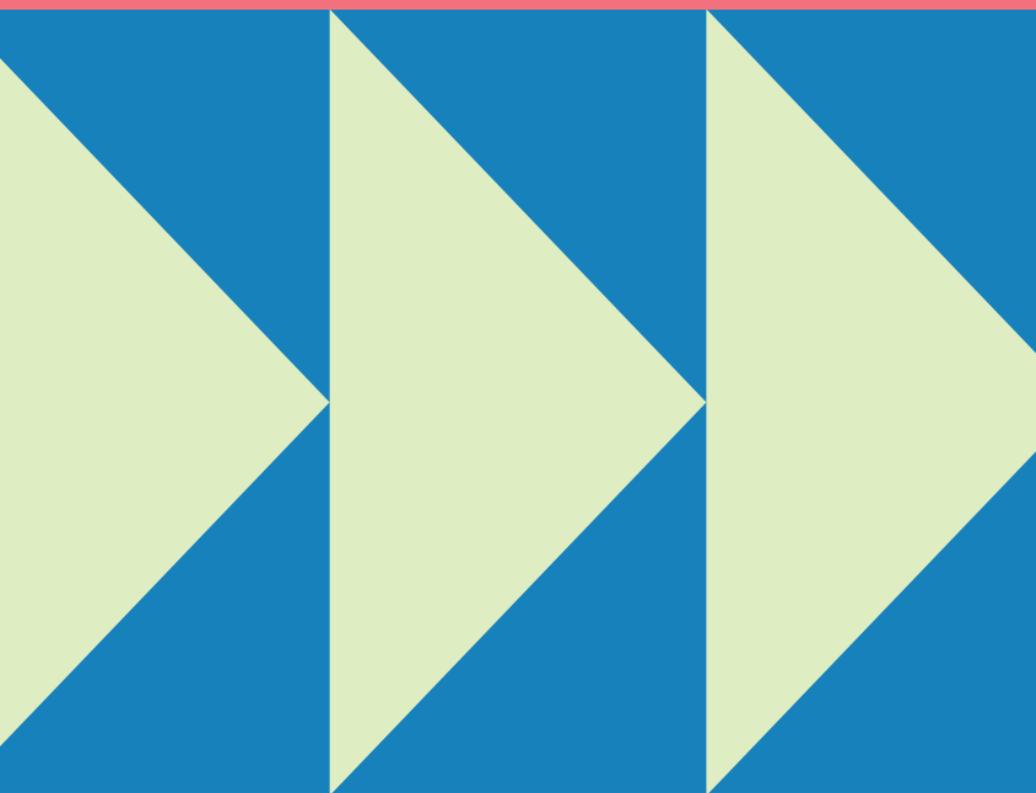


Fevereiro 2024

Sesc São Carlos

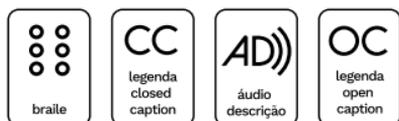
Guia de Programação





Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Legendas de Acessibilidade



Em estabelecimentos de uso coletivo, é assegurado o acompanhamento de cão-guia. As unidades do Sesc estão preparadas para receber todos os públicos.

Preços

- **Credencial Plena:** Trabalhador do comércio de bens, serviços e turismo credenciado no Sesc e dependentes.
- **Meia Entrada:** Aposentado, pessoa com mais de 60 anos, pessoa com deficiência, estudante e servidor de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

L	A1	Livre	14	A14	14 anos
10	A10	10 anos	16	A16	16 anos
12	A12	12 anos	18	A18	18 anos

Funcionamento

Dias 12 e 13/2, segunda e terça, unidade aberta, 9h30 às 18h.
Dia 14/2, quarta, unidade fechada.



Este guia traz os destaques da programação do Sesc São Carlos. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em sescsp.org.br. Programação sujeita a alterações.

Ingressos

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

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
29/1 a 4/2	23/1	24/1
5 a 14/2	30/1	31/1
15 a 25/2	6/2	7/2
26/2 a 3/3	20/2	21/2
4/3 a 10/3	27/2	28/2

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

6 Shows e Espetáculos

11 Exposição

12 Cinema

**16 Cursos, Oficinas
e Encontros**

**22 Esporte e
Atividade Física**

35 Crianças

39 Pessoas Idosas

40 Agenda de Destaques

Editorial

As festas populares, como o Carnaval, desempenham um papel fundamental na preservação e celebração das tradições culturais de uma sociedade. Esses eventos não apenas refletem a identidade de um povo, mas também proporcionam uma oportunidade única para a expressão artística e a interação com as raízes culturais.

É vital que as novas gerações compreendam e valorizem essas tradições, pois são parte integrante da herança cultural do país. Conhecer e respeitar as raízes culturais contribui para uma sociedade mais rica e harmoniosa, na qual as pessoas podem se conectar com suas identidades coletivas.

No Sesc São Carlos, durante o mês de fevereiro, será oferecida uma programação com diversas oficinas e shows em que



Crianças Cortejo estandarte da brincadeira

crianças e adultos poderão confeccionar adereços, expressando sua criatividade e aproveitando as tardes de folia.

Mas fevereiro tem muito mais!

Para os cinéfilos, uma seleção especial de filmes nacionais de terror destaca o talento do cinema brasileiro no gênero. Espetáculos de dança, atividades para crianças e muita música, com shows de Jhonny Hooker e Assucena, além de festival de Triatlo fechando a edição de 2024 do Sesc Verão.

Fevereiro vai ser curto para tanta programação!





Música Johnny Hooker

Foto: Diego Ciarriariello

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Show

JOHNNY HOOKER

Bloco do Johnny

Com uma carreira marcada por sua intensidade artística e sua capacidade de emocionar multidões, Johnny Hooker promete uma noite única, repleta de emoções e energia vibrante. No palco, oferecerá uma viagem cativante por suas canções mais icônicas, além de proporcionar um clima de esquentar para os dias de carnaval. Com uma voz única e performances arrebatadoras, o artista envolve as pessoas em uma experiência musical que mescla intensidade, emoção e autenticidade. Johnny Hooker é reconhecido por sua trajetória musical multifacetada, que mescla diferentes estilos e composições que abordam temas diversos, conquistando fãs por todo o Brasil e destacando-se como um dos principais nomes da música contemporânea.

Dia 9/2.

Sexta. 20h.

Ginásio de Eventos.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

Venda **online** a partir das 17h de 30/1, e **presencial** a partir das 17h de 31/1.

A14



Foto: Natalia Mitje

Música Assucena

Show

ASSUCENA**Lusco-Fusco**

Após quebrar paradigmas e conquistar o Brasil com a banda As Baías, a cantora e compositora Assucena inaugurou sua carreira solo no final de 2021. Inspirada pelas coloridas paisagens do lusco-fusco e pela diversidade de gêneros na música popular brasileira, ela lançou, em setembro de 2023, seu primeiro álbum solo, "Lusco-Fusco", com a produção musical de Pupillo e Rafael Acerbi, além da direção artística compartilhada com a cantora Céu. Explorando um fascinante caminho estético que entrelaça tradição e contemporaneidade, Assucena destaca a TRANSformação de espaços, tempos e ideias em sua obra mais recente. Ao transpor fronteiras musicais, o espetáculo se torna uma metáfora sonora em transe, navegando entre o samba e o rock, o blues e o baião, o pop contemporâneo e o arrocha.

Dia 29/2.**Quinta. 20h.**

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

Venda **online** a partir das 17h de 20/2, e **presencial** a partir das 17h de 21/2.

A14



Foto: Luiz Cajú

Música Klaudia Raab

Show

KLAUDIA RAAB**Um encontro com a nossa MPB**

Show em homenagem e celebração à carreira de Gal Costa, pela voz de Klaudia Raab. A artista imprime sua marca pessoal e oferece interpretações desse ícone da música, incluindo também obras de outros grandes nomes da música brasileira, como Caetano, Gil, Tom Jobim, Luis Melodia, João Donato, Djavan, entre outros. O show foi produzido pelo guitarrista Paulo Aggio.

Dia 23/2.**Sexta. 20h.**

Convivência externa. Lugares limitados. Grátis. [At](#)

SONS DA TARDE

Programação que privilegia a diversidade dos estilos musicais, propondo momentos para dançar, cantar e prestigiar e conhecer artistas do interior e capital.

Show

GRUPO ASES MANIA**Samba**

Show em homenagem a intérpretes e compositores de grandes sucessos que marcaram a história dos sambas enredo.

Dia 4/2.**Domingo. 16h.**

Convivência externa. Grátis. [At](#)

**Música** Ana Laura

Foto: Roger Souza

Show

ANA LAURA**Forró**

Show que apresenta grandes sucessos do forró pé de serra.

Dia 18/2.**Domingo. 16h.**Convivência externa. Grátis. [AL](#)

Show

PEDRINHO SEM BRAÇO E GRUPO PURA ARTE**Samba**

Músico, compositor, Pedrinho se apresentou ao lado de grandes artistas do samba como Leci Brandão, Arlindo Cruz, Almir Guineto, Jorge Aragão entre outros. No show, propõe, junto com o grupo Pura Arte, releituras de grandes sambas, além de composições autorais.

Dia 25/2.**Domingo. 16h.**Convivência externa. Grátis. [AL](#)

DANÇA

Espetáculo

DUPLOS: IMPROVISAÇÃO ENTRE LINGUAGENS DANÇA-MÚSICA**Com Andreia Yonashiro, Inês Terra, Talita Florêncio e Thiago Salas**

Duplos trata da poesia envolvida entre corpos que se modulam sem a segurança e a garantia de que algo determinado aconteça, mas sim pela certeza de que a atenção no encontro provocará a emergência de diversas camadas de uma relação. O projeto, contemplado pelo Programa de Ação Cultural - ProAC Editais da Secretaria da Cultura, Economia e Indústria Criativas do Governo do Estado de São Paulo, propõe a construção de gramáticas temporárias que se concretizam e se fragmentam entre-linguagens, durante um estado intensificado de presença.

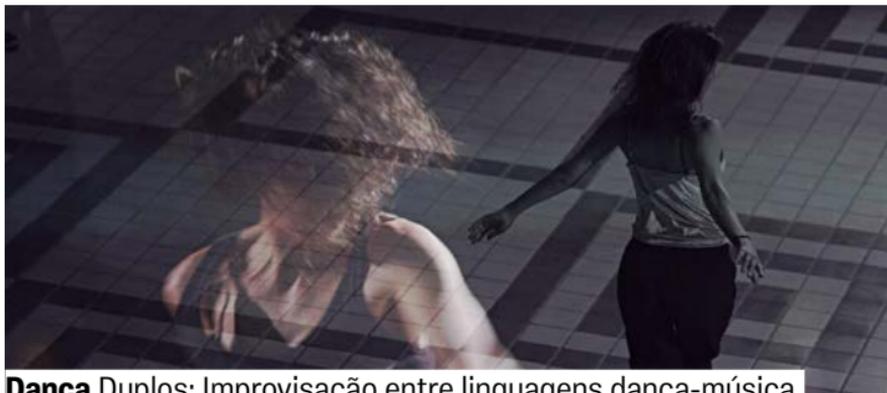
Dia 20/2.**Terça. 19h.**Convivência
Interna. Grátis. [AL](#)

Espetáculo

NUMCORRE**Com Núcleo Iêê**

Partindo da capoeira para a criação corporal e das vivências periféricas para as construções cênicas, o trabalho propõe uma vivência fragmentada em corpo, música e poesia que compara e conecta o paradoxo entre a correria infantil e o "corre" do adulto.

A criação do grupo, formado por artistas da zona leste da capital paulista, parte do desejo de unir a capoeira com a dança, a música ao vivo e a poesia marginal falada para materializar em cena as experiências vividas na periferia.

Dia 24/2.**Sábado. 16h.**Convivência
Interna. Grátis. [AL](#)**Dança** Duplos: Improvisação entre linguagens dança-música



Exposição O jardim de Mizulina

Foto: Divulgação

Exposição

Intervenção

O JARDIM DE MIZULINA

Por Erica Mizutani

Não é sempre que nos deparamos com um jardim tão grande. A sensação de fazermos parte da natureza é a principal ideia desse mural realizado por Erica Mizutani. As personagens Mizulina e Mizunhoca também compõem esse cenário fantástico, que mistura temas botânicos aos desenhos lúdicos e divertidos. A Mizulina semeia a terra e conversa com as plantas. E as Mizunhocas ajudam na oxigenação da terra, tornando o jardim fértil e florido. Erica Mizutani, ou Mizú, trabalha com pintura e ilustração em plataformas variadas, como papel, desenho digital, estampas, paredes e telas. Traz na memória referências estéticas vividas dentro de casa onde a sala era o estúdio de criação do pai, artista e publicitário. Seus personagens, Mizulina e Mizunhoca, são uma tradução leve de sua infância e aparecem em meio a cenários oníricos, constituídos por formas orgânicas, abstratas e coloridas.

De 27/2 a 4/8.

Terça a domingo.

Quadra de Tênis.

Grátis. [AL](#)



Foto: Divulgação

Cinema A sombra do pai

Cinema

ESPECIAL TERROR NACIONAL

Talvez pelo fato da nossa literatura não explorar os seres fantásticos de maneira mais contundente, não há no Brasil, uma tradição no campo dos filmes de terror. Porém, nesse pequeno recorte, trazemos produções nacionais que nos fazem passar pela sensação do suspense e dos arrepios desse gênero.

Exibição

A SOMBRA DO PAI

Bra, 2019. Cor. Dir.: Gabriela Amaral Almeida. Terror. 92min.

Um pai e uma filha que não conseguem se comunicar. Órfã de mãe, ela vê o seu pai ser consumido pela tristeza e acredita ter poderes sobrenaturais e ser capaz de trazer a mãe de volta à vida. Pai ausente, e eventualmente perigoso, resta à menina a esperança de que sim, sua mãe há de voltar.

Dia 10/2.

Sábado. 16h30.

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. **16**



Cinema A mata negra

Foto: Divulgação

Exibição

MORTO NÃO FALA**Bra, 2018. Cor. Dir.: Dennison Ramalho. Terror. 110min.**

Um plantonista de um necrotério possui um dom paranormal de se comunicar com os mortos. Trabalhando a noite, ele já está acostumado a ouvir relatos do além. Porém, quando essas conversas revelam segredos sobre sua própria vida, o homem ativa uma maldição perigosa para si e todos à sua volta.

Dia 11/2.**Domingo. 16h30.**

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. **16**

Exibição

A MATA NEGRA**Bra, 2018. Cor. Dir.: Rodrigo Aragão. Terror. 98min.**

Numa floresta do interior do Brasil, uma garota vê sua vida - e a de todos ao seu redor - mudar terrivelmente quando encontra o Livro Perdido de Cipriano, cuja Magia Sombria, além de outorgar poder e riqueza a quem o possui, é capaz de libertar uma terrível maldição sobre a terra.

Dia 12/2.**Segunda. 16h30.**

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. **16**

Exibição

O CEMITÉRIO DAS ALMAS PERDIDAS**Bra, 2020. Cor. Dir.: Rodrigo Aragão. Terror. 95min.**

Depois de corrompidos pelo livro obscuro de Cipriano, um jesuíta e seus seguidores começam um reinado de horror no Brasil colonial. Eles são amaldiçoados e condenados a viver eternamente sob os túmulos de um cemitério.

Dia 13/2. Terça. 16h30.

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. **16**

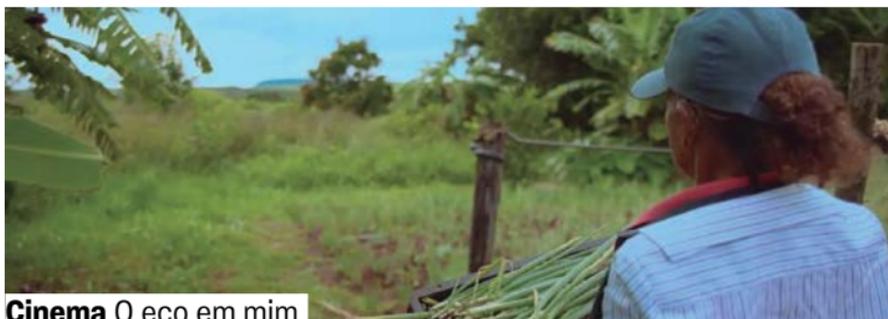


Foto: Divulgação

Cinema O eco em mim

Exibição

O ECO EM MIM

Bra, 2022. Cor. Dir.: Leandro Lima.

Documentário. 72 min.

Atitudes de mudança e uma câmera nas mãos, este é "O eco em mim". Uma produção da OZ Produtora, de São Carlos que escolheu cinco pessoas que receberam uma câmera e o convite para registrar seus cotidianos, apresentando as mudanças de hábitos que fizeram para melhorar a relação com o planeta. Essas histórias são inspirações de vida. Aqui, não tem um caminho certo ou errado, mas podemos ver como é possível tomar algumas atitudes e combater um modo de vida que segue no automático. Na sequência do documentário haverá um encontro entre Leandro Lima, diretor e roteirista, Hygor Amorim - codiretor, Dona Zita, agricultora e personagem do documentário para relatar sobre a experiência proposta e a temática que os motiva. A mediação será feita por Djalma Neri, professor e ambientalista.

**Dia 2/2. Sexta.
19h30.**

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. [A1](#)

Exibição

GOLIAS

Fra, 2022. Cor. Dir.: Frédéric

Teler. Drama. 122 min.

France, professora de esportes durante o dia, trabalhadora à noite, é uma ativista contra o uso de pesticidas. Patrick, um obscuro e solitário advogado parisiense, é especialista em direito ambiental. Mathias, lobista brilhante e apressado, defende os interesses de um gigante agroquímico. Seguindo o ato radical de uma pessoa anônima, esses três destinos, que nunca deveriam ter se cruzado, se acotovelam, colidem e se inflamam.

**Dia 9/2. Sexta.
19h30.**

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. [16](#)



Cinema Elas por elas

Foto: Divulgação

Exibição

MILAGRE NA CELA 7**Tur, 2019. Cor. Dir.: Mehmet Ada Öztekin.****Comédia/Drama/Família. 132min.**

Separado de sua filha por ser acusado de um crime que não cometeu, um homem com deficiência intelectual precisa provar sua inocência ao ser preso pela morte da filha de um comandante. Ele passa a contar com a ajuda de seus companheiros de cela e de quem está do outro lado das grades.

Dia 16/2. Sexta. 19h30.

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. **14**

Exibição

ELAS POR ELAS

Ita, EUA, 2022. Cor. Dir.: Silvia Carobbio, Catherine Hardwicke, Taraji P. Henson. Ação/ Aventura/ Animação/ Drama. 112 min.

Este é um filme antológico composto por sete contos cujo denominador comum é a representação de protagonistas femininas. Cada uma dessas mulheres tão diferentes enfrenta um desafio particular em sua vida com extrema determinação e coragem que as tornam mais fortes e autoconscientes.

Dia 23/2. Sexta. 19h30.

Teatro. Grátis. Retirada de ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. **12**



Foto: Divulgação

Teatro Máscaras teatrais: Construção e performance

Cursos, Oficinas e Encontros

TEATRO

Oficina

MÁSCARAS TEATRAIS: CONSTRUÇÃO E PERFORMANCE

Com Vanessa Dias, atriz, bonequeira, sanfoneira e brincante

A oficina propõe a experiência de explorar, criar e dar vida a máscaras teatrais, com inspiração nos caretos tradicionais do Vale do Jequitinhonha. O primeiro encontro é dedicado à confecção das máscaras com materiais orgânicos como cabaça, palha e semente. O segundo enfoca a performance. Por meio de jogos, técnicas teatrais e muita sensibilidade, é explorada a interação entre cada máscara e corpo, em busca de criar objetos e espaços de criatividade e liberdade. Ao final, os mascarados são convidados a participar de um cortejo musical brincante conduzido por membros do grupo Rapioca Teatro.

Dia 15/2. Quinta.
16h às 19h.
Sala Multiuso.

Dia 16/2. Sexta.
16h às 20h.
Sala de Atividades Corporais.

Grátis. Atividade sequencial. Inscrições online ou presenciais a partir de 1/2, às 14h. Lugares limitados. **A14**



Foto: Talita Florencio

Dança Música e dança em improvisação

DANÇA

Oficina

MÚSICA E DANÇA EM IMPROVISAÇÃO

Com Talita Florêncio e Thiago Salas

Oficina sobre procedimentos e métodos acerca da relação entre música e dança com foco na improvisação. Serão explorados materiais que buscam trazer a compreensão prática de procedimentos da dança contemporânea. A atividade será estruturada em procedimentos coletivos de criação em tempo real, a partir de estados de atenção e intensificação da presença. Com base nestes conceitos, as pessoas participantes terão oportunidade de experimentar algumas das tecnologias de mediação entre música e movimento, corpo e espaço, gesto e som.

Dia 20/2.

Terça. 16h.

Sala de Atividades Corporais.

Grátis. Lugares limitados.

Atendimento prioritário para os jovens com mais de 13 anos, inscritos no Programa Juventudes. **AI**

TECNOLOGIAS E ARTES

Ateliê

ATELIETA: PRÁTICAS ARTÍSTICAS

Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

Atividades de artes visuais e manuais, jogos, técnicas de impressão, para desenvolvimento de trabalhos e projetos processuais com a assistência dos educadores e da disponibilização de materiais de uso comum.

Sábados.

14h às 16h.

Área de Convivência Interna. Grátis. **AI**



Tecnologias e Artes Se joga!

Foto: Mariane Camargo Soares

Oficina

SE JOGA!

Com educadores de infâncias e juventudes

Atividades para todas as famílias com jogos, brincadeiras, vivências e oficinas.

Venham brincar com a gente!

Crianças devem estar acompanhadas por um adulto de referência.

Domingos.

14h30 às 16h30.

Foyer do Teatro.
Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. [At](#)

Ateliê

ETA FÉRIAS LEGAL!

Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

O projeto ETA férias legal! é destinado às famílias que frequentam a unidade, com o objetivo de dar oportunidade às crianças conhecerem possibilidades de jogos, brincadeiras e oficinas do Espaço de Tecnologias e Artes a partir do repertório dos educadores.

Dia 3/2. Sábado.

14h às 16h.

Convivência Interna.
Grátis. Senhas 30 min antes na Loja Sesc. Lugares limitados. [At](#)

Oficina

COMO FAZER UMA MÁSCARA DE FANTASIA USANDO O FORMATO DA MÃO E DEDOS

Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

Monte e personalize sua máscara de papel para brincar o carnaval.

Dia 6/2.

Terça. 16h.

Convivência Interna. Grátis.
Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. [At](#)



Foto: Divulgação

Tecnologias e Artes Os óculos mais babadeiros da sua vida

Oficina

CONSTRUINDO INSTRUMENTOS COM MATERIAL RECICLÁVEL: MARACÁ
Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

A criação de instrumentos musicais utilizando materiais reciclados facilmente disponíveis em casa pode ser uma experiência incrivelmente divertida. O maracá, um dos instrumentos musicais indígenas mais reconhecidos, pode ser construído com garrafa plástica e tubo de papelão. Muitas vezes o maracá é referido como uma designação genérica para chocalhos. Seu som característico é produzido ao sacudir o instrumento.

Dia 7/2.

Quarta. 16h.

Sala Multiuso.
 Grátis. Inscrições online ou presenciais de 1 a 7/2. Lugares limitados. **A1**

Oficina

OS ÓCULOS MAIS BABADEIROS DA SUA VIDA
Com Michael Garcia

Essa oficina se divide em duas partes. Primeiro, o facilitador se apresenta e compartilha seu currículo. Em seguida, exibimos exemplos de óculos semelhantes feitos por artistas e marcas. Na segunda parte, partimos para a criação e prototipagem desses acessórios. Vamos usar a técnica de bordado carnavalesco com pedrarias nos óculos escuros, e todos serão orientados na produção utilizando materiais disponíveis.

Dia 8/2. Quinta. 16h30.

Convivência Interna. Grátis.
 Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. **A12**

**Tecnologias e Artes Carnabrinco**s

Foto: Divulgação

Oficina

CARNABRINCOS**Com Michael Garcia**

A oficina terá duas partes. Na primeira, o instrutor se apresenta, compartilha seu currículo e informações úteis. Em seguida, serão mostrados exemplos de Carnabrinco, com modelos que podem ser feitos usando materiais variados. Já na segunda etapa, será a hora de criar e prototipar esses acessórios. O instrutor explicará os materiais disponíveis e dará assistência a todos na produção.

Dia 9/2.**Sexta. 14h.**

Convivência Interna. Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. **A12**

Vivência

SAMBA RURAL OU DE BUMBO**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

O samba de bumbo teve origem nas fazendas de café do interior paulista no século XIX. Ele foi introduzido na capital paulista durante a transição do século XIX para o século XX, quando ocorreu a migração de negros ex-escravos para a cidade em busca de melhores condições de vida. O bumbo é um instrumento comum em músicas nordestinas com influência ibérica, sendo apropriado e reinterpretado pelos negros, que foram os agentes produtores do samba de bumbo.

Dia 10/2. Sábado.**14h às 16h.**

Sala Multiuso. Grátis. Inscrições online ou presenciais de 1 a 10/2. Lugares limitados. **A10**

Oficina

CONSTRUINDO INSTRUMENTOS COM MATERIAL RECICLÁVEL: GAITA
Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

A criação de instrumentos musicais utilizando materiais reciclados facilmente disponíveis em casa pode ser uma experiência incrivelmente divertida. Faça sua "gaita" utilizando materiais simples como palitos de picolé e elástico.

Dia 24/2.

Sábado. 14h.

Sala Multiuso.
Grátis. Senhas 30 minutos antes no local da atividade. Lugares limitados. [A1](#)

JUVENTUDES VÂMO AÍ?

O projeto Vâmo Aí é um espaço para convivência, troca de experiências, autoconhecimento, solidariedade, respeito à diversidade, ampliação do universo cultural através de atividades de expressão corporal, jogos, práticas artísticas e rodas de conversa.

Inscrição 2024

Chegado o momento de inscrições para jovens que desejam participar do **projeto Vâmo Aí, que retomará as atividades a partir do dia 20/2/2024.**

Neste ano teremos duas turmas, sendo a primeira com encontros às terças e quintas, para jovens de 13 a 15 anos e a segunda turma, às quartas, para jovens acima de 16 anos.

Como fazer para participar?

É só comparecer na Central de Relacionamento para fazer sua Credencial Atividade (se não tiver credencial) e finalizar a matrícula com as educadoras. Os documentos para a Credencial Atividade são: RG, CPF e comprovante de residência.

Quando você poderá se inscrever?

Nos dias 14 e 15/2, das 13h30 às 18h30, e dia 16/2, das 13h às 18h. Se necessário algum outro horário, agendar pelo telefone 16 3373-2351. Necessária a presença do jovem e responsável no ato da matrícula.

A partir de 20/2.

De 13 a 15 anos: Terças e quintas, 15h30 às 18h30.

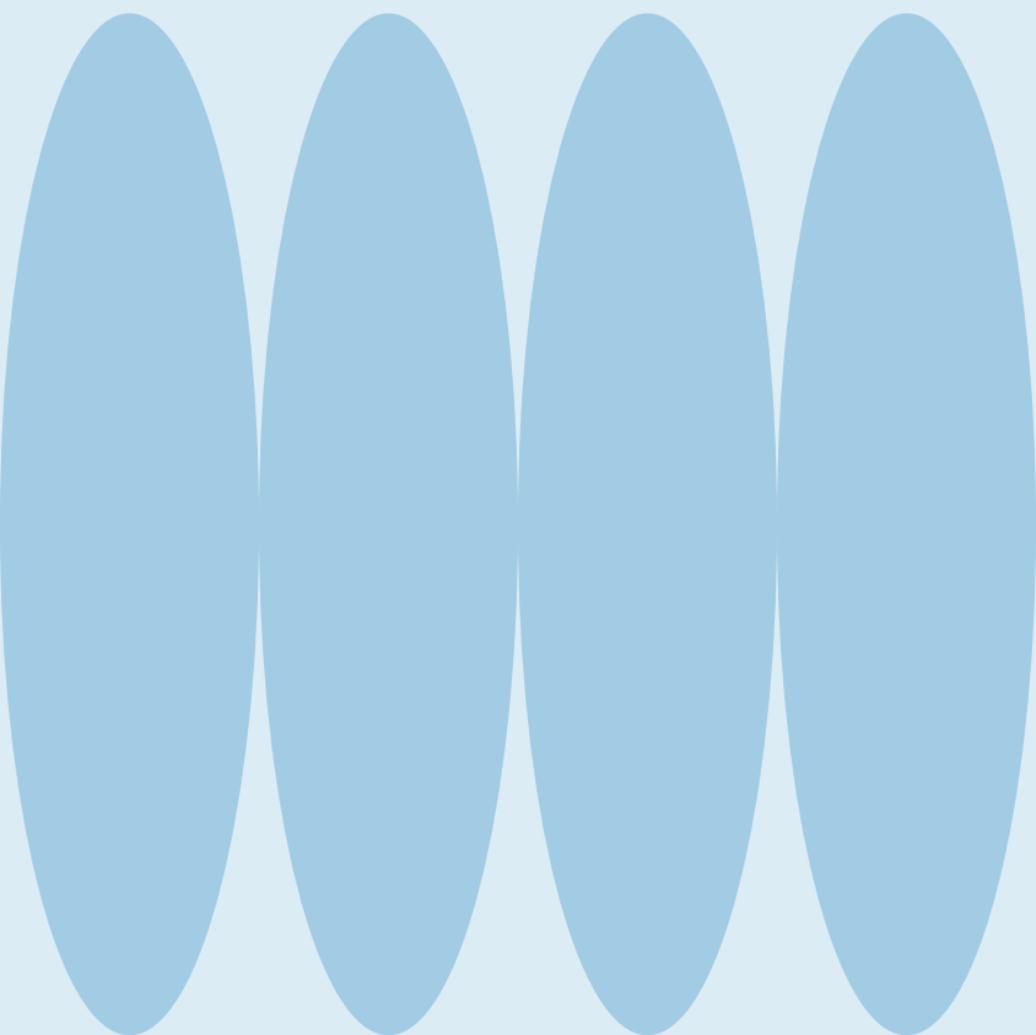
De 16 a 29 anos: Quartas, 18h.

Sala Multiuso.
Grátis. Inscrições em 14, 15 e 16/2, na Central de Relacionamento.

[A12](#)

Sesc Verão 2024

Até 18 de fevereiro, o Sesc São Carlos te convida a participar da **29ª edição** do projeto **Sesc Verão**, que inspirado nos Jogos Olímpicos e Paralímpicos de Paris, promove atividades gratuitas, para todos os públicos e todas as idades. Se joga no esporte!



AULAS ABERTAS

Aula aberta

RITMOS**Com educadores físico-esportivos**

Aula de dança com ritmos variados, nacionais e internacionais, elaboradas para desenvolver a coordenação motora, a expressão, consciência corporal e condicionamento físico. Valorizam a participação, a vivência na dança e a socialização.

Dias 3, 17 e 24/2.**Sábados.****17h às 18h.****De 6 a 9/2. Terça****a sexta. 18h30****às 19h30.**

Galpão. Grátis.

Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. [A1](#)

Aula aberta

ALONGAMENTO E MOBILIDADE ARTICULAR**Com educadores físico-esportivos**

Aula para aumentar os níveis de flexibilidade e relaxamento muscular e, com isso, diminuir os riscos de lesões, melhorar a postura e a qualidade dos movimentos nas atividades diárias. Busca promover a consciência e expressão corporal, inspirado em diferentes técnicas do movimento e respiração, possibilitando o estado de presença, relaxamento, bem-estar e autocuidado.

De 3 a 24/2.**Sábados.****10h às 11h.**

Galpão.

Dias 6 e 8/2.**Terça e quinta.****8h às 9h.**

Galpão.

Dias 7 e 9/2.**Quarta e sexta.****16h às 17h.**

Sala de Atividades Corporais.

Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. [A12](#)

Aula aberta

YOGA

Com educadores físico-esportivos

Prática indiana com exercícios de respiração, posturas e movimentos que promovem a força, a flexibilidade e colaboram para o autoconhecimento, a concentração e a prática da meditação. A partir da percepção de si e do outro, possibilita a promoção da saúde e escolhas mais conscientes para a vida.

De 4 a 25/2.

Domingos.

**9h30 às 10h30 e
10h30 às 11h30.**

Galpão. Grátis.
Senhas 30 minutos antes no local da atividade. Lugares limitados. [At2](#)

Aula aberta

TREINO EM GRUPO: CONDICIONAMENTO FÍSICO

Com educadores físico-esportivos

Aula dinâmica e na medida para garantir o treino da semana.

Dias 6 e 8/2.

Terça e quinta.

16h às 17h.

Sala de Atividades Corporais.

Dias 7 e 9/2.

Quarta e sexta.

8h às 9h.

Galpão.

Grátis. Senhas 30 minutos antes na Loja Sesc. Lugares limitados. [At1](#)

Aula aberta

VERÃO +60: BAILA COMIGO?

Com educadores físico-esportivos

Aula com muito ritmo e coordenação, na medida para quem já passou dos 60 anos e quer iniciar, experimentar ou manter uma rotina de prática de atividades físicas.

Dias 1 e 8/2.

Quintas.

14h às 15h.

Sala de Atividades Corporais. Grátis.
Inscrições no local e horário da atividade.
Lugares limitados.
Atividade voltada para público a partir de 60 anos.

VIVÊNCIAS

Vivência

JOGOS E BRINCADEIRAS PARA PAIS E FILHOS

Espaço recreativo para as crianças brincarem, jogarem e se divertirem juntos com os adultos!

Dias 3, 17 e 24/2.

Sábados.

9h30 às 12h30.

Ginásio de Eventos. Grátis.
Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. [At1](#)



Sesc Verão 2024 Tecido acrobático e trapézio

Foto: Mariane Camargo Soares

Vivência

TECIDO ACROBÁTICO E TRAPÉZIO

Atividade realizada em aparelhos de acrobacias aéreas, os participantes poderão vivenciar as modalidades Tecido acrobático e Trapézio. Uma atividade que mistura força, beleza e muita diversão.

Dias 1 e 2/2.

Quinta e sexta.

17h às 21h.

Dias 3 e 4/2.

Sábado e

domingo. 10h às

12h e 14h às 18h.

Convivência
Interna. Grátis.

Inscrições no
local e horário da
atividade. Lugares
limitados. [A1](#)

VIVÊNCIAS NO PARQUE AQUÁTICO

Vivência

HIDRORECREATIVA

Com educadores físico-esportivos

Aulas recreativas compostas por exercícios de força e resistência na água, que além de ajudar na melhoria do condicionamento físico oferecem aos participantes um espaço de integração. Passe o protetor solar e venha se divertir com a gente!

Dia 3/2. Sábado.

15h às 16h.

Piscina Externa.
Grátis. Lugares
limitados.

Necessário
Credencial
Plena e exame
dermatológico
válidos. Utilizar
cadeado para
guarda de
pertences nos
armários. [A10](#)

**Sesc Verão 2024** Waterline

Foto: Divulgação

Vivência

RECREAÇÃO AQUÁTICA**Com educadores físico-esportivos**

Jogos e brincadeiras na água que estimulam a prática de atividades físicas, a convivência e a parceria de forma lúdica e divertida.

Dia 4/2. Domingo.**14h30 às 16h.**

Piscina Externa.
Grátis. Inscrições no local e horário da atividade.

Lugares limitados.

Necessário

Credencial

Plena e exame dermatológico válidos. Utilizar

cadeado para guarda de

pertences nos armários. [A1](#)

Vivência

WATERLINE

O waterline é uma forma de praticar slackline por cima de água. O que determina essa prática é a linha estar suspensa sobre a água.

Dias 10 e**11/2. Sábado e domingo.****10h às 17h.**

Piscina Externa.
Grátis. Lugares limitados.

Necessário

Credencial

Plena e exame dermatológico válidos. Utilizar

cadeado para guarda de

pertences nos armários. [A1](#)



Foto: Divulgação

Sesc Verão 2024 Como superar os limites no triatlo

TRIATLO

Bate-papo

COMO SUPERAR OS LIMITES NO TRIATLO

Com Edson Dantas

Superação de limites. Este é um dos termos mais ouvidos nas rodas de conversa entre os praticantes do triatlo, ao terminar uma prova. O paratleta Edson Dantas trará uma reflexão sobre sua determinação em reconhecer seus limites, bem como dicas de como transpor barreiras em treinos e provas.

Dia 3/2.

Sábado. 15h.

Galpão. Grátis. **AI**

Festival

TRIATLO

Com objetivo de democratizar a modalidade, este festival é destinado para quem está iniciando a prática do triatlo. O evento é composto por provas de natação de 200m, ciclismo 10,2Km e corrida 3,4 Km. Categorias: individual feminina, individual masculina e equipes mistas ou não (2 a 3 integrantes).

Dia 4/2.

Domingo. 8h.

Retirada de kits dos participantes inscritos no dia 3/2, sábado, das 15h às 18h. Inscrições encerradas. Galpão. Grátis. **AI**



Foto: Divulgação

Sesc Verão 2024 Vôlei para mulheres

ESPORTES PARA MULHERES

Espaço com o objetivo de incentivar a prática esportiva recreativa nos momentos de lazer e dar visibilidade às modalidades basquete, futsal e vôlei realizadas por mulheres.

Vivência

BASQUETE PARA MULHERES

Dias 3, 17 e 24/2. Sábados. 10h às 12h.

Ginásio de Eventos. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. **A16**

Vivência

FUTSAL PARA MULHERES

Dias 3, 17 e 24/2. Sábados. 14h às 16h.

Ginásio de Eventos. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. **A16**

Vivência

VÔLEI PARA MULHERES

Dias 4, 18 e 25/2. Domingos. 13h às 15h.

Ginásio de Eventos. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. **A14**

Esporte e Atividade Física

CURSOS PERMANENTES

Com educadores físico-esportivos

Programa Sesc de Esportes, Ginástica Multifuncional, Atividades Aquáticas e Práticas Corporais.

Informações para inscrição:

Nas 1^{as} e 3^{as} quintas-feiras do mês, a partir das 14h, fazendo seu login na Central de Relacionamento Digital, ou no app Credencial Sesc SP, será possível visualizar as vagas disponíveis, filtrar a busca de acordo com o curso, unidade, dias da semana e horário de preferência.

Como se inscrever:

Se o curso do seu interesse estiver disponível, você pode garantir a sua vaga, preencher o Questionário de Prontidão para Atividade Física e ainda realizar o pagamento da primeira mensalidade, se for o caso. Tudo online e sem sair de casa.

Atenção: de acordo com a sua idade, ou ainda dependendo da legislação municipal da cidade onde você está, pode ser necessário o comparecimento à unidade de interesse para a conclusão presencial da inscrição mediante a apresentação de alguns documentos, como:

- 3 a 14 anos: apresentar autorização (pais ou responsáveis) (válida por 1 ano).
- A partir de 70 anos: apresentar atestado médico de liberação para a prática de atividades físicas e/ou esportivas (válido por 1 ano).
- Para programa de Atividades Aquáticas apresentar também atestado dermatológico (válido por 6 meses).



Esporte e Atividade Física Yoga

Foto: Divulgação

PROGRAMA DE GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

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. Propõe exercícios que estimulam o desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras em um ambiente acolhedor. As atividades são conduzidas pela equipe de educadores(as) do Sesc.

Terça e quinta.
7h às 12h30 e
15h30 às 21h30.
Quarta e sexta.
7h às 12h30 e
15h às 21h30.
Sábado. 9h30
às 18h.
Domingo. 9h30
às 12h30.
 ● R\$38,00
 ▲ R\$83,00
 A partir de
 12 anos.

Terça a sexta.
9h às 18h.
 ● R\$19,00
 ▲ R\$41,50
 Acima de 60 anos.

PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

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

YOGA

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

Terça e quinta.
8h, 10h, 17h30,
19h30 e 20h30.
Quarta e sexta.
7h, 11h e 20h30.
 Sala de Atividades
 Corporais.
 ● R\$30,00
 ▲ R\$68,00
 A partir de
 12 anos.

PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

Programa que desenvolve competências para possibilitar a segurança do praticante na água, o aprendizado dos nados, o condicionamento físico, a autonomia e o bem-estar. Tem como objetivo proporcionar o acesso ao meio aquático e promover uma relação positiva das pessoas com este ambiente.

CONDICIONAMENTO FÍSICO AQUÁTICO

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

Terça e quinta.

7h, 8h, 9h,
16h30, 17h30 e
19h30.

Quarta e sexta.

7h, 8h, 15h, 16h,
18h30 e 20h30.

Piscina interna.

Grátis para jovens
de 12 a 16 anos.

● R\$28,00

▲ R\$62,00

A partir de
12 anos.

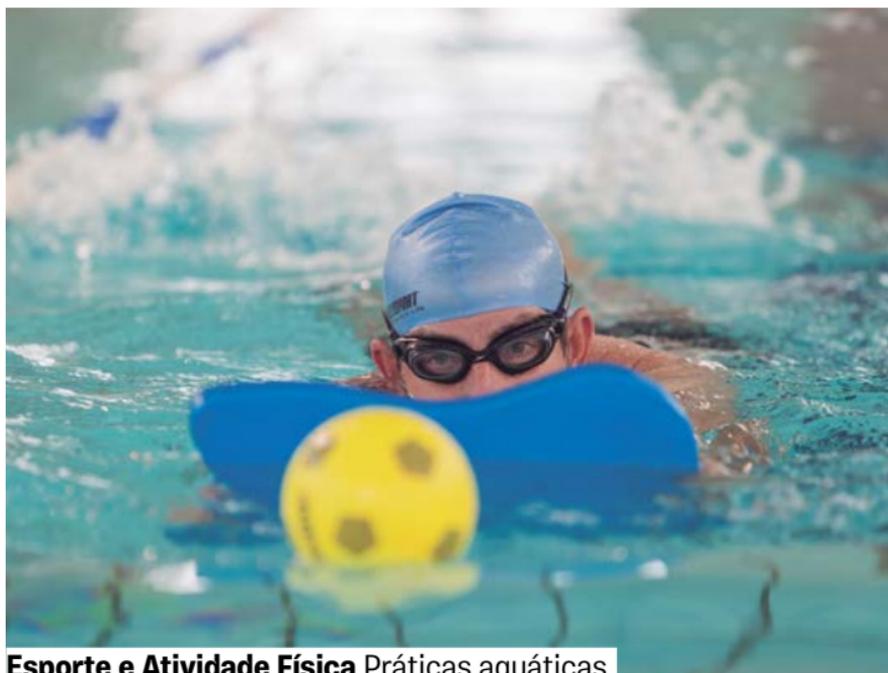
PRÁTICAS AQUÁTICAS - 3 A 6 ANOS

As aulas utilizam o brincar e o jogo de faz-de-conta para favorecer a descoberta, a exploração, a autonomia e o prazer em estar e se movimentar na água.

Terça e quinta. 9h.

Quarta e
sexta. 17h.

Piscina interna.
Grátis.



PRÁTICAS AQUÁTICAS - 6 A 12 ANOS

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

Terça e quinta.
10h e 15h30.

Quarta e sexta. **10h.**

Piscina interna.
Grátis.

PRÁTICAS AQUÁTICAS - ACIMA DE 12 ANOS

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

Terça e quinta.
18h30 e 20h30.

Quarta e sexta. **7h, 9h e 19h30.**

Piscina interna.
Grátis para jovens de 12 a 16 anos.

● R\$28,00

▲ R\$62,00

A partir de 12 anos.

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

A educação por meio do esporte e para o esporte. Brincar, aprender, competir, jogar e divertir são elementos presentes no universo dos esportes. Um estímulo prazeroso para a conquista da autonomia corporal, a melhoria da qualidade de vida e o aprendizado de novas habilidades e expressões corporais.

ESPORTE CRIANÇA - 3 A 6 ANOS

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

Quarta e sexta,
18h30 às 19h20.
Recesso até 17/2.

Grátis.

Necessária a presença do pai ou responsável para participação nas atividades.

ESPORTE CRIANÇA - 6 A 10 ANOS

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

Quarta e sexta,
8h às 11h e 15h às 18h. Recesso até 17/2.

Grátis.

ESPORTE JOVEM - 10 A 13 ANOS

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

Terça e quinta.
15h30 às 17h30.
Recesso até 17/2.
Grátis.

ESPORTE JOVEM - 13 A 16 ANOS

Prática e aprendizado das modalidades esportivas com o objetivo de aprimorar o conhecimento esportivo, a compreensão do jogo e as ações técnico-táticas. O jovem aperfeiçoa suas experiências competitivas e desenvolve as habilidades necessárias para o jogo.

BASQUETE

Terça e quinta.
16h30 às 17h30.
Grátis.

VÔLEI

Quarta e sexta.
17h às 18h30.
Grátis.

ESPORTE ADULTO - DE 16 A 59 ANOS

Prática de modalidades possibilitando a compreensão dos valores que envolvem o esporte como manifestação cultural. Indicado para pessoas que querem aprender ou retomar a prática esportiva. Incentiva a autonomia, o prazer pelo esporte e a melhoria da qualidade de vida.

INICIAÇÃO AO VÔLEI

Terça e quinta.
19h30 às 21h30.
Grátis.

INICIAÇÃO AO BASQUETE

Quinta. 19h30 às 21h30.
Grátis.

CLUBE DO VÔLEI FEMININO

Quarta e sexta.
19h30 às 21h30.
Grátis.

CLUBE DO VÔLEI MASCULINO

Quarta e sexta.
19h30 às 21h30.
Grátis.

CLUBE DO BASQUETE

Terça. 19h30 às 21h30.

Grátis.

CLUBE DO FUTSAL

Quarta e sexta. 18h às 19h30.

Grátis.

CLUBE DA CORRIDA

Terça e quinta, 7h às 8h. Quarta e sexta, 19h às 20h. Domingo, 8h30 às 10h.

Grátis.

TRIATLO

Quarta e sexta. 20h às 21h30.

Grátis.

TÊNIS

Terça e quinta, 19h30 às 21h30.

Quarta e sexta, 19h30 às 21h30.

Grátis.

ESPORTE PARA IDOSOS - ACIMA DE 60 ANOS

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

MULTIMODALIDADES

Quarta e sexta, 16h às 17h.

Grátis.



Esporte e Atividade Física Clube da corrida



Crianças Cortejo estandarte da brincadeira

Foto: Alcxander Oliveira

Crianças

TARDES DE FOLIA

Quatro dias de folia para a família vir junta ao Sesc, com muita música, brincadeiras e diversão.

Show

BORBOLETRANDO NO CARNAVAL

Com a Trupe Borboletras

Show infantil que une marchinhas de carnaval, poesias e brincadeiras que valorizam a cultura popular brasileira. Interativo e brincante, o repertório vai desde "Ó Abre Alas" de Chiquinha Gonzaga a marchinhas autorais de Alba Brito e Gizele Panza. Destinado para toda família, é um show para ninguém ficar parado!

Dia 10/2.

Sábado. 16h.

Ginásio de Eventos.

Grátis. Retirada de até 2 ingressos por pessoa na Loja Sesc no dia da atividade, das 9h30 até o início do show. Lugares limitados. [AL](#)

Intervenção

CORTEJO ESTANDARTE DA BRINCADEIRA

Com G.U.T.E - Grupo Urutau de Teatro Experimental

Uma trupe de artistas circences, músicos e brincantes, convida a todos para uma caminhada de brincadeiras. Através da música, da alegoria circence, teatral e da cantoria, o Estandarte da Brincadeira abre um cortejo onde o público brinca, toca instrumentos e interage o tempo todo, com as cantigas, personagens, histórias e estações do brincar.

Dia 11/2.

Domingo. 14h30.

Diversos Espaços. Grátis. [AL](#)



Crianças O bloco dos palhaços batutas

Foto: TatoTakiyama

Show

O BLOCO DOS PALHAÇOS BATUTAS

Com Flor de Crejoá

Uma banda de palhaços comandada por Finho e Margarida, invade o palco para brincar de carnaval e poesia. Tem concurso de marchinha, passeio de canoa, confete e purpurina. O Bloco, que é muito animado, tem a missão de não deixar ninguém parado. No repertório músicas autorais e outras carnavalescas.

Dia 11/2.

Domingo. 16h.

Ginásio de Eventos.
Grátis. Retirada de até 2 ingressos por pessoa na Loja Sesc no dia da atividade, das 9h30 até o início do show. Lugares limitados. [At](#)

Show

BANDA GLORIA

Conhecida no cenário musical há mais de vinte anos, a Banda Gloria tem a missão de resgatar a música brasileira, em especial o samba. Suas apresentações são vibrantes e se destacam pela beleza dos arranjos e pelo esmero do repertório. Para o Carnaval, traz marchinhas e canções da música infantil brasileira com um figurino divertido e colorido e muita alegria para contagiar a criançada.

Dia 12/2.

Segunda. 16h.

Ginásio de Eventos.
Grátis. Retirada de até 2 ingressos por pessoa na Loja Sesc no dia da atividade, das 9h30 até o início do show. Lugares limitados. [At](#)

CURUMIM

O programa contribui para o desenvolvimento integral das crianças de 7 a 12 anos, por meio de experimentações, brincadeiras, convivência e novas amizades. Atividades educativas estimulam autoestima, pensamento crítico, ética, solidariedade e autonomia. As crianças são acompanhadas por uma equipe de educadoras e educadores. **Encontro de famílias Curumim:** Recepção 1º Semestre, dia 18/2, domingo, às 10h30, no Teatro. Somente para inscritos no Programa.

Show

ENCANTORIA NA FOLIA

Com Grupo Manuí

Inspirados na poesia das cantorias e na força vibrante dos batuques, cordas e metais presentes nos carnavais de todo o Brasil, o grupo explora arranjos envolventes que capturam a diversidade dos ritmos carnavalescos, como frevos, marchinhas, ijexás e sambas, além de brincadeiras da cultura popular, como cirandas e cocos. O repertório é uma fusão de criações autorais inspiradas nesse rico universo cultural, juntamente com interpretações de renomados compositores e mestres da cultura popular.

Dia 13/2.

Terça. 16h.

Ginásio de
Eventos.

Grátis. Retirada de até 2 ingressos por pessoa na Loja Sesc no dia da atividade, das 9h30 até o início do show. Lugares limitados. 

ESPAÇO DE BRINCAR

Com atividades livres e mediadas em ambientes lúdicos, o programa valoriza o brincar de forma espontânea e coletiva, acolhendo bebês e crianças de 0 a 6 anos, acompanhadas de responsável. Consulte as páginas das unidades no portal sescsp.org.br para informações de acesso.



Crianças Encantoria na folia

Circo

E O PALHAÇO, TEM CONCERTO?

Com a Cia ORUÃ

Música de concerto! Um quarteto de cordas cheio de personalidade apresentará obras de grandes nomes da música com tempero brasileiro. Mas uma partitura desaparece, uma cadeira se quebra e um maestro não convidado entra em cena! Será que eles estão tocando no palco certo? Será que o destino preparou uma desafiadora surpresa?

Dia 3/2.

Sábado. 16h.

Teatro.

● R\$10

■ R\$15

▲ R\$30

Grátis para crianças até 12 anos.

Venda **online** a partir das 17h de 23/1, e **presencial** a partir das 17h de 24/1. [AL](#)

Teatro

O GRITO

Com Rapioca Teatro (MG)

Ao som envolvente da zabumba, rabeca e pífano, um teatro de bonecos populares inspirado na tradição dos mamulengos e do teatro de bonecos português conta de forma divertida e inusitada episódios e movimentos marcantes da história do Brasil. Personagens como a revolucionária Maria Felipa da Ilha de Itaparica e a figura do vaqueiro Benedito tão presentes no imaginário e em relatos orais de nosso povo se misturam a outras já bem conhecidas das memórias oficiais da Independência, provocando muito riso e um pouco de reflexão sobre nossa história e o modo como ela é escrita.

Dia 17/2.

Sábado. 16h.

Convivência

Externa.

Grátis. Lugares limitados. [AL](#)

Dança

NUMCORRE

Com Núcleo Iêê

Partindo da capoeira para a criação corporal e das vivências periféricas para as construções cênicas, o trabalho propõe uma vivência fragmentada em corpo, música e poesia que compara e conecta o paradoxo entre a correria infantil e o "corre" do adulto.

A criação do grupo, formado por artistas da zona leste da capital paulista, parte do desejo de unir a capoeira com a dança, a música ao vivo e a poesia marginal falada para materializar em cena as experiências vividas na periferia.

Dia 24/2.

Sábado. 16h.

Convivência

Interna. Grátis. [AL](#)



Foto: Paulo Arruda

Pessoas Idosas Corpo e canto em movimento

Pessoas Idosas

Reunião

PONTO DE ENCONTRO

Um espaço destinado para o diálogo e compartilhamento de saberes, que visa a regularidade de encontros entre frequentadores e frequentadoras do programa do TSI - Trabalho Social com Idosos em São Carlos.

Dia 7/2.

Quarta. 14h.

Teatro.
Grátis. Senha 30 minutos antes na Loja Sesc.
Lugares limitados.
Exclusivo para público a partir de 60 anos.

Oficina

CORPO E CANTO EM MOVIMENTO: VIVÊNCIAS COM A CULTURA POPULAR Com Manu de Souza

As ações educativas propõem a integração de ritmos da cultura popular brasileira, como ciranda, coco, samba e maracatu, para promover participação social, vivência afetiva e diálogo artístico. Buscando sensibilizar e despertar memórias, as atividades de música e dança visam fortalecer uma identidade musical coletiva, fomentando a valorização pessoal e o respeito à cultura do outro. Nas Rodas, a socialização da memória ocorre através de práticas reflexivas, explorando um repertório que abrange tradições populares e criações contemporâneas. Os encontros incluem momentos de apreciação, relaxamento, percepção musical, sociabilização, improvisação com percussão corporal, exercícios rítmicos e prática expressiva de canto e dança em grupo.

De 23/2 a 8/3.

Sextas. 14h.

Sala de Atividades Corporais.
Grátis. Senha 30 minutos antes na Loja Sesc.
Lugares limitados.
Exclusivo para público a partir de 60 anos.

AGENDA DE DESTAQUES

SEGUNDA



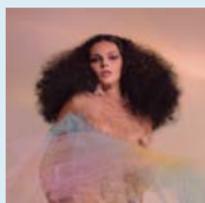
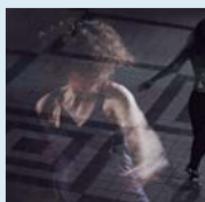
12

Música

Banda Gloria

Cinema

A mata negra



TERÇA

6

Sesc Verão

Alongamento e
Mobilidade Articular

Tecnologias e Artes

Como fazer
uma máscara

13

Música

Encantoria na folia

Cinema

O cemitério das
almas perdidas

20

Dança

Oficina música
e dança em
improvisação

Duplos:
improvisação
dança-música

27

Ações para a Cidadania

Juventudes
Vamos aí?

QUARTA

7

Pessoas Idosas

Ponto de encontro

Tecnologias e Artes

Construindo
instrumentos:
maracá

14

Unidade fechada

21

Biblioteca

Consulta de
Revistas e Jornais

28

Arte Visuais

O Jardim de
Mizulina

QUINTA

1

Sesc Verão

Verão +60:
baila comigo?

8

Sesc Verão

Condicionamento
físico

Tecnologias e Artes

Os óculos mais
babadeiros da vida

15

Teatro

Oficina máscaras
teatrais:
construção e
performance

22

Ações para a Cidadania

Juventudes
Vamos aí?

29

Música

Assucena

SEXTA

2

Cinema

O Eco em Mim

9

Tecnologias e Artes

CarnaBricos

Música

Johny Hooker

16

Cinema

Milagre na cela 7

23

Idosos

Vivências com a Cultura Popular

Cinema

Elas por Elas

Música

Klaudía Raab

SÁBADO

3

Sesc Verão

Como superar os limites do Triatlo

Circo

E o Palhaço, Tem Concerto?

10

Sesc Verão

Vivência recreativa de waterline

Música

Borboletrando no Carnaval

17

Tecnologias e Artes

AteliETA: Práticas artísticas

Teatro

O grito

24

Tecnologias e Artes

Construindo instrumentos: gaita

Dança

Numcore

DOMINGO

4

Sesc Verão

Festival de triatlo

Como superar os limites do triatlo

Música

Grupo Ases Mania

11

Música

O bloco dos palhaços batutas

Circo

Cortejo da Bandeira

18

Esporte

Yoga

Crianças

Se joga!

Música

Ana Laura

25

Esporte

Yoga

Crianças

Se joga!

Música

Pedrinho sem braço e grupo pura arte



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 e em operadoras de TV por assinatura, 24 horas por dia, 7 dias por semana.

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

Assista também em sescsp.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 40 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

sescsp.org.br/loja

Faça sua Credencial Plena

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



Consulte a relação de documentos necessários

Sobre o Sesc São Paulo

Com mais de 77 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de mais de 40 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

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

Informações e horários

Sesc São Carlos

Terça a sexta, 7h às 21h30
(atendimento no período da manhã exclusivo para cursos físico-esportivos e clínica odontológica).
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.

Central de atendimento

Tel.: 16 3373-2333

Informações, credenciamento, inscrições em atividades, Turismo Social e Bilheteria.
Terça a sexta, 13h às 21h30.
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.

Loja Sesc

Terça a sexta, 13h às 21h30.
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.
Venda de CD's, DVD's, livros e produtos exclusivos.

Biblioteca

Biblioteca e sala de leitura.
Terça a sexta, 13h às 21h30.
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h
O acervo da Rede Sesc de Bibliotecas está disponível para consulta online no site sesc.com.br/bibliotecas

Quadras e Ginásio

Terça a sexta, 13h às 21h30.
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.
Com apresentação de credencial plena.
Atividades esportivas e recreativas.

Exame dermatológico

Informe-se sobre dias e horários em sescsp.org.br/servicos-sesc-sao-carlos

Parque aquático

Terça a sexta, 13h às 21h30.
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.

Para frequentar a piscina, é necessário apresentar credencial e exame dermatológico válidos, traje de banho (maiô, biquini, calção de banho ou sunga, não transparentes).

Comedoria / Cafeteria

Terça a sexta, das 13h às 21h30
Sábados, domingos e feriados, das 9h30 às 18h
Em dias de shows/espetáculos, a Comedoria poderá atender com cardápio alterado ou reduzido.

Bicicletário

Terça a sexta, 13h às 21h30.
Sábados, domingos e feriados, das 9h30 às 18h.
É obrigatório o uso da corrente e cadeado por bicicleta.
Permanência da bicicleta somente durante horário de funcionamento da unidade.

Odontologia

Tel.: 16 3373-2306
Terça a sexta, 7h30 às 21h30.
Sábado, 9h30 às 17h.
Serviço exclusivo para trabalhadores no comércio de bens, turismo e serviços credenciados e dependentes. Atendimento com inscrição prévia. Vagas limitadas.

Brigada de incêndio

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

faça sua
credencial
sesc



SESC SÃO CARLOS

Av. Comendador Alfredo Maffei, 700

Tel.: +55 16 3373-2333

   /sescsaocarlos

 /sescsaocarlos

sescsp.org.br/saocarlos

SELO FSC

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA VENDA PROIBIDA