



Março 2024
Sesc Taubaté

Guia de Programação





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



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.

Dia 29 (sexta), unidade fechada.

Menores de 10 anos devem estar acompanhados por um responsável maior de 18 anos.

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
4/3 a 10/3	27/2	28/2
11/3 a 17/3	5/3	6/3
18/3 a 24/3	12/3	13/3
25/3 a 31/3	19/3	20/3

Limite de quatro ingressos por pessoa.

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



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

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.**

6 Shows e Espetáculos

**12 Cursos, Oficinas
e Encontros**

**18 Esporte e
Atividade Física**

29 Crianças

36 Pessoas Idosas

39 Turismo Social

40 Agenda de Destaques

Editorial

Março chega com um clima de saudade da folia, mas com a promessa de um ano que começa pra valer com muita programação especial, diferente e importante no Sesc Taubaté. No mês em que se comemora o dia da mulher, escolhemos homenageá-las e exaltá-las em nossa programação. Por isso, em nossas atividades, traremos a mulher como protagonista na música, no teatro, na literatura e nos esportes.

Abrindo a programação, teremos a cantora Zélia Duncan com seu show *Zélia Duncan #BailãoZD*. Nossas já tradicionais sextas musicais serão femininas, com o grupo de forró de rabeça Pé de Manacá, que vai trazer o show *Pra Raiar*. Teremos o show *Cantrix canta Gil*, que tem um trabalho inteiro feito apenas por mulheres. E as Cantautoras do Vale farão o show *Reverbera*, com um repertório de músicas produzidas por mulheres da região do Vale do Paraíba. No teatro teremos a história da cantora Billie Holiday, em um monólogo musical interpretado pela atriz Renata



Obra do novo prédio do Sesc Taubaté

Baptista, no espetáculo *Aqui Jazz Billie*. Receberemos o espetáculo *Vaca*, um monólogo da atriz Bruna Betito, que traz o universo das amantes como tema.

Na literatura, *As lendas de Dandara* serão contadas pela Cia do Liquidificador, lembrando a importância da guerreira e companheira de Zumbi dos Palmares. A mesma companhia trará *As Piratas*, com histórias das piratas mulheres que se destacaram ao longo do tempo.

As educadoras do esportivo estarão à frente de aulas abertas de *Ritmos*, que combina dança e ginástica e da aula de *Movimento Consciente: Postura*, que dará foco no eixo central do nosso corpo, a coluna. A atleta Serena Pires vai realizar um bate-papo e vivência sobre o *Pole Sport*.

Aulas especiais de *Dança do Ventre* e de *Dança Meditativa* com a professora Jú Marconato fecharão as ações esportivas.

Esperamos você para aproveitar essa programação especial e muito mais que teremos em março no Sesc Taubaté.



Shows e Espetáculos



Show Banda VoodooWoman

Foto: Easy Resize

MÚSICA

Show

VOODOOWOMAN CANTA NINA SIMONE

Com banda VoodooWoman

A história do Blues conta com várias mulheres, muitas vezes não reconhecidas devidamente, e é desta condição que surge a proposta deste show dedicado a musicista Nina Simone, com suas canções e influência do Blues. O grupo, formado pela vocalista Laylah Arruda, o guitarrista Eder Martins e o baixista Rob Ashtoffen, apresenta grandes sucessos da cantora.

Dia 1, sexta, 20h

Circo. Grátis

16

Show

PRA RAIAR

Com o grupo de forró de rabeca Pé de Manacá

Grupo composto só por mulheres que pesquisam as sonoridades e instrumentalidades do forró brasileiro. As artistas Alice Vaz, na zabumba e voz; Beatriz Da Matta, na percussão e voz; Maria Carolina, na rabeca e voz; e Sofia Baroukh, no violão e voz, apresentam o repertório do novo trabalho *Pra Raiar*, com canções autorais.

Dia 8, sexta, 20h

Circo. Grátis

16

Show

CANTRIX CANTA GIL

Com o grupo vocal **Cantrix**

Esse show apresenta a técnica de canto vocal com um repertório composto por canções de Gilberto Gil. A proposta valoriza a presença feminina, desde os elementos artísticos e concepção do projeto, até as funções técnicas e de administração; é uma proposta feminista, inclusiva e diversa.

Dia 15, sexta, 20h

Circo. Grátis

16

Show

REVERBERA

Com **Cantautoras do Vale**

Show das cantautoras que integram um coletivo de mulheres do Vale do Paraíba e apresentam suas composições, seus estilos musicais e experiências, evidenciando a diversidade cultural e artística da região. A proposta traz canções individuais e produções compartilhadas, de Cinthia Jardim, Julie Ramos, Ligia Kamada e Maysa Ohashi, mais banda de apoio.

Dia 22, sexta, 20h

Circo. Grátis

16



Show grupo de forró de rebecca Pé de Manacá

**Show** Zélia Duncan

Foto: Ale Catan

Show

ZÉLIA DUNCAN #BailãoZD

Show cujo mote é a festa, com repertório recheado de composições próprias, canções de seu repertório afetivo e hits colecionados em sua trajetória de sucesso, entre elas *Catedral*, *Alma*, *Nos Lençóis Desse Reggae*, *Lá Vou Eu*. No palco, a cantora e compositora é acompanhada por Ézio Filho (direção musical e baixo), Webster Santos (violão, guitarra e cavaco), Léo Brandão (teclado e acordeon), Christiano Galvão (bateria), Senhorita Paola (vocaís) e Luanah Jones (vocaís).

Dia 7, quinta, 20h
Ginásio.

● R\$15,00

■ R\$25,00

▲ R\$50,00

16

TEATRO

Espetáculo

FULANO E SICRANO**Com Cia Etc e Tal**

A dupla de comédicos Alvaro Assad e Marcio Moura usa a linguagem dos quadrinhos e da animação para pegar o espectador de surpresa, colocando no palco o humor que é retirado das situações mais banais. Cenas escolhidas do cotidiano e impregnadas de uma linguagem particular, que mesclam situações cômicas, “gromelô,” mímica e a pantomima literária. Os atores se revezam em diferentes fulanos e sicranos, imprimindo na cena a característica mais forte da Cia. Etc e Tal, a precisão da linguagem gestual em sintonia com a comédia popular. Duração: 75 min.

**Dia 2, sábado,
20h**

Circo. Grátis

16

Espetáculo

AQUI JAZZ BILLIE**Com Renata Baptista e Miler Ezequiel**

O espetáculo narra a história de Billie Holiday, sua biografia, suas conquistas profissionais como cantora e também suas perdas, a dependência química, o racismo e o machismo, vivenciados desde menina. O fio condutor desta jornada são as músicas interpretadas em cena, história de uma mulher negra que vive a história de muitas mulheres negras, de luta constante contra o racismo e o machismo. Duração: 60 min.

**Dia 9, sábado,
20h**

Nave Cultural.

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

16

**Teatro** Aqui Jazz Billie

TEATRO

Espetáculo

VACA**Com Bruna Betito**

O espetáculo é um solo teatral que parte do universo das amantes - ou da condição das amantes ao longo da história: essa figura transgressora e indissociável ao casamento, condenada e sem direito de defesa. É a saga e peregrinação de uma mulher que está em constante busca pela identidade para a qual foi destinada.

Duração: 60 min.

**Dia 16,
sábado, 20h**

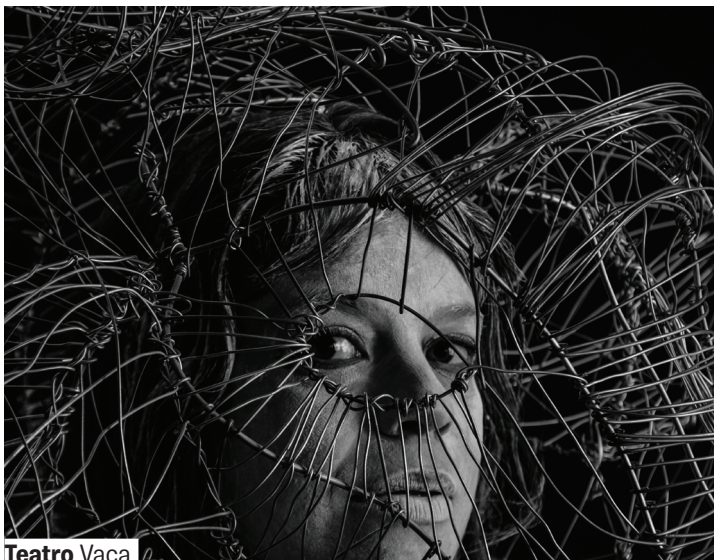
Nave Cultural.

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

18



Teatro Vaca



Teatro Vienen Por Mí

Foto: Hugo Faz

Espetáculo

VIENEN POR MÍ**Com Fábria Mirassos**

Questionando preconceitos e estereótipos, ao mesmo tempo que enfrentando as contradições de ser um corpo travesti, *Vienen por Mí* transita com delicadeza em meio a um mundo barbaramente misógino. Acidez, humor e sensualidade são ingredientes de um prato que se come frio, como toda estratégica vingança. Mas *Vienen por Mí* surpreende também porque acrescenta a esse preparo, o amor. O amor travesti. Duração: 50 min.

Dia 23, sábado, 20h

Nave Cultural.

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

16

DANÇA

Espetáculo

FANDANGO A CÉU ABERTO**Com Cia Oito Nova Dança**

O trabalho propõe um olhar contemporâneo para uma manifestação cultural em risco de extinção: o fandango caiçara. A dança e a música oferecem o trânsito entre tradição cultural e arte contemporânea, aproximando-as do espaço urbano, mantendo aspectos essenciais do fandango original, como o bailado, o batido e a noção de mutirão e convida o público para dançar um “fandango a céu aberto.”

Dia 30, sábado, 20h

Circo. Grátis

16

Cursos, Oficinas e Encontros

TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina

JOGOS LIVRES

Com educadora em tecnologias e artes

Espaço aberto para brincar com jogos digitais de ação, construção, jogos de tabuleiro, quebra cabeças, entre outros. Explore e brinque com jogos de maneira fácil e divertida!

Sextas, 18h30 às 20h30.

Exceto dia 29/3

Espaço de Tecnologias e Artes. Atividades independentes. Crianças até 10 anos devem estar acompanhadas de um adulto de referência. Grátis

Curso

DO DIGITAL AO ANALÓGICO: DISCOTECAGEM PARA INICIANTES

Com as DJ's Juliana Gil e Maah Fernandes

A partir das facilidades que as controladoras digitais trazem para a prática da discotecagem, serão apresentadas algumas técnicas e conceitos para, posteriormente, experimentá-los na forma mais tradicional, os toca-discos de vinil! Se você tem vontade de conhecer mais sobre esse universo e experienciar essa prática, esse curso é pra você.

**6 a 27/3, quartas,
18h30 às 20h30**

Espaço de Tecnologias e Artes. Atividade continuada. Vagas limitadas. Inscrições em centralrelacionamento.sescsp.org.br. Grátis. 16 anos



Curso Do Digital ao Analógico: Discotecagem para Iniciantes



Vivência Conexão Amazônia, Cerrado e Mata Atlântica

Foto: Cibele Alves

Oficina

CONEXÃO: AMAZÔNIA, CERRADO E MATA ATLÂNTICA

Com as artesãs Jéssica Terra e Lídice-Ba

Nessa oficina de biojoias, o público será apresentado aos biomas Amazônia, Cerrado e Mata Atlântica por meio de imagens e frutos secos. A oficina permitirá o contato com elementos de texturas e cheiros diferentes para nutrir a criatividade por meio da biodiversidade.

Dia 9, sábado, 14h

Espaço Vida.
Vagas limitadas.
Inscrições em centralrelacionamento.sescsp.org.br a partir de 1/3, às 14h.
Grátis. 12 anos

Oficina

DA PALMEIRA AO CORPO

Com as artesãs Jéssica Terra e Lídice-Ba

Nessa oficina, que busca unir criatividade, natureza e sustentabilidade, o público será apresentado ao fruto da palmeira do açaí, bem como ao seu bioma de origem: a Amazônia, além de explorar a importância da reutilização de suas sementes de maneira leve e didática.

Dia 10, domingo, 14h

Espaço Vida.
Vagas limitadas.
Inscrições em centralrelacionamento.sescsp.org.br a partir de 1/3, às 14h.
Grátis. 12 anos



Vivência Caminhos do Mel

Foto: Flávia Franco

MEIO AMBIENTE

Vivência

CAMINHOS DO MEL

Com agente de educação ambiental do Sesc

Nesta caminhada, além da troca de saberes sobre as abelhas nativas do Brasil e de seu importante papel ecológico na manutenção da biodiversidade, o público conhecerá uma moradora da Floresta Comestível, a abelha Jataí. É recomendado o uso de calçados fechados e leves para caminhada e não esqueça de levar uma garrafa com água.

Em caso de chuva, a atividade será remarçada.

**Dias 9, sábado,
e 24, domingo,
10h30**

Espaço Vida.
Inscrição no local,
com 30 min. de
antecedência.
A partir de 5 anos.
Crianças até 10
anos devem estar
acompanhadas
de um adulto
de referência.
Grátis

Roda de conversa

SALA VERDE: HORTA COMO ESPAÇO EDUCADOR

Com Liliane Barbosa, agente de educação ambiental, e Eveline Guttilla, agente de manejo de áreas verdes do Sesc Interlagos

Sala Verde é um ciclo formativo com profissionais da educação da rede municipal de ensino de Taubaté, que terão nesse ano o tema: a horta. Para a abertura desse encontro, vamos falar sobre as hortas como espaços educadores nas escolas.

**Dia 19, terça,
18h às 19h30**

Espaço Vida.
Atividade
direcionada aos
professores da
rede municipal
de ensino.
Grátis

ESPORTE E ATIVIDADE FÍSICA

Roda de conversa

MULHERES NA TRILHA: DESAFIOS, OPORTUNIDADES E CONQUISTAS

Com Fabiana Senna, idealizadora do grupo Mulheres na Trilha, e Thamires Begotti, educadora físicoesportiva do Sesc

Há mais mulheres fazendo trilha?

Essa será a questão guia dessa roda de conversa que pretende fomentar conexões entre mulheres e natureza e abordará o histórico da relação da prática da trilha com a participação das mulheres, que culturalmente são estimuladas a não participar dessa prática. Nesse diálogo, Fabiana apresentará a iniciativa *Mulheres na Trilha* e Thamires compartilhará suas experiências com trilhas no Vale do Paraíba.

Dia 22, sexta, 18h

Espaço Vida.

Vagas limitadas.

Grátis. Livre

Vivência

MULHERES NA TRILHA

Com Fabiana Senna, Camila Belo e Thamires Begotti

Bora fazer uma trilha? No mês de celebrações das conquistas das mulheres, o Sesc Taubaté realiza a Trilha da Ana Chata, exclusivamente para mulheres. A proposta é apoiá-las na prática da trilha e do trekking, compartilhando dicas e informações sobre as modalidades. Localizada no Monumento Natural Estadual da Pedra do Baú (MONA Pedra do Baú), uma unidade de conservação em São Bento do Sapucaí (SP), a trilha tem um percurso de 4 km. Em caso de chuva, a atividade será remarcada.

Dia 23, sábado, 7h às 16h

Saída do Sesc Taubaté.

Vagas limitadas.

Inscrições em centralrelacionamento.sescsp.org.br a partir de 5/3, às 14h.

Necessário o uso de calçados fechados e leves, roupas confortáveis, boné ou chapéu, protetor solar, repelente e garrafa com água. Grátis. 16 anos



Vivência Mulheres na Trilha



Oficina Quilling Avançado

Foto: Eureka Criações

TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina

QUILLING AVANÇADO

Com Eureka Criações

A técnica chamada *quilling* consiste em enrolar tiras de papel em espirais, valorizando diferentes tamanhos e formatos que unidos formam um desenho. Atualmente são usados papéis de diferentes gramaturas para dar forma a arte, desde que eles sejam moldáveis e coloridos nos dois lados. Neste curso serão feitos dois quadros utilizando filigranas de papel recortadas manualmente em tiras.

Dias 23 e 24, sábado e domingo, 15h às 18h

Espaço de Tecnologias e Artes.
Vagas limitadas.
Atividade continuada.
Inscrições em centralrelacionamento.sescsp.org.br a partir de 13/3, às 14h.
Grátis. 16 anos

Oficina

LAB ABERTO

Com educadora do Sesc Taubaté

O LAB Aberto é um programa no qual os participantes poderão colocar em prática suas ideias, utilizando as ferramentas, infraestrutura e monitoramento das educadoras do Sesc.

Para participar, basta preencher a ficha no Espaço de Tecnologias e Artes, durante o mês de março, inscrevendo seu projeto nas seguintes modalidades:

- a) artes visuais e artes gráficas;
- b) inteligência artificial e cultura digital;
- c) artesanaria e ofícios;
- d) audiovisual;
- e) técnicas construtivas.

**A partir de 5/4
até 30/8, sextas,
11h às 12h30**

Espaço de
Tecnologias e
Artes. Inscrições
no local durante
o mês de março.
Vagas limitadas.
Grátis. 14 anos

PROGRAMA JUVENTUDES

Destinado a adolescentes e jovens e, também, a profissionais interessados pelas discussões que permeiam esse universo etário, tem como base as diretrizes de reconhecimento dos territórios e acolhimento das juventudes por meio da criação de diálogos e trocas, a promoção da formação de vínculos, o respeito a diversidade cultural e a valorização da participação juvenil na construção e na condução das ações. Atua com foco na promoção do exercício da autonomia, na desconstrução de estereótipos e preconceitos em relação às juventudes, no desenvolvimento das potencialidades juvenis e na ampliação do universo cultural. **Terças e quintas, 18h às 21h.**

Interessados devem fazer pré-inscrição na Central de Atendimento e aguardar contato dos nossos educadores. Grátis. 13 a 29 anos

Esporte e Atividade Física

Vivência

RECREAÇÃO AQUÁTICA

Com educadoras(es) do Sesc

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

Atividade sujeita à alteração conforme capacidade da piscina.

Sábados,
domingos
e feriados,
16h às 16h30

Piscina.
Necessário
credencial
plena e exame
dermatológico
válidos. Grátis.
Livre

Vivência

RECREAÇÃO EM FAMÍLIA

Com educadoras(es) do Sesc

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

Atividade sujeita à alteração conforme capacidade da piscina.

Sábados,
domingos e
feriados, 15h
às 16h

Campo Society 1.
Grátis. Livre

Vivência

PRÁTICAS CORPORAIS - RITMOS

Com educadoras(es) do Sesc

Práticas cuja expressividade corporal rítmica é elemento de destaque enquanto representatividade de determinada cultura.

O ritmo e as técnicas corporais podem estar ligadas a atividades milenares, desde o caráter sagrado, até a busca da vitalidade e saúde, construções coreográficas com caráter coletivo e expressivo, integrando corpo e movimento, indivíduo e coletivo.

Dias 2, 9 e 30,
sábados, 10h30
às 11h30

Sala Corpo e
Expressão.
Vagas limitadas.
Grátis. 12 anos



Vivência Recreação em Família



Foto: Marco Pires

Bate-papo e apresentação Pole Sport

Bate-papo e vivência

POLE SPORT

Com a atleta Serena Pires, campeã mundial (World Pole Sport IPSF) e brasileira de Pole Sport

Pole Sport é um esporte que vem ganhando espaço e reconhecimento e consiste em movimentos de força em uma barra.

Neste bate-papo, a atleta Serena Pires contará um pouco sobre sua trajetória e os desafios da modalidade e convidará o público para uma experimentação.

Dias 16 e 17, sábado e domingo, 10h30 às 11h30, 11h30 às 12h30, 14h às 15h e 15h às 16h

Ginásio.

Vagas limitadas.

Grátis. 12 anos

Vivência

MOMENTO ZEN: MOVIMENTO CONSCIENTE

Com educadoras(es) do Sesc

Em uma proposta que envolve música, meditação e respiração no formato circular que tem como finalidade a integração do grupo com o espaço, tempo e um com o outro.

Dia 3, domingo,
10h30 às 11h30
Ginásio.
Vagas limitadas.
Grátis. 12 anos

Vivência

MOMENTO ZEN: MOVIMENTO CONSCIENTE DA POSTURA

Com educadoras(es) do Sesc

A coluna vertebral é uma das partes mais vitais do corpo humano, apoiando o tronco e garantindo nossa sustentação. A coluna vertebral é o eixo central do nosso corpo. Nesta prática vamos aprender a cuidar melhor dela.

Dia 10, domingo,
10h30 às 11h30
Ginásio.
Vagas limitadas.
Grátis. 12 anos

Vivência

PRÁTICAS CORPORAIS: DANÇA DO VENTRE

Com Jú Marconato, fisioterapeuta e profissional de dança do ventre

Neste encontro vamos trabalhar movimentos da dança do ventre com um olhar terapêutico, voltado para conexão com o ventre, criatividade e receptividade.

Dia 23, sábado,
10h30 às 12h
Ginásio.
Vagas limitadas.
Grátis. 12 anos



Vivência Práticas Corporais: Dança do Ventre



Foto: acervo pessoal

Vivência Momento Zen: Dança Meditativa

Vivência**MOMENTO ZEN: DANÇA MEDITATIVA**
Com Jú Marconato, fisioterapeuta e
profissional de dança do ventre

O círculo, o infinito, a onda e as espirais são movimentos que integram a técnica da dança e serão desenhados no corpo e espaço. A atividade será finalizada com uma meditação integrando corpo-mente-emoções.

Dia 24, domingo,
10h30 às 12h
Ginásio.
Vagas limitadas.
Grátis. 12 anos

Vivência**MOMENTO ZEN: MOVIMENTO**
CONSCIENTE DO QUADRIL
Com educadoras(es) do Sesc

Essa articulação nos permite andar, pular e correr. Sustenta o peso do corpo e faz a importante ligação com os membros inferiores, sendo um alicerce para a coluna. Nesta prática, vamos explorar as possibilidades desta articulação tão importante para o movimento humano.

Dia 31, domingo,
10h30 às 11h30
Ginásio.
Vagas limitadas.
Grátis. 12 anos

Vivência

**DE BIKE ESPECIAL MOBILIDADE URBANA
Com Renata Falzoni, ciclotivista,
e educadores do Sesc**

Atividade que busca incentivar o uso da bicicleta como meio de transporte e lazer. A cada passeio, será feito um percurso diferente buscando conhecer a cidade de Taubaté e seu entorno.

O trajeto passará por parques e praças da cidade, intercalado por intervenções da convidada especial do mês, a ciclotivista Renata Falzoni.

Percurso de aproximadamente 30 km.

Nível de dificuldade: intermediário.

**Dia 24, domingo,
8h às 12h**

Saída do Sesc Taubaté.

Vagas limitadas.

Inscrições a partir de 1/3, às 14h, em

bit.ly/debike_mar

Grátis. 12 anos.

Ação Formativa para Professores

**PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA
COMO QUALIDADE DE VIDA**

Com Douglas Andrade, professor e pesquisador da Universidade de São Paulo (USP)

Com o objetivo de fornecer subsídios para a equipe de educadores da Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Qualidade de Vida de Taubaté, Douglas Andrade, professor e pesquisador da USP, realiza esta ação formativa para profissionais de Educação Física desse órgão da administração pública municipal, numa ação em parceria com o Sesc Taubaté.

**Dia 8, sexta,
13h às 17h**

Nave Cultural.

Grátis. Livre

Ação Formativa para Professores

**RODAS, BRINQUEDOS E
BRINCADEIRAS NA ESCOLA**

Com Cia. Cultural Bola de Meia, que já recebeu os prêmios Itaú UNICEF, Asas, Areté, e Escola Viva, pelo Ministério da Cultura, e que atua com Cultura da Infância e Culturas Tradicionais

Com o objetivo de fornecer subsídios para o ensino metodizado nas escolas da rede municipal de ensino, a Cia. Cultural *Bola de Meia* realiza esta ação formativa para professores da Secretaria Municipal de Educação de Taubaté.

**Dia 14, quinta,
9h às 12h e**

14h às 17h

Ginásio.

Grátis. Livre

PROGRAMAS PERMANENTES

Com educadoras(es) do Sesc

A participação está sujeita à disponibilidade de vagas. Toda 1ª e 3ª quinta-feira do mês (em março, nos dias 7 e 21), a partir das 14h, as unidades oferecem as vagas disponíveis para inscrição, que só pode ser feita por quem tem a Credencial Plena válida. No aplicativo Credencial Sesc SP ou pelo site centralrelacionamento.sescsp.org.br, é possível filtrar a busca pela categoria Esporte e Atividade Física e por unidade. Se ainda houver vagas remanescentes após cinco dias, elas podem ser disponibilizadas para o público geral.

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

O Programa de Ginástica Multifuncional, também conhecido como GMF, é o programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos. Tem como objetivo promover uma prática adequada à expectativa e ao estilo de vida de cada pessoa, propondo exercícios que estimulam o desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras em um ambiente acolhedor.

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

Sala de ginástica.
12 anos.

Para maiores de 60 anos, valor reduzido no período das 9h às 18h (terça a sexta)



Sala de Ginástica

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

Programa de ensino e treino das modalidades esportivas pautado na educação e formação do cidadão, com metodologia específica adequada a cada faixa etária. Para inscrição, verifique informações na pág. 23 (Programas permanentes).

ESPORTE CRIANÇA - 3 A 6 ANOS

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

**Quartas e sextas,
9h às 10h**

Sala Corpo e Expressão. Grátis.
3 a 6 anos
Novo horário
(16h30 às 17h30)
a partir de 13/3,
com inscrição
on-line em 7/3

ESPORTE CRIANÇA - 6 A 10 ANOS

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

**Quartas e sextas,
15h30 às 18h**

Ginásio. Grátis.
6 a 10 anos

ESPORTE JOVEM - FUTEBOL

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

**Terças e quintas,
16h às 17h30**

Campo Society.
Grátis.
13 a 16 anos

ESPORTE PARA PESSOAS IDOSAS

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

**Terças e quintas,
14h30 às 15h30.**

**Quartas e sextas,
8h30 às 9h30**
Ginásio. Grátis.
60 anos

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

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. Para inscrição, verifique informações na pág. 23 (Programas permanentes).

INICIAÇÃO AO BADMINTON

**Terças e quintas,
18h às 19h30**

Ginásio. Grátis.
16 anos

INICIAÇÃO AO TÊNIS

Turma nova às terças e quintas, a partir de 12/3. Inscrição on-line no dia 7/3, quinta.

**Quartas e sextas,
19h às 20h30.****Terças e quintas
(turma nova),
20h às 21h30**

Quadra de Tênis.
Grátis. 16 anos

INICIAÇÃO AO FUTSAL FEMININO

Turma nova a partir de 13/3. Inscrição on-line no dia 7/3, quinta.

**Quartas e sextas,
18h30 às 20h**

Ginásio.
Grátis. 16 anos

INICIAÇÃO AO VÔLEI

Turma nova a partir de 12/3. Inscrição on-line no dia 7/3, quinta.

**Terças e quintas,
7h às 8h30**

Ginásio. Grátis.
16 anos

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

Prática que promove o aperfeiçoamento de habilidades na modalidade específica, a valorização do jogo e da competição, além dos valores que envolvem o esporte enquanto manifestação cultural. Indicado para pessoas que querem aperfeiçoar o conhecimento na modalidade esportiva. Incentiva a autonomia, o prazer pelo esporte e a melhoria da qualidade de vida. Para inscrição, verifique informações na pág. 23 (Programas permanentes).

CLUBE DA CORRIDA

**Terças e quintas,
7h15 às 8h30 e
19h às 20h30**
Ginásio. Grátis.
16 anos

CLUBE DO TÊNIS

Início de novas turmas: sábado, no dia 9/3, e domingo, no dia 10/3.
Inscrições no dia 7/3.

**Sábados, 9h
às 10h30.
Domingos, 9h
às 10h30**
Quadra de Tênis.
Grátis. 16 anos

PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

Com educadoras(es) do Sesc

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

Para inscrição, verifique informações na pág. 23 (Programas permanentes).

YOGA

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

Terças e quintas,
19h às 20h.

Quartas e sextas,
20h às 21h

Nave Cultural.
12 anos

GINÁSTICA PARA TODOS

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

Terças e quintas,
8h30 às 9h30.

Turma nova a
partir de 12/3,
terças e quintas,
16h às 17h,
com inscrições
no dia 7/3

Ginásio. Grátis.
16 anos



Práticas Corporais Yoga

PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS**Com educadoras(es) do Sesc**

Programa que desenvolve competências para possibilitar a segurança do praticante na água, o aprendizado dos nados, o condicionamento físico, a autonomia e o bem-estar. Tem como objetivo proporcionar o acesso ao meio aquático e promover uma relação positiva das pessoas com este ambiente. Para inscrição, verifique informações na pág. 23 (Programas permanentes).

PRÁTICAS AQUÁTICAS - ADULTO

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

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

PRÁTICAS AQUÁTICAS - 6 A 12 ANOS

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

**Terças e quintas,
15h30.**
Sábados, 11h30
Parque Aquático.
Grátis.
6 a 12 anos

CONDICIONAMENTO FÍSICO AQUÁTICO (CFA)

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

**Quartas e sextas,
10h, 16h e 19h.**
**Sábados e
domingos, 10h30**
Parque Aquático.
12 anos

Crianças



Foto: Mariana Rocha

Espectáculo De Férias no Sítio

Espectáculo

DE FÉRIAS NO SÍTIO

Com Cia Etc e Tal

Pedrinho sai em férias e tem um árduo caminho a percorrer até o sítio de sua avó, onde se envolve em hilariantes confusões ao sair para uma caçada em que depara-se com o arteiro Saci. Mímica, peripécias corporais e linguagem ágil para o público se divertir com essa versão livremente inspirada na obra de Monteiro Lobato. Duração: 45 min.

Dia 3, domingo, 16h30

Nave Cultural.

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

Grátis para crianças até 12 anos com retirada de ingresso.

Crianças até 10 anos devem estar acompanhadas por um responsável.

L

Espectáculo

O MISTÉRIO DO ILUSIONISMO

Com Dinny

O ilusionismo é uma categoria das artes mágicas e circenses que envolve diversas habilidades. Neste espetáculo, a ilusionista Diny, especialista em realizar ilusionismo misturando multimídia e tecnologia, apresentará números de pequeno e grande porte, interativos, com a plateia. Duração: 50 min.

Dia 10, domingo, 16h30

Circo. Grátis

L

Espectáculo

ELISA E OS CISNES SELVAGENS

Com Teatro por um Triz

Uma história de 12 irmãos que são expulsos de seu local de origem e ao migrarem para outro país enfrentam preconceitos. O espetáculo aborda questões como a intolerância e a importância do respeito e da aceitação do diferente.

A peça, criada a partir da linguagem do Teatro de Papel, utiliza cenários em pop-up, bonecos bi e tridimensionais, origami e sombras.

Duração: 50 min.

**Dia 17, domingo,
16h30**

Nave Cultural.

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

Grátis para crianças até 12 anos com retirada de ingresso.

Crianças até 10 anos devem estar acompanhadas por um responsável.

L



Espectáculo Elisa e os Cisnes Selvagens



Espetáculo Chapeuzim Vermelho e o Lobo Marrom

Foto: Dario Uzan

Espetáculo

CHAPEUZIM VERMELHO E O LOBO MARROM

Com Cia Articularte

Uma releitura do clássico infantil em um cenário elaborado e costurado com tecido de chita. Chapeuzim foge das armadilhas que o Lobo monta para capturar a menina, mas o Lobo Marrom acaba se enrolando todo em suas traquitanas. Uma diversão com o Lobo irreverente e provocador neste espetáculo de comédia e suspense.

Duração: 45 min.

**Dia 24, domingo,
16h30**

Nave Cultural.

● R\$10,00

■ R\$15,00

▲ R\$30,00

Grátis para crianças até 12 anos com retirada de ingresso.

Crianças até 10 anos devem estar acompanhadas por um responsável.

L

Espetáculo

SOLO PROTOCOLO

Com Ricardo Gadelha

O espetáculo criado a partir de improvisações realizadas no espaço público explora a interatividade e o engajamento da plateia para estabelecer uma atmosfera de jogo, entusiasmo e troca.

**Dia 31, domingo,
16h30**

Circo. Grátis

L

Contação de Histórias

AS LENDAS DE DANDARA

Com a Cia do Liquidificador

A história da guerreira e companheira de Zumbi dos Palmares, que luta à frente das formações de palmarinos dispostos a reconquistar a liberdade e a dignidade para si e seus irmãos escravizados.

**Dia 9, sábado,
16h30**

Gramado da Taba.
Grátis. Livre

Contação de Histórias

AS PIRATAS

Com a Cia do Liquidificador

Com mil raios e trovões! Senhores dos sete mares, os piratas são os mais temidos personagens das águas, com diversas histórias e lendas. Caça ao tesouro, lutas de espadas, papagaios, olho de vidro e perna de pau. A Cia do Liquidificador conta histórias das piratas mulheres que fizeram história, como as destemidas Grace O'Malley e Alwinda, uma pirata viking.

**Dia 23, sábado,
16h30**

Gramado da Taba.
Grátis. Livre



Contação de História As Piratas

Vivência

MASSAGEM INTUITIVA - SHANTALA E CONFEÇÃO DE PINDA CHINESA Com Pé de Brincadeira

Com toques suaves, pequenas cócegas, abraços e cafunés, convidamos os adultos a brincarem com suas crianças, aproveitando ao máximo esse momento especial. Confeccionaremos uma pinda chinesa, objeto para automassagem que auxilia nas massagens para alívio de dores e cólicas dos bebês.

Dias 2 e 3, sábado e domingo, 10h30 às 12h30

Taba. Vagas limitadas.

As crianças devem estar acompanhadas de um adulto de referência. Inscrições no local. Grátis. Até 6 anos.

Vivência

MINIMUNDOS - AMBIENTAÇÕES E CONSTRUÇÕES BRINCANTES Com Pé de Brincadeira

Usando como suporte grandes painéis, assadeiras, bacias, bambolês, caixas de madeira, caixas plásticas e tapetes, criamos minimundos explorando temas diversos: estações do ano, mundo animal e habitats (oceanos, montanhas, fazenda, jardins etc.), convidando gentilmente a criança para criar suas grandes aventuras.

Dias 16 e 17, sábado e domingo, 10h30 às 12h30

Taba. Vagas limitadas.

As crianças devem estar acompanhadas de um adulto de referência. Inscrições no local. Grátis. Até 6 anos.

Vivência

BRINCADEIRAS REFRESCANTES FECHANDO O VERÃO Com Pé de Brincadeira

Bacias e baldes serão os suportes principais para as brincadeiras refrescantes. Águas coloridas, com ervas, gelinhos, brinquedos congelados, esponjas, colheres, peneiras e tantas outras possibilidades, garantindo momentos de alegria e, porque não dizer, nostalgia para os adultos, remetendo às lembranças de brincadeiras de quintal, banhos de mangueira e bacias de alumínio na casa dos avós.

Dia 30, sábado, 10h30 às 12h30 e 14h30 às 15h30

Gramado da Taba. Vagas limitadas.

As crianças devem estar acompanhadas de um adulto de referência. Inscrições no local. Grátis. Até 6 anos

QUINTAL DE EXPERIMENTAÇÕES

Oficinas, vivências e brincadeiras que contemplam as linguagens: música, literatura, circo, dança, artes visuais, cinema e jogos e brincadeiras, com o intuito de proporcionar momentos de experimentação para as crianças através do lúdico.

Oficina

LIVRE CRIAÇÃO COM ARGILA

Com educadoras(es) do Sesc

Vamos soltar a nossa imaginação?

Você já olhou para um objeto e/ou um material e pensou: "*com isso eu consigo construir algo bem legal?*". Pois bem, esse é o espaço certo para você experimentar, criar, recriar, dar formas e utilidades para as coisas.

Nessa atividade vamos utilizar a argila. Mãos à obra.

Dias 3 e 17, domingos, 10h30 às 12h

Espaço de Tecnologias e Artes. Vagas limitadas. Crianças menores de 10 anos devem estar acompanhadas de um adulto de referência. Grátis. 7 a 12 anos

Oficina

LIVRE CRIAÇÃO COM PAPELÃO

Com educadores do Sesc

Vamos soltar a nossa imaginação?

Papéis, giz, tinta, durex colorido, pincel, barbantes e outros materiais estarão disponíveis nesse espaço de experimentações com papelão.

Dias 30 e 31, sábado e domingo, 10h30 às 12h

Taba. Vagas limitadas. Crianças menores de 10 anos devem estar acompanhadas de um adulto de referência. Grátis. 7 a 12 anos



Espetáculo Livre Criação com Argila

Oficina

ACOLHIMENTO DAS FAMÍLIAS DOS CURUMINS

Com educadoras(es) do Sesc

Momento para conhecer um pouco mais as novas famílias e integrá-las ao grupo.

Um café com pitadas de informações sobre o programa e a condução dos educadores.

**Dia 2, sábado,
10h às 12h**

Espaço Vida e Ginásio. Grátis.

Para familiares das crianças inscritas no Curumim.

Bate-papo

CURUMIM FAMÍLIA - SEGURANÇA NA INTERNET

Com educadoras(es) do Sesc

Uma conversa sobre segurança na internet com pais e responsáveis pelas crianças inscritas no programa Curumim e a condução dos educadores.

**Dia 14, quinta,
19h às 21h, e
dia 16, sábado,
10h30 às 12h30**

Taba. Grátis.

16 anos

Oficina

IDENTIDADE AUTORRETRATO CURUMIM

Com o arte-educador Jardélio Alves

Dando continuidade na proposta da construção de identidade do grupo, essa oficina traz o objetivo de confeccionar, com pedaços de madeira, um autorretrato de cada criança.

**Dias 7 e 8, quinta
e sexta, 8h às 10h
e 14h às 16h**

Taba. Grátis.

7 a 12 anos.
Para crianças inscritas no Curumim.

Oficina

RECONHECENDO EMOÇÕES

Com Ana Luiza, psicóloga e psicanalista

Atividade que aborda o reconhecimento das emoções e dos sentimentos com as crianças inscritas no Programa Curumim.

**Dias 19, terça,
21, quinta, e 26,
terça, 8h às 10h
e 14h às 16h**

Taba. Grátis.

7 a 12 anos.
Para crianças inscritas no Curumim.

CURUMIM

O Curumim é um programa gratuito, destinado às crianças de 7 a 12 anos, tem por objetivo o desenvolvimento integral e atua na perspectiva da educação não formal. Tem como valores a autonomia, a ludicidade, a convivência, a experimentação, a cooperação e o protagonismo. As crianças são acompanhadas por uma equipe de educadoras e educadores.

Saiba mais em sescsp.org.br/curumim

Pessoas Idosas

Curso

EXPERIMENTAÇÃO MUSICAL

Com Alexandre Freitas, músico

Momento de experimentação e aprendizado onde será possível contato com instrumentos musicais e aulas de canto, promovendo integração, sociabilização, superação e descoberta de potencialidades.

Quintas, 15h
às 17h

Nave Cultural.
Inscrições em
centralrelaciona-
mento.sescsp.
org.br. Vagas
limitadas. Grátis.
60 anos

Cinema

CHEGA DE SAUDADE

Brasil / 2008 / 92 min / Drama / Dir.: Laís Bodanzky / Roteiro: Laís Bodanzky, Luiz Bolognesi. A trama começa ainda com a luz do sol, quando o salão abre suas portas, e termina ao final do baile, pouco antes da meia-noite, quando o último frequentador desce a escada. Mesclando comédia e drama, o filme aborda o amor, a solidão, a traição e o desejo, num clima de muita música e dança. Bate-papo após a exibição.

Dia 15, sexta, 14h

Retirada de
ingressos na
Central de
Atendimento
com 30 min. de
antecedência.
Vagas limitadas.
Nave Cultural.
Grátis. 60 anos

Oficina

ALPHABYTE: LETRAMENTO DIGITAL

Com educadoras do Sesc

Curso permanente de alfabetização digital voltado para o público idoso, com pouca ou nenhuma familiaridade com as tecnologias digitais. As aulas, teóricas e práticas, abordam conceitos e ferramentas relacionados, principalmente, ao uso de computadores e celulares.

Quintas, 9h15 às
10h30, e quartas,
15h às 16h

Espaço de
Tecnologias e
Artes. Atividade
continuada.
Inscrições em
centralrelaciona-
mento.sescsp.
org.br. Vagas
limitadas. Grátis.
60 anos



Exibição Chega de Saudade



Show Um Baile de Bambas

Show

UM BAILE DE BAMBAS

Com Caverna e banda

Show que propõe inclusão e interação entre todos os públicos, ativa memórias afetivas através de melodias que já fazem parte do imaginário popular, muito samba, sambajazz e ritmos diversos, com guitarra, trombone. Efeitos e loops eletrônicos trazem a música instrumental popular, com temas autorais e de grandes nomes da música brasileira em parceria com o trombonista Ezeq Bone.

**Dia 26, terça,
15h às 16h30**

Circo. Grátis.
60 anos

Encontro

PONTO DE ENCONTRO

Com responsável do programa TSI

Apresentação e discussão da programação do Trabalho Social com Idosos e momento de interação entre os participantes. Realização de atividades com temas de interesse do público idoso, sendo da área da saúde e bem-estar.

**Dia 27, quarta,
14h às 15h**

Nave Cultural.
Para participantes
do programa
Social com
Pessoas Idosas
do Sesc Taubaté.
Grátis. 60 anos



Passeio Sítio Asas do Pinhal

Foto: Iracélis Fátima de Moraes

Passeio

SÍTIO ASAS DO PINHAL

Com Iracélis Fátima de Moraes

Neste passeio os participantes terão uma experiência prática na área rural de Pindamonhangaba com plantas medicinais e aromáticas. Será feita uma demonstração da extração de óleo essencial e hidrolato, além de uma vivência olfativa dos óleos essenciais produzidos no sítio.

**Dia 22, sexta,
8h às 13h30**

Vagas limitadas.

Inscrição na
Central de
Atendimento
de 1 a 5/3.

Sorteio em 6/3,
com divulgação
dos inscritos
em 7/3.

Para participantes
do programa
Social com
Pessoas Idosas
do Sesc Taubaté.
Grátis. 60 anos

ESPORTE PARA PESSOAS IDOSAS

Veja na página 24.

**Terças e quintas,
14h30 às 15h30.**

**Quartas e sextas,
8h30 às 9h30**

TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS

Por meio de suas ações, o programa TSI, criado em 1963 pelo Sesc São Paulo, estimula a reflexão sobre o envelhecimento e a longevidade, a construção de conhecimentos, a desconstrução de estereótipos e preconceitos, os cuidados com a saúde e a sociabilização. Saiba mais em sescsp.org.br/tsi

Turismo Social

Passeio

ILHA DIANA - SANTOS (SP)

Os primeiros moradores da Ilha Diana chegaram na década de 1940, vindos da região onde hoje está a Base Aérea de Santos. Hoje são cerca de 55 famílias, sendo que algumas ainda vivem da pesca artesanal e coleta de mariscos. A comunidade encanta pela sua simplicidade e modo de vida, onde casas de madeira e embarcações atracadas convivem em harmonia com famílias de caranguejos e aves do manguezal. Este roteiro é um convite ao conhecimento das tradições caiçaras, passadas pela comunidade por meio de demonstrações do seu dia a dia e um gostoso bate-papo.

Dia 23, sábado

Saída às 6h.
Retorno previsto às 18h. Inscrição em sescsp.org.br/taubate a partir de 1/3, às 14h, até 5/3. Sorteio: 6/3
Divulgação dos inscritos: 7/3, a partir das 17h.
Pagamento de 12 a 14/3, na Central de Atendimento.
Valor por pessoa:
● R\$110,00
▲ R\$165,00
Livre

Excursão

ENTRE A SERRA E O MAR - SESC BERTIOGA (SP)

Localizado entre a Mata Atlântica e o mar, o Centro de Férias Sesc Bertiooga possui vocação natural para o desenvolvimento de ações socioambientais, nas quais a biodiversidade e a cultura local são abordadas por meio de passeios, vivências e oficinas que buscam aliar o descanso e o divertimento à descoberta e ao conhecimento. Inclui pensão completa e hospedagem no Sesc Bertiooga.

30/4 a 3/5, terça a sexta

Inscrição em sescsp.org.br/taubate a partir de 5/3, às 14h, até 8/3. Divulgação dos sorteados: 12/3, a partir das 17h. Pagamento de 13 a 16/3, na Central de Atendimento. Valor por pessoa em apto. duplo:
● R\$510,00
▲ R\$1.310,00
Livre



Passeio Ilha Diana

AGENDA DE DESTAQUES

TERÇA

QUARTA

QUINTA



5

Jovens
Programa
Juventudes

6

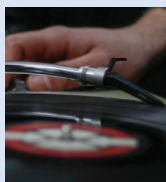
Pessoas Idosas
Alphabyte

Cursos e Oficinas
Discotecagem
para Iniciantes

7

Pessoas Idosas
Experimentação
Musical

Música
Show
Zélia Duncan



12

Jovens
Programa
Juventudes

13

Pessoas Idosas
Alphabyte

Cursos e Oficinas
Discotecagem
para Iniciantes

14

Pessoas Idosas
Experimentação
Musical



19

Meio Ambiente
Sala Verde:
Horta Como
Espaço Educador

20

Pessoas Idosas
Alphabyte

Cursos e Oficinas
Discotecagem
para Iniciantes

21

Pessoas Idosas
Experimentação
Musical



26

Pessoas Idosas
Um Baile de
Bambas

27

Pessoas Idosas
Ponto de Encontro

Cursos e Oficinas
Discotecagem
para Iniciantes

28

Pessoas Idosas
Experimentação
Musical

SEXTA

1**Cursos e Oficinas**
Jogos Livres**Música**Banda
Voodoooman

8**Música**Grupo de
Forró de Rabeca
Pé de Manacá

15**Pessoas Idosas**Exibição
Chega de Saudade**Música**Grupo Vocal
Cantrix

22**Esporte e
Atividade Física**

Mulheres na Trilha

MúsicaCantautoras
do Vale

29**UNIDADE
FECHADA**

SÁBADO

2**Esporte e
Atividade Física**
Ritmos**Teatro**

Fulano e Sicrano

9**Meio Ambiente**
Caminhos do Mel**Teatro**

Aqui Jazz Billie

16**Esporte e
Atividade Física**
Pole Sport**Teatro**

Vaca

23**Esporte e
Atividade Física**
Dança do Ventre**Teatro**

Vienen Por Mí

30**Esporte e
Atividade Física**
Ritmos**Dança**Fandango a
Céu Aberto

DOMINGO

3**Esporte e
Atividade Física**
Momento
Consciente**Crianças**

De Férias no Sítio

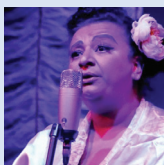
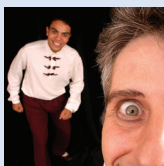
10**Meio Ambiente**
Oficina
Da Palmeira
ao Corpo**Crianças**O Mistério do
Ilusionismo

17**Esporte e
Atividade Física**
Pole Sport**Crianças**Elisa e Os Cisnes
Selvagens

24**Meio Ambiente**
Caminhos do Mel**Crianças**Chapeuzim
Vermelho e o
Lobo Marrom

31**Esporte e
Atividade Física**
Movimento
Consciente do
Quadril**Crianças**

Solo Protocolo



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 sesc.tv.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

Central de Atendimento

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

Loja Sesc

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

Estacionamento

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

Bicicletário

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

Comedoria

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

Brigada de Incêndio

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

Parque Aquático

Terça a sexta, 9h às 21h30; sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Acesso somente para quem possui a Credencial Plena do Sesc e exame dermatológico válido. Horário de raia livre para prática de natação: terça e quinta, 9h às 10h, 12h às 15h, 17h às 18h30 e 20h30 às 21h30; quarta e sexta, 11h30 às 15h30, 17h30 às 18h30 e 20h30 às 21h30; sábado, 13h às 14h; domingo e feriado, 12h às 14h.

Exame Dermatológico

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

Vestiários

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

Ginásio

Neste mês, uso exclusivo para cursos e atividades dirigidas.

Complexo Esportivo

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

Empréstimo de Material Esportivo

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

Taba - Tênis de Mesa

Terça a sexta, 18h às 21h30, exceto 14/3, quinta. Sábados e domingos: 13h30 às 18h30.



Odontologia

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

SESC TAUBATÉ

Av. Eng. Milton A. Peixoto, 1264

Tel.: 12 3634-4000

   /sesctaubate

sescsp.org.br/taubate

faça sua
credencial
sesc

