais uma vez ter prazer pela vida.

Dia 21.

Segunda, 16h.

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos online a partir das 12h ou presencial a partir das 15h.

10

Espetáculo

**FESTIVAL MÁTRIA AMADA
APRESENTA NHANDERUVUÇU
Com Grupo Manuí**

A peça, adaptada de texto de Kaká Werá, conta a saga de Nhandervuçu, o primeiro ser humano, nascido a partir do sonho de Tupã. Na sequência, será exibido o documentário sobre o encontro da atriz Tatiana Zalla com o escritor Ailton Krenak e haverá o lançamento de videoclipes do Grupo Manuí.

**Dia 24. Quinta,
19h.**

Teatro. Lugares limitados. Grátis. Retirada de ingressos 1 hora antes.

AL

Oficina

**HISTÓRIAS DA NATUREZA:
CONSTRUÇÃO DE LIVRO POP-UP
Com Aline França, educadora infantil**

O livro pop-up é uma forma encantadora de contar histórias, combinando ilustrações tridimensionais. Nesta atividade, contaremos uma história e cada criança poderá construir um livro simples.

**Dia 26. Sábado,
10h30 às 12h30.**

Sala 2. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. De 4 a 12 anos.



Espetáculo Festival Máttria Amada apresenta Nhandervuçu



Show Brinquedos de palavra

Foto: JP Saraiva

Oficina

CRIAÇÃO DE JOGOS COM ELEMENTOS NATURAIS

Com Aline França, educadora infantil

As crianças poderão criar jogos de tabuleiro personalizados com temática ambiental. Inspirada em jogos indígenas e tradicionais, a atividade usa bases de MDF, peças de pinus, tintas e pirógrafo, promovendo criatividade e consciência ecológica. Cada criança levará seu eco jogo para casa. Uma experiência divertida e sustentável!

Dia 27. Domingo, 10h30 às 12h30.

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis. Retirada de senhas 30 minutos antes. De 4 a 12 anos.

Show

BRINQUEDOS DE PALAVRA

Com Lili Flor & Paulo Pixu

Fruto de uma grande pesquisa dos jogos linguísticos da cultura popular brasileira e latino-americana, o show é um convite para brincar com as palavras e com os gestos, com interação e muita dança.

Dia 27. Domingo, 16h.

Teatro. Lugares limitados.

● R\$ 12,00

■ R\$ 20,00

▲ R\$ 40,00

Grátis para crianças até 12 anos (necessário apresentar ingresso).

AL

Pessoas Idosas

Bate-papo

PONTO DE ENCONTRO

Com técnicos do Sesc Sorocaba

Convite para reconhecer, celebrar e experimentar os potenciais de ser uma pessoa idosa. Cada encontro traz rodas de conversa, cursos, vivências, oficinas, entre outros formatos, bem como apresenta a programação do Sesc Sorocaba.

**Dia 3. Quinta,
13h30 às 14h30.**

Sala 1. Grátis.
A partir de 60 anos

Oficina

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL (IA)

PARA TODAS AS PESSOAS

Com Iolanda França, pedagoga e especialista em tecnologia educacional

Os participantes serão conduzidos por uma experiência teórica e prática, explorando como as tecnologias de IA podem ser aliadas às dinâmicas que auxiliam no dia a dia.

**De 8 a 29. Terças,
13h30 às 15h.**

Exceto dia 22.

Sala 1. Vagas Limitadas. Grátis.
Retirada de senha 1 hora antes.
A partir de 60 anos.

Aula aberta

DANÇA MODULAR

Com Juliane Pimenta, gerontóloga

A dança modular promove benefícios físicos, cognitivos e emocionais, utilizando coreografias adaptadas, exercícios de ritmo, coordenação e equilíbrio para melhorar a saúde física e mental dos participantes.

**De 10 a 24.
Quintas, 13h30
às 14h30.**

Sala 1. Vagas limitadas. Grátis.
Retirada de senhas 1 hora antes.
A partir de 60 anos.



Oficina Inteligência Artificial (IA) para todas as pessoas

Turismo

Passeio

CIDADE DAS ARTES (EMBU DAS ARTES/SP)

A cidade de Embu foi fundada em 1554 por padres jesuítas. Conhecida por seu lado artístico, cultivado desde a década de 1960, tornou-se um refúgio de artistas e artesãos que, inspirados nos ideais do movimento hippie, transformaram o antigo povoado na movimentada Embu das Artes, mantendo até hoje a fama de "Cidade das Artes", com uma das mais famosas feiras de arte e artesanato do país.

O roteiro inclui transporte, guia de turismo, oficina, almoço e ingresso.

Dia 25/5.

Domingo.

Saída 7h.

Atividade externa.

Vagas limitadas.

Inscrições: 8

(14h) a 13/4

Sorteio: 16/4

1ª chamada para

pagamento: 16

a 20/4 (exceto

dia 18)

2ª chamada

para pagamento:

23 a 24/4

● R\$ 170,00

▲ R\$ 255,00

Excursão

NATUREZA NAS SERRAS CATARINENSES (LAGES, URUBICI E SÃO JOAQUIM)

Lages é a maior cidade do estado de Santa Catarina em extensão territorial. A região tem uma beleza naturalmente deslumbrante, onde a araucária é predominante na paisagem. No turismo se destaca pelas propriedades rurais, clima frio e as tradições culturais oriundas dos tropeiros, como a roda de chimarrão e os causos contados ao redor do fogo de chão. Visita às cidades de Urubici, São Joaquim e Bom Jardim da Serra.

O roteiro inclui transporte, guia de turismo, pensão completa e hospedagem no Sesc Lages em apartamentos duplos e triplos.

De 24 a 29/6.

Terça a domingo.

Saída 6h30.

Atividade externa.

Vagas limitadas.

Inscrições: 15

(14h) a 20/4

(exceto dia 18)

Sorteio: 23/4

1ª chamada

para pagamento:

23 a 27/4

2ª chamada

para pagamento:

29 a 30/4

Consultar valores

no portal.



Excursão Natureza nas Serras Catarinenses

AGENDA DE DESTAQUES

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

1

Cinema

Quem você
pensa que sou

2

Meio ambiente

Mosaico de
sementes

3

Pessoas idosas

Ponto de encontro



8

Cinema

Dor e glória

9

Meio ambiente

Escalda-pés

10

Meio ambiente

Manutenção e
cuidados com
as plantas



15

Cinema

Tia Virgínia

16

Meio ambiente

Transformando
embalagem
longa vida em
uma carteira

17

Literatura

Senhoras

21

Música

Hercules Gomes

22

UNIDADE FECHADA

23

Meio ambiente

Minijardim de
suculentas

24

Artes visuais

Ilustradoria



29

Dança

Transfiguração

30

Cinema

PANC na culinária
brasileira:
resgatando
saberes
tradicionais

SEXTA

4

Música

Khalil Magno

SÁBADO

5

Meio ambiente

Feira de alimentos
agroecológicos
e artesanatos

DOMINGO

6

Música

Grupo
Choramingando



11

Música

Amaro Freitas Trio

12

**Ações para a
cidadania**

Confecção
de cuias

13

Crianças

A tenda dos
charlatães



Música

MV Bill

18

**UNIDADE
FECHADA**

19

Literatura

Clube Leia
Mulheres
Sorocaba - Oração
para desaparecer,
de Socorro Acioli

20

Crianças

Jardinagem
para crianças



25

Música

Tulipa Ruiz

26

Teatro

Monstros
marinhos

27

Música

Duo Dez &
Sete Cordas



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 sesc.tv.org.br/agorantv

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

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.

Como viajar pelo Sesc

Com mais de 40 unidades hoteleiras espalhadas pelo país e a oferta de mais de 2000 passeios e excursões, o Sesc é uma ótima opção para você realizar uma experiência de viagem inesquecível.



Saiba como se hospedar nos hotéis e pousadas do Sesc pelo Brasil.

Informações e horários

Biblioteca

Biblioteca e espaço de leitura.
Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.
Telefone: (15) 3332-9332
biblioteca.sorocaba@sescsp.org.br

Bicicletário

Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.
Obrigatório o uso de corrente e cadeado por bicicleta. Permanência da bicicleta somente durante o horário de funcionamento da unidade.

Brigada de Incêndio

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

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. Telefone: (15) 3332-9933
fale.sorocaba@sescsp.org.br

Comedoria

Terça a sexta, 10h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.
Shows/espetáculos na Comedoria possuem quantidade reduzida de assentos para maior circulação.

Conjunto Aquático

Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.
Necessário apresentar credencial e exame dermatológico válidos. Menores de 12 anos terão acesso à piscina somente acompanhados dos pais ou responsáveis maiores de 18 anos, conforme Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei 8.069 de 13 de julho de 1990).

Cursos e Oficinas

Inscrições, pagamentos e consulta de vagas pelo aplicativo Credencial Sesc SP ou site centralrelacionamento.sescsp.org.br

Espaço de Brincar

Para crianças acompanhadas de pessoa responsável. Terça a sexta, 9h às 21h. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

Estacionamento

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

● R\$ 7,00 (1ª hora) e R\$ 2,00 (hora adicional). ▲ R\$ 14,00 (1ª hora) e R\$ 3,50 (hora adicional)

Preço fechado para espetáculos, após o horário de atendimento da unidade:

● R\$ 8,50. ▲ R\$ 15,50. Até 15 minutos, isento de pagamento. Após o pagamento, a tolerância é de 20 minutos para a saída. Permanência do veículo somente durante o horário de funcionamento da unidade.

Exame Dermatológico

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

● R\$ 11,50. ▲ R\$ 23,00. Venda nos totens de autoatendimento ou Loja Sesc. Grátis para crianças e jovens até 16 anos. Menores devem estar acompanhados pelos pais ou responsável legal. Necessário traje de banho: sunga, biquíni ou maiô, que permita avaliação de virilhas e axilas.

Ingressos

Venda de ingressos on-line a partir da terça-feira da semana anterior à atividade, às 17h, pelo aplicativo Credencial Sesc SP ou site centralrelacionamento.sescsp.org.br. Venda presencial a partir da quarta-feira, às 17h. Em caso de atividades gratuitas com retirada antecipada de ingressos/senhas, ela deve ser feita na Central de Atendimento.

Loja Sesc

Venda de CDs, DVDs, livros, camisetas e souvenirs. Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Loja on-line: sescsp.org.br/loja

Odontologia

Exclusivo para trabalhadores no comércio de bens, turismo e serviços credenciados e seus dependentes. Consulte período de inscrição. Vagas limitadas. Terça a sexta, 7h às 21h30. Sábados, 9h30 às 18h. Telefone: (15) 3332-9347

Sesc Mesa Brasil

O Sesc Mesa Brasil combate a fome e o desperdício recolhendo alimentos sem valor comercial, mas próprios para consumo, distribuindo a instituições sociais cadastradas. Também oferece aos parceiros ações educativas relacionadas a sua atuação. E-mail: mesabrasil.sorocaba@sescsp.org.br

SESC SOROCABA

Rua Barão de Piratininga, 555

Tel.: +55 15 3332-9933

   /sescsorocaba

sescsp.org.br/sorocaba

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

faça sua
credencial
sesc



logo
FSC