



Fevereiro 2025

Sesc Bertioga

Guia de Programação

Sesc



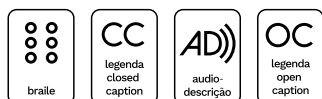
Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

L	AL	14	A14	14 anos
10	A10	16	A16	16 anos
12	A12	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.

Crédito da foto da capa:
Taygoara Schiavinoto.

Funcionamento

Terça a sábado, 8h às 19h.
Domingo, 8h às 18h.

#Domingou

Programação aberta e gratuita para todos os públicos.

Em março, disponível nos dias 9 e 30, das 14h30 às 18h.

Acesso mediante apresentação da credencial (Plena/MIS/Atividade) ou documento com foto.

Para acessar o parque aquático e brinquedo aquático, obrigatório a apresentação da credencial plena na entrada



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

Estacionamento

A permanência do veículo é permitida somente durante o horário de funcionamento da unidade. Consulte os valores atualizados na Central de Atendimento.

Preços

- **Credencial Plena:** Pessoa trabalhadora do comércio de bens, serviços e turismo credenciada no Sesc e dependentes.
- **Meia Entrada:** Pessoa aposentada, com mais de 60 anos, com deficiência, estudante e servidora de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**

6	Reserva Natural Sesc Bertiooga
15	Cinema
16	Cursos, Oficinas e Encontros
22	Esporte e Atividade Física
28	Crianças
29	Pessoas Idosas
31	Turismo Social
32	Agenda de Destaques

Editorial

Mais um fevereiro se aproxima e, com ele, o Sesc Bertiooga retoma grande parte das programações abertas à comunidade.

Com a volta dos programas esportivos, é tempo de correr para as aulas de Ginástica e pôr em prática os desejados planos de cuidar do corpo integralmente em 2025. Além das modalidades usualmente oferecidas pela unidade, também iniciaremos um grupo de Futsal Feminino, disponibilizando um local seguro para que mulheres possam se iniciar nesse esporte.

Também é neste mês que acontecem as inscrições para os Ateliês de Criação, projeto de iniciação artística em Artes Visuais, que oferecerá cursos de Costura, Pintura, Tecelagem, Bordado, Joalheria, Marcenaria, Entalhe em Madeira e Azulejaria.

Já para os amantes de Literatura, é hora de embarcar nas próximas edições do Cais das Letras, que oferecerá práticas de Escrita Criativa em aulas pontuais e cursos processuais.



Oficina Captação de Água: Construindo uma Mini Cisterna

Pensa que é tudo?

Aqui bem pertinho da unidade, na Reserva Natural Sesc Bertiooga, você poderá vivenciar a imersão na floresta através de caminhadas ou só participar de aulas especiais que propõem reflexões sobre sustentabilidade de maneira ora descontraída, ora sistemática.

De Brinquedos Tradicionais dos Povos do Mar a Construção de Mini - Cisternas, que ensinam os princípios fundamentais para captação de água da chuva, a Reserva Natural garante uma ampla oferta de atividades a públicos diversos.

Tudo isso e muito mais você descobrirá nas próximas páginas deste caderno.

Boa leitura!



Reserva Natural Sesc Bertioga

Localizada a 700 metros da entrada do Centro de Férias, a Reserva Natural é um espaço ao ar livre que protege uma área de mais de 600 mil metros quadrados de floresta de Mata Atlântica, dentro da cidade de Bertioga. Com recursos de acessibilidade, proporciona a todas as pessoas encontros com a natureza e suas relações. Você pode conhecer e aproveitar os espaços como o Jardim das Brincadeiras, a Trilha do Sentir e a Trilha do Tucum, ouvir o som dos pássaros e outros animais, sentir o vento ou simplesmente relaxar. É aconselhável vestir roupas leves, tênis e boné. Levar repelente, protetor solar e garrafinha de água. Menores de idade devem estar sempre acompanhados por um responsável. De terça à domingo, 8h30 às 17h30.



Reserva Natural Sesc Bertioga

Junior Castro

ATENDIMENTO PARA GRUPOS

O atendimento a grupos da Reserva Natural Sesc Bertioga é uma oportunidade para que grupos organizados como escolas, universidades, organizações não governamentais, empresas e instituições diversas, possam realizar uma visita aos espaços.

O atendimento a grupos pode ser realizado através de pré agendamento em bit.ly/agendamentogrupos

Outras informações pelo e-mail: atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br.



Vivência

MEMÓRIAS E ERVAS: BANHOS E CHÁS

Com Agentes de Educação Ambiental

Ervas medicinais são plantas populares ou cientificamente utilizadas para fins terapêuticos. Algumas espécies são mais conhecidas do que outras e seu uso e eficiência são diversos. Conhecer fontes confiáveis de informação é o primeiro passo para um bem-estar de fato saudável e seguro. Venha conhecer e conversar sobre esse universo botânico do conhecimento tradicional e da divulgação científica.

Dias 5, 12, 19 e 26. Quartas, 10h
Reserva Natural,
Espaço Guanandi.
Grátis.

L

Vivência

JARDIM BRINCANTE

Com Agentes de Educação Ambiental

O Jardim das Brincadeiras é especialmente preparado com materiais como utensílios de cozinha, cestas, tecidos e elementos naturais, para que crianças e adultos possam brincar ao ar livre e junto com a natureza. É recomendado o uso de roupas confortáveis, protetor solar e repelente.

Dias 5, 12, 19 e 26. Quartas, 15h30.
Reserva Natural,
Jardim das
Brincadeiras.
Grátis.

L

Vivência

CAMINHADA AO PÉ DA ÁRVORE

Com Agentes de Educação Ambiental

Ao percorrer a Reserva Natural Sesc Bertioiga as pessoas identificam algumas das espécies que compõem a arborização local. A partir de suas características e curiosidades, descubra-se a importância de cada uma, com ênfase nas plantas da Mata Atlântica, uma das regiões do mundo mais ricas em biodiversidade.

Dias 6, 13, 20 e 27. Quintas, 9h.
Reserva Natural,
Trilha do Sentir.
Grátis.

L

Vivência

BRINCANDO DE SARAU

Com Agentes de Educação Ambiental

Debaixo da sombra de uma árvore, bebês e crianças são estimulados a darem asas à imaginação. Através da observação da natureza, é possível expressar muitas formas de arte. Entrar no ritmo da música, cantar, dançar, desenhar, ouvir e contar histórias, o mais importante aqui é fortalecer o cuidar uns dos outros e do planeta.

Dias 6, 13, 20 e 27. Quintas, 16h.
Reserva Natural,
Jardim das
Brincadeiras.
Grátis.
De 3 a 6 anos.



Bate-papo Sementes da Mata

Fotomativa

Bate-papo

SEMENTES DA MATA

Com Agentes de Educação Ambiental

Quantas sementes da Mata Atlântica você conhece? Durante esse bate-papo são apresentadas algumas espécies presentes nesse bioma tão apaixonante e diverso. O público também pode contar suas próprias recordações, além de conhecer curiosidades, formas de uso e outras histórias sobre sementes e árvores.

Dias 7 e 21.

Sextas, 10h.

Reserva Natural,
Espaço Guanandi.
Grátis.



Oficina

BRINQUEDOS TRADICIONAIS

DOS POVOS DO MAR

Com Agentes de Educação Ambiental

A cultura dos povos do mar é rica em costumes e tradições e faz parte da história do Brasil. Para além da forma de habitar o planeta e sua relação com a natureza, as brincadeiras integram essa história, que é passada de geração em geração. De uma forma divertida e criativa, esta atividade propõe conhecer a importância desses povos, valorizar seus modos de vida e preservar sua tradição para manter as culturas vivas.

Dias 7, 14 e 28.

Sextas, 15h30.

Reserva Natural,
Jardim das
Brincadeiras.
Grátis.



NOSSOS PARQUES, NOSSO QUINTAL

Iniciativa da gestão do Parque Estadual Restinga de Bertioiga e do Parque Estadual Serra do Mar - Núcleo Bertioiga, junto às Associações Locais de Monitores Ambientais Autônomos - AMOLB e ABECO com o apoio do Sesc Bertioiga.

Todos os meses acontecem visitas gratuitas e monitoradas, a uma das trilhas dos Parques Estaduais. O objetivo é ampliar o diálogo com a comunidade local de Bertioiga, utilizando o conhecimento e a troca de experiência como ferramentas para a conservação da natureza, ampliando a visibilidade e o entendimento sobre o que são as áreas protegidas, sua importância e os serviços ambientais prestados por elas.

Vivência

TRILHA DO GUARATUBA

Já imaginou andar em uma floresta preservada cercado (a) pelo verde da natureza, e nesta trilha se deparar com um lindo poço verde de águas cristalinas? No passeio, os participantes fazem uma caminhada em trilha plana, de fácil acesso e ao final da trilha, podem se banhar. Para participar da atividade, é obrigatório o uso de tênis. Menores de idade devem estar acompanhados de um responsável legal. Recomenda-se usar roupas confortáveis, levar água, alimento leve, repelente, protetor solar e chapéu. Distância total: 10 km. Duração: 6h.

Dias 1, 8, 15 e 22. Sábados, 9h30.

Ponto de Encontro: entrada da trilha do Guaratuba (Rua P Um, do Loteamento Costa do Sol - Guaratuba). Inscrições 1h antes. Em caso de chuva a atividade poderá ser cancelada. Grátis.

10



Vivência Trilha do Guaratuba

Oficina

COLAGEM BOTÂNICA

Com Agentes de Educação Ambiental

Nessa oficina, utilizando materiais como a colagem, a pintura, a escrita ou a sobreposição dessas e outras formas de arte, é possível se encantar pela natureza através do papel.

Dias 8 e 22.

Sábados, 10h.

Reserva Natural,
Espaço Teiú.

Grátis.

Vagas limitadas,
inscrições 30
min antes.

12

Oficina

CAPTAÇÃO DE ÁGUA DA CHUVA:

CONSTRUINDO UMA MINI CISTERNA

Com Florar Educação & Sustentabilidade

Será confeccionado uma mini cisterna para captação de água de chuva, preconizando a utilização de tecnologias sociais em seu processo de construção. O curso tem por objetivo facilitar a compreensão dos princípios fundamentais para captação de água de chuva e a montagem de um sistema de 250 litros.

Dias 8 e 9.

**Sábado e
domingo, 14h.**

Reserva Natural,
Espaço Teiú.

Grátis.

Vagas limitadas,
inscrições 30
min antes.

14

Oficina

CADERNO DE FLORESTA

Com Agentes de Educação Ambiental

Traga um caderno que está sem uso em casa e venha testar uma nova forma de olhar e registrar sentimentos e sensações que o corpo e a mente observam ao estar em contato com a natureza. Com uma folha de papel e uma caneta, mas também com a ajudinha de um lápis de cor e alguns outros materiais, é possível se conectar com a natureza. Encontros independentes.

Domingos.

Dia 9, 10h.

Dia 23, 15h.

Reserva Natural,
Espaço Teiú.

Grátis.

Vagas limitadas,
inscrições 30
min antes.

12



Oficina Captação de Água: Construindo uma Mini Cisterna



Vivência Trilha do Sentir

GringoMix

Vivência

TRILHA DO SENTIR

Com Agentes de Educação Ambiental

É uma caminhada que conta com três opções de trajeto (120m, 450m e 960m), em uma trilha suspensa com recursos de acessibilidade. Qualquer pessoa pode fazer trilha, de forma segura e sem barreiras, para conhecer uma mata de restinga em diferentes alturas e perspectivas.

Dia 14. Sexta, 9h.

Dias 2, 16 e 2/3.

Domingos, 14h.

Reserva Natural,
Trilha do Sentir.
Grátis.



Acessibilidade:
♿ Acessível.

Bate-papo

POR DENTRO DOS BICHOS

Com Agentes de Educação Ambiental

Felinos, roedores e anfíbios estão entre os diversos grupos animais que vivem na Reserva Natural Sesc Bertioga. Numa conversa repleta de curiosidades e peças museológicas são apresentadas diversas características do Reino Animal.

Dias 15 e 1/3.

Sábados, 9h30.

Reserva Natural,
Espaço Guanandi.
Grátis.



Vivência

ESTAÇÃO: NOSSAS ABELHAS

Com Agentes de Educação Ambiental

Agentes responsáveis pela polinização de grande parte dos alimentos que fazem parte de nosso dia a dia, as abelhas prestam um serviço de inestimável valor. Nesta mesa expositiva o visitante pode conhecer a diversidade de espécies de abelhas nativas sem ferrão, seus modos de vidas, curiosidades e características dos meles.

Dias 1 e 15.

Sábado, 14h.

Reserva Natural,
Espaço Guanandi.
Grátis.

L

Vivência

MINI MUNDOS

Com Agentes de Educação Ambiental

Imaginar! A criança tem um poder que todo mundo deveria lutar para não perder. O poder de enxergar outros mundos no mundo, outras possibilidades, de reinventar, criar sentidos. A partir das memórias e das referências que trazem consigo, as crianças são convidadas a criarem seus mini mundos, inspiradas nos elementos da natureza.

Dias 2, 16 e 2/3.

Domingos, 9h.

Reserva Natural,
Jardim das
Brincadeiras.
Grátis.

Até 10 anos.

Vivência

AVENTURAS NA RESERVA NATURAL

Com Agentes de Educação Ambiental

Crianças e adultos recebem o convite para buscar coisas muito especiais na Reserva Natural. Quem participar, recebe a missão de encontrar diversos itens espalhados pela Reserva, conhece um pouco mais a Trilha do Sentir e outros espaços existentes.

Dias 2, 16 e 2/3.

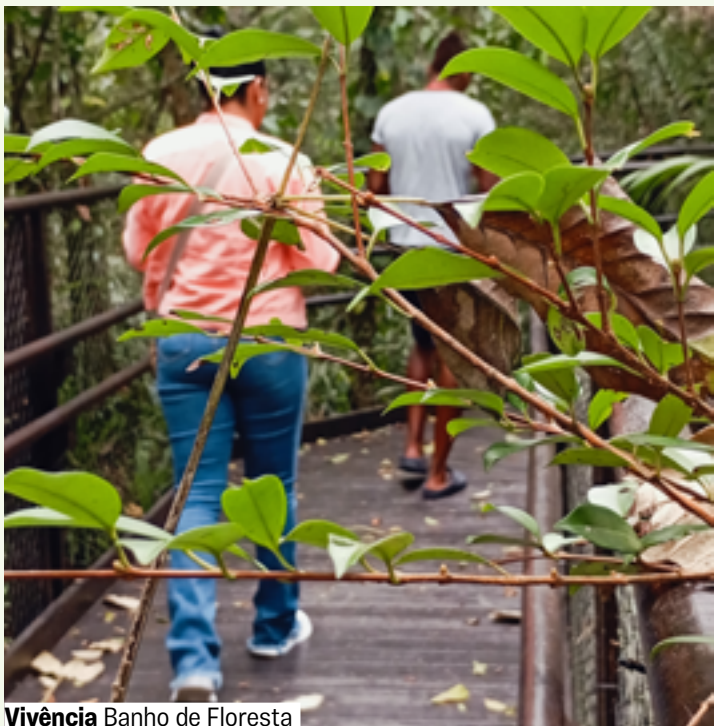
Domingos, 10h.

Reserva Natural,
Trilha do Sentir.
Grátis.

L



Vivência Estação: Nossas abelhas



Vivência Banho de Floresta

GringoMix

Vivência

BANHO DE FLORESTA

Com Agentes de Educação Ambiental

O ar fresco, o cheiro das árvores, os sons das aves, os raios de sol... estar na floresta traz uma sensação de conforto, alivia tensões do dia a dia, ajuda a repor as energias e a se conectar. Inspirado na filosofia japonesa shinrin-yoku, a prática do "banho de floresta" nos permite absorver a essência da natureza para aumentar nosso bem-estar e qualidade de vida através dos sentidos.

Dias 16 e 2/3.

Domingos, 15h.

Reserva Natural,
Trilha do Sentir.
Grátis.

14

Bate-papo

HISTÓRIAS ALADAS

Com Agentes de Educação Ambiental

Você já escutou alguma lenda sobre o Bem-te-vi? Já viu o Tiê sangue? Já escutou um canto assustador? Através da mediação de livros, fotos e sons, o público é convidado a ouvir e a contar histórias sobre as aves, em especial as que compõe a rica fauna da Mata Atlântica.

Dia 22.

Sábado, 15h30.

Reserva Natural,
Jardim das
Brincadeiras.
Grátis.

De 7 a 12 anos

AVIFAUNA

O Avifauna é um conjunto de ações que contribuem com Educação para Sustentabilidade, a partir do levantamento de espécies de aves. Essas ações incluem visitas mediadas, vivências o envolvimento da comunidade a partir do fomento do Clube de Observação de Aves de Bertioiga - COA Bertioiga, que estimula os moradores e amantes das aves participarem de saídas mensais em áreas verdes naturais protegidas, estimulando um olhar cuidadoso e ativo pela floresta.

Vivência

CLUBE DE OBSERVAÇÃO DE AVES

Com Agentes de Educação Ambiental e convidados

Nesta atividade os participantes vivenciam como observar as aves em áreas verdes protegidas, possibilitando o contato direto com a natureza, contribuindo com a ciência cidadã (Pesquisa, Conservação e Educação Ambiental). Venha conhecer as espécies de Bertioiga! Inscrições de 14 ao dia 18, pelo link bit.ly/observaçãodeaves

Dia 23.

Domingo, 5h30.

Ponto de encontro: Reserva Natural. Grátis. Necessário inscrição.

12



Vivência

VIVÊNCIAS NA NATUREZA

Com Agentes de Educação Ambiental

Através da mediação, crianças e adultos são estimulados a interagir com a natureza e vivenciá-la de diversas formas, desenvolvendo a sensibilidade e a curiosidade através da percepção das cores, sons, aromas, texturas e sabores presentes no ambiente natural.

Dia 26.

Quarta, 9h.

Reserva Natural. Grátis.

L

Oficina

ECO BIJUTERIAS

Com Agentes de Educação Ambiental

A partir de uma caminhada pelas trilhas da Reserva Natural, os participantes buscam inspiração nas cores, formas e texturas presentes na Mata Atlântica. Em seguida, transformam materiais que descartamos diariamente em acessórios de moda, através da técnica de Upcycling.

Dia 1/3.

Sábado, 14h.

Reserva Natural, Espaço Teiú. Grátis.

Vagas limitadas, inscrições 30 min antes.

16

Cinema

Exibição e bate-papo

ESTREIA LAB CINE

Com Instituto Querô

O Laboratório de Cinema do Sesc Bertiooga compreende a importância do pensar, ver e fazer Cinema nos processos educativos e para o desenvolvimento humano. Nesta exibição será possível prestigiar a produção da turma do 2º semestre de 2024, e conversar com as pessoas participantes do curso sobre a experiência, além das considerações dos educadores do Instituto Querô sobre todo o processo.

Dia 5. Quarta. 19h.

Sesc Bertiooga,
Espaço Cênico.
Grátis.



Exibição e bate-papo Estreia Lab Cine

Cursos, Oficinas e Encontros

AÇÕES PARA A CIDADANIA

Vivência

BESOURINHOS DA MATA - OBSERVAÇÃO DE AVES PARA CRIANÇAS

Com Maura Pereira e Mar Franz

A vivência de observação de aves para crianças, tem como objetivo apresentar a observação de aves de forma lúdica, encorajando a formação de novos observadores, despertando o olhar para a natureza que nos cerca e mostrando que as aves podem ser encontradas em qualquer ambiente.

Dia 2.

Domingo, 9h.

Ponto de encontro:

Espaço Cultural
Vila da Mata.

Grátis.

Vagas limitadas,
inscrições
30 min antes.
7 a 12 anos.

ARTES VISUAIS

OFICINAS DE CRIAÇÃO

Nas Oficinas de Criação, um espaço que conta com quatro ateliês - Arte Têxtil, Cerâmica, Marcenaria e Técnica Mista - você poderá encontrar uma série de cursos livres.

Curso

INICIAÇÃO À COSTURA

Com Ana Flora

Neste curso o aluno aprenderá os elementos básicos da costura, desde manusear a máquina de costura até como cortar, montar, costurar e fazer acabamentos utilizando técnicas básicas. Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 12/3 a

**14/5. Quartas,
14h30 às 17h30**

Sesc Bertoga,
Oficinas - Arte
Têxtil.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

18

Curso

VESTUÁRIO DE PRAIA

Com Ana Flora

Este curso é voltado para costureiras que já possuem conhecimentos básicos em costura e desejam expandir suas habilidades criando acessórios e peças de vestuário com temática de praia. Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 12/3 a

**14/5. Quartas,
18h30 às 21h30**

Sesc Bertoga,
Oficinas - Arte
Têxtil.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

18



Rodrigo Fuzar

Curso Introdução à Pintura

Curso

INTRODUÇÃO À PINTURA**Com Robinho Santana**

O curso propõe, uma jornada de descoberta artística na pintura sobre tela. Indo além das técnicas tradicionais, o curso propõe um espaço dedicado para iniciar a expressão criativa ao manipular tintas, misturar cores e aplicar pinceladas de forma livre.

Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 12/3 a

**14/5. Quartas,
14h30 às 17h30
(turma 1) e
18h30 às 21h30
(turma 2)**

Sesc Bertogoa,
Oficinas - Arte
Têxtil.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

12

Curso

TECELAGEM**Com Sarah Lopes**

A tecelagem em tear é uma das técnicas mais antigas de tecimento, diferente do tricô e crochê que trabalha com um fio contínuo, necessita de dois conjuntos de fios, que se entrelaçam dando origem ao que denominamos tecido.

Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 14/3 a

**23/5. Sextas,
14h30 às 17h30**

Sesc Bertogoa,
Oficinas - Arte
Têxtil.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

16

**Curso** Azulejaria

Fabiana Queirolo

Curso

BORDADO LIVRE**Com Sarah Lopes**

O objetivo do curso é desenvolver a técnica de bordado para trabalhos autorais de artes plásticas, moda e decoração. Serão ensinadas as principais técnicas de bordado livre, os principais pontos e incentivada a criação e mistura deles, para a produção de bordados expressivos e criativos.

Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 14/3 a**23/5. Sextas,
18h30 às 21h30**

Sesc Bertiooga,
Oficinas - Arte
Têxtil.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

16

Curso

JOALHERIA**Com Sérgio Barrero e Lisete de Carvalho**

O curso possibilita a experiência de criação de acessórios em madeira, metal e acrílico. Serão abordadas as madeiras brasileiras e sua identificação, cada uma delas pelo cheiro, pela cor ou textura, a aplicação do acrílico material versátil que vai nos oferecer várias possibilidades de formas quando for aquecido ou esculpido, e o uso do latão e do cobre, materiais nobres que são muito usados na joalheria contemporânea. Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 14/3 a**23/5. Sextas,
18h30 às 21h30**

Sesc Bertiooga,
Oficinas -
Marcenaria.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

18

Curso

ENTALHE: FLORA E FAUNA**Com Taygoara Schiavinoto**

Durante os encontros, os participantes terão a oportunidade de se familiarizar com os elementos formais e práticos para a concepção de objetos utilitários em madeira verde. Abordaremos noções de design, seleção de materiais, uso de ferramentas, técnicas de corte e acabamento aplicados em um projeto específico.

Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 15/3 a 24/5. Sábados, 10h às 13h

Sesc Bertiooga,
Oficinas -
Marcenaria.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

18

Curso

INTRODUÇÃO À MARCENARIA**Com Taygoara Schiavinoto**

Oficina introdutória de marcenaria, que oferece uma abordagem prática e criativa da marcenaria. Durante os encontros, os participantes terão a oportunidade de se familiarizar com os elementos formais e práticos para a concepção de projetos em marcenaria.

Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 15/3 a 24/5. Sábados, 14h às 17h

Sesc Bertiooga,
Oficinas -
Marcenaria.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

18

Curso

AZULEJARIA**Com Fabiana Queirolo**

O curso visa proporcionar a criação de um painel de azulejos pelos participantes, partindo de uma introdução sobre o surgimento dos azulejos e sua chegada ao Brasil, passando pela azulejaria modernista e chegando às práticas contemporâneas.

Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

De 15/3 a 10/5. Sextas, 10h às 13h e 14h às 17h

Sesc Bertiooga,
Oficinas -
Cerâmica.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60.

Necessário
inscrição.

16



Curso Entalhe: Flora e Fauna

LITERATURA

CAIS DAS LETRAS

O Projeto Cais das Letras traz ao público um conjunto de cursos de longa duração na área de literatura, promovendo a formação para escritores, contadores de histórias, poetas e roteiristas, além de formação para o público não alfabetizado. Tem como objetivo incentivar a formação de novos leitores e artistas.

Aula aberta

AULÃO DE ESCRITA CRIATIVA

Com Carol Rodrigues

Encontro com teoria e prática, sobre os seus grandes temas e ferramentas. O formato é o "aulão": encontros intensos e independentes. Cada aula encerra um mesmo assunto com teoria, leitura e prática. Serão abordados conteúdos expositivos sobre diferentes ferramentas da escrita literária e propostas de exercícios prático para serem lidos e comentados em sala de aula.

**Dia 15. Sábado,
15h às 18h.**

Sesc Bertogoa,
Recanto dos
Jerivás.

Grátis.

Vagas limitadas,
inscrições 30 min.
antes no local.

16

Curso

**O USO DOS RECURSOS LITERÁRIOS
NA CONSTRUÇÃO DA NARRATIVA**

Com Anita Deak

O curso propõe fornecer referencial técnico para que os alunos acessem novas ferramentas narrativas e evoluam em sua construção de personagens e nas questões de estilo da literatura de ficção. Inscrições do dia 21 a 28/2 ou até o término das vagas em centralrelacionamento.sescsp.org.br.

Do dia 6/3 a 22/5

**(exceto dias
20/3 e 1/5).**

**Quintas, 19h
às 21h30.**

Sesc Bertogoa,
Sala Múltiplo
Uso 1.

Grátis.

Necessário
inscrição.

16

ESPAÇO DE TECNOLOGIAS E ARTES

Misto de laboratório, ateliê e lugar de aprendizado, o ETA incentiva a autonomia criativa e o fazer coletivo por meio de oficinas, cursos e residências. O foco são as atividades relacionadas à cultura e à arte, a partir de ferramentas e suportes das tecnologias ancestrais, digitais, analógicas e sociais. Em diversas unidades.



Vivência Observação de Aves para Crianças

Maura Pereira

SAÚDE

NATUREZA ZEN

O projeto tem como objetivo promover práticas corporais diversas, que apresentam aos participantes novos conhecimentos, técnicas e saberes de forma a contribuir para o autocuidado, saúde e bem-estar.

Aula aberta

DA WU - A GRANDE DANÇA DE QI GONG Com Lêda Toda

Práticas orientais Chinesas que convidam aos participantes a experimentarem os movimentos e conhecer mais sobre a prática do Qi Gong, os pilares necessários para uma prática efetiva que traga benefícios concretos e perceptíveis para o funcionamento do corpo de forma integral.

**Dias 8, 15, 22 e
1/3. Sábados, 9h.**

Reserva Natural,
Praça das
Palmeiras.
Grátis.

Vagas limitadas,
inscrições
30 min antes.

12

Esporte e Atividade Física

Aula aberta

RITMOS

São dois para lá, dois para cá, em cima, embaixo, direita e esquerda. Assim, fazendo movimentos coordenados, a música vai apoiar o ritmo que todos juntos vão dançar.

Dias 1 e 8.

Sábados, 11h.

De 6 a 27.

Quintas, 11h.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

12

Aula aberta

ALONGAMENTO

Exercícios de mobilidade articular para melhorar a flexibilidade e proporcionar bem-estar.

Dias 5, 12, 19 e

26. Quartas, 8h.

Dia 3/3.

Segunda, 8h.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

12

Vivência

TREINO FUTSAL FEMININO

Aulas Abertas de Futsal Feminino
Aulas para estimular a prática e o espaço seguro para mulheres.

Dias, 5, 12, 19

e 26. Quartas, 18h30.

Sesc Bertiooga, Ginásio.

Grátis. A partir de 13 anos.

Aula aberta

YOGA

Entre os principais objetivos da prática complementar de origem indiana estão o autoconhecimento, o relaxamento e o bem-estar por meio de exercícios respiratórios (pranayamas), posturas físicas (ásanas) e meditação.

De 6 a 27. Quintas e domingos, 8h.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

12

Aula aberta

BEACH TENNIS

Jogo de fácil aprendizagem praticado na areia, com regras próprias e com contagem de pontos igual ao tênis. Pode ser jogado em duplas ou quartetos.

De 6 a 27.

Quintas, 11h.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

12

Aula aberta

MOBILIDADE ARTICULAR

Com o estilo de vida moderno, passamos a nos movimentar menos. Nessa prática, convidamos a todas as pessoas a experimentarem e vivenciarem novas possibilidades de movimentos.

De 7 a 28.

Sextas, 8h.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

12



Aula aberta Ritmos - Carnaval

Silvio Dutra

Aula aberta

VÔLEI DE PRAIA

A atividade promove a organização de equipes mistas e equilibradas em minitorneios recreativos, com o objetivo de proporcionar a diversão e a integração entre os participantes e conhecer algumas regras desta modalidade.

De 7 a 28.

Sextas, 9h30.

Dia 3. Segunda, 9h30.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

12

Vivência

MOVIMENTO CONSCIENTE

Conjunto de práticas que integram corpo e mente, trabalham a expressão corporal, conectando o indivíduo ao coletivo, a sociedade e a natureza. A prática irá possibilitar o estado de presença, relaxamento, bem-estar e autocuidado.

Dias 8, 15, 22 e 1/3. Sábados, 8h.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

12

Aula aberta

RITMOS - CARNAVAL

Separe sua fantasia e venha aprender os passinhos para o Carnaval, mesclando um pouco de frevo, axé, samba e as famosas marchinhas!

Dias 15 e 22 - Axé dos anos 90;

Dia 1/3 - Ritmos de Carnaval.

Dias 15, 22 e 1/3. Sábados, 11h

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

12

Aula aberta

FUTMESA

Nem tênis de mesa e nem futebol, mas a mistura dos dois, jogado em duplas, com a bola certa vira o futmesa.

Dia 2/3.

Domingo, 15h.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga. Grátis.

16

PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

Práticas que integram corpo e mente e trabalham a expressão corporal. Estimulam a percepção corporal e promovem o autocuidado e o movimento consciente. Cursos regulares, inscrições prévias de acordo com a disponibilidade de vagas.

GINÁSTICA PARA TODOS (GPT)

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.

Grátis. Consulte os próximos cadernos para informações sobre as inscrições.

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.

● R\$20
■ R\$30
▲ R\$40
Consulte os próximos cadernos para informações sobre as inscrições.

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.

● R\$24
■ R\$39,50
▲ R\$52,50
Consulte os próximos cadernos para informações sobre as inscrições.

*Gratuidade para pessoas matriculadas com até 16 anos.
Será praticado o desconto de 50% para pessoas idosas (com idade igual ou superior a 60 anos), levando-se em conta sua categoria (Credencial Plena / Credencial MIS / Credencial Atividade).*

RECREAÇÃO ESPORTIVA - A PARTIR DE 16 ANOS

Ação complementar aos programas permanentes esportivos que busca valorizar a prática autônoma e regular da modalidade.

Modalidades: Tênis; Futebol Soçaite; Vôlei.

Cursos regulares, inscrições prévias de acordo com a disponibilidade de vagas.

Grátis. Consulte os próximos cadernos para informações sobre as inscrições.

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Programa de ensino e treino das modalidades esportivas pautado na educação e formação do cidadão, com metodologia específica adequada a cada faixa etária. Cursos regulares, inscrições prévias de acordo com a disponibilidade de vagas.

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.

Grátis. Consulte os próximos cadernos para informações sobre as inscrições.

ESPORTE JOVEM - 10 A 13 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.

Grátis. Consulte os próximos cadernos para informações sobre as inscrições.

ESPORTE JOVEM - 13 A 16 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.

Grátis. Consulte os próximos cadernos para informações sobre as inscrições.

ESPORTE ADULTO - ACIMA DE 16 ANOS

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. Incentiva a autonomia, o prazer pelo esporte e a melhoria da qualidade de vida.

Grátis. Consulte os próximos cadernos para informações sobre as inscrições.

PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

MODALIDADE	FAIXA ETÁRIA	DIAS	HORÁRIOS
Ginástica Para Todos	A partir de 60 anos	3ª e 5ª	9h às 10h
Yoga	A partir de 12 anos	4ª e 6ª	7h às 8h

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

MODALIDADE	FAIXA ETÁRIA	DIAS	HORÁRIOS
GMF	A partir de 12 anos (turma única)	3ª a 6ª	7h às 9h30 e 16h às 21h
		Sábado	8h às 10h30

RECREAÇÃO ESPORTIVA

MODALIDADE	FAIXA ETÁRIA	DIAS	HORÁRIOS
Tênis	16 anos	3ª e 5ª	18h às 20h
		4ª, 6ª e sábado	8h às 12h
Futebol Soçaite	16 a 49 anos	4ª	18h30 às 20h
	Acima de 50 anos	4ª	18h30 às 20h
Vôlei	16 anos	3ª e 5ª	20h30 às 22h

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

MODALIDADE	FAIXA ETÁRIA, MODALIDADE	DIAS	HORÁRIOS
Esporte Criança	6 a 10 anos	4ª e 6ª	9h às 12h
		4ª e 6ª	15h às 18h
Esporte Jovem	10 a 13 anos Multimodalidade	3ª e 5ª	9h às 11h30
		3ª e 5ª	15h30 às 18h
	13 a 16 anos Surfe	3ª e 5ª	15h30 às 17h
	13 a 16 Basquete	3ª e 5ª	19h às 20h30
Esporte Adulto	16 anos Clube da Corrida	3ª e 5ª	7h às 8h30
			19h às 20h30
	16 anos Clube do Boxe	4ª e 6ª	20h às 21h
	16 anos Basquete	3ª e 5ª	19h às 20h30



Vivência Corrida das Cores

Silvio Dutra

Crianças

Aula aberta

PEBOLIM HUMANO

Um jogo que exigirá a cooperação dos participantes, com estratégias e muita diversão. O campo de jogo é dividido em quadrados e os jogadores só podem se movimentar dentro destas limitações, imitando um grande Pebolim Humano!

**Dias 6,
13, 20 e 27.
Quintas, 9h30.**

Praia em frente
ao Sesc Bertiooga.
Grátis.

De 7 a 12 anos.

CURUMIM

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

Vivência

CORRIDA DAS CORES

De forma lúdica, a corrida ajuda as crianças a aprenderem o nome das cores e a experimentarem diferentes formas de locomoção.

Dias 5, 12, 19 e 26. Quartas, 9h30.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga.
Grátis.
De 3 a 6 anos.

Vivência

FESTIVAL DE AMARELINHA

De forma lúdica e prazerosa podemos desenvolver capacidades motoras, como força e coordenação. O Festival de Amarelinha mostra aos participantes diferentes formas de fazer a brincadeira ao redor do mundo.

Dia 3/3.

Segunda, 9h30.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga.
Grátis.
De 6 a 12 anos.

Vivência

FUTEBOL CAIXOTE

O bom e velho futebol de praia, jogado em uma quadra com tamanho reduzido e golzinhos que parecem "caixotes". Venha participar e se divertir em um minitorneio recreativo.

Dia 4/3.

Terça, 9h30.

Praia em frente ao Sesc Bertiooga.
Grátis.
De 6 a 12 anos.

Pessoas Idosas

Curso

MONOTIPIAS BOTÂNICAS

Com Eliane Tavelli

Um processo gráfico simples de ser realizado, mas que proporciona resultados inusitados porque carrega em sua essência o único, a surpresa e a graça que surgem no produto final. Os participantes serão convidados a explorar criativamente as combinações que as plantas oferecem para esse tipo de trabalho.

Dias 6, 13 e 20.

Quintas, 15h.

Dia 6/3.

Quinta, 10h.

Sesc Bertiooga,
Sala Múltiplo
Uso 1.
Grátis.
A partir de
60 anos.

Vivência

DE VOLTA PRA CASA

Com Marcelo Tupinambá e Mirtes Mesquita

Uma série de encontros lítero-musicais com os artistas Marcelo Tupinambá e Mirtes Mesquita, onde os participantes entrarão também com suas histórias e memórias. No último encontro, que acontece dia 14/3, o resultado desse processo será apresentado aos demais integrantes do programa TSPI que queiram participar.

Dias 7, 14 e 21.

Sextas, 15h30.

Dia 13. Quinta, 15h30.

Sesc Bertiooga,
Espaço Cênico.
Grátis.
A partir de
60 anos.

Espectáculo

PONTO DE ENCONTRO

GRANDE CIRCO GRANDEVO

Espectáculo de marionetes de fio do Pequeno Teatro do Mundo, que dá enfoque ao envelhecer dos artistas circenses. Uma trupe de artistas passou a vida toda entre trapézios, cordas bambas, equilibrismos. Agora que estão velhos, encontram o desafio de se reinventarem e criarem novos números com a realidade de seus corpos. Eles buscam de forma divertida novos modos de encantar o público.

Dia 11.

Terça, 15h30.

Sesc Bertioga,
Espaço Cênico.
Grátis.

A partir de
60 anos.

Oficina

PRODUÇÃO DE MAQUIAGEM NATURAL

Com Maisa da Costa

Oficinas de produção de maquiagens naturais, com fórmulas renovadas para que os participantes consigam produzir artesanalmente cada um o seu material, e brilhar muito nesse carnaval, de forma consciente, sem prejudicar o meio-ambiente.

Dia 12 - Gloss Labial

Dia 19 - Brilho Corporal

Dias 12 e 19.

Quartas, 15h30.

Sesc Bertioga,
Sala Múltiplo
Uso 1.

Grátis.

A partir de
60 anos.



Espectáculo Grande Circo Grandevo

Alecio Cezar

TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS

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

Turismo Social

SESC BERTIOGA

HOSPEDAGEM

O Sesc Bertioiga possui 12 conjuntos de apartamentos, alguns adaptados para pessoas com deficiência, e 50 casas.

As inscrições devem ser feitas com antecedência pelo site centrodeferias.sescsp.org.br, ou pessoalmente, nas unidades do Sesc São Paulo.

- R\$ 115,00;
- ▲ R\$ 456,00.

*O valor da diária é por pessoa e inclui café da manhã, almoço e jantar, conforme o horário de entrada e saída previsto em cada período.

PASSE O DIA

A compra de ingressos para o Passe o Dia está disponível exclusivamente online, através do aplicativo Credencial Sesc SP ou pelo site centralderelacionamento.sescsp.org.br.

As vendas seguirão o calendário habitual, ocorrendo na segunda quinta-feira do mês anterior à visita desejada.

Cada pessoa poderá adquirir um máximo de seis ingressos por mês.

Detalhes sobre a política de cancelamento e reembolso de ingressos podem ser encontrados no Termos de Uso no sescsp.org.br.

- Com almoço na lanchonete: R\$ 30,00;
- Com almoço no restaurante: R\$ 40,00.

- ▲ Com almoço na lanchonete: R\$ 136,00;
- ▲ Com almoço no restaurante: R\$ 170,00.

O valor do estacionamento não está incluso no ingresso do Passe o Dia. Consulte os valores na Central de Atendimento.

Mais informações pelo site centrodeferias.sescsp.org.br

AGENDA DE DESTAQUES

TERÇA



QUARTA

QUINTA

4



5

Cinema

Estreia Lab Cine

Crianças

Corrida das Cores

6

Pessoas Idosas

Monotípias

Botânicas

Crianças

Pebolim Humano

11



12

Reserva Natural

Sesc Bertioga

Memórias e Ervas:

Banhos e Chás

Crianças

Corrida das Cores

13

Reserva Natural

Sesc Bertioga

Caminhada ao

Pé da Árvore

Brincando

de Sarau

18



19

Esporte e

Atividade Física

Treino Futsal

Feminino

Alongamento

20

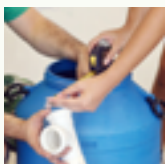
Reserva Natural

Sesc Bertioga

Brincando

de Sarau

25



26

Reserva Natural

Sesc Bertioga

Vivências na

Natureza

27

Crianças

Pebolim Humano

Reserva Natural

Sesc Bertioga

Caminhada ao

Pé da Árvore

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

1

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Trilha do
Guaratuba

2

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Besourinhos da
Mata - Observação
de Aves para
Crianças



7

Pessoas Idosas

De Volta Pra Casa

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Brinquedos
Tradicionais dos
Povos do Mar

8

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Captação de
Água da Chuva:
Construindo uma
Mini Cisterna

9

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Caderno de
Floresta



14

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Brinquedos
Tradicionais dos
Povos do Mar

15

**Cursos, Oficinas
e Encontros**

Da Wu - A Grande
Dança de Qi Gong

16

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Trilha do Sentir



21

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Sementes da Mata

22

**Esporte e
Atividade Física**

Movimento
Consciente

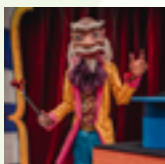
Ritmos - Carnaval

23

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Caderno de
Floresta

Clube de
Observação
de Aves



28

**Reserva Natural
Sesc Bertioga**

Brinquedos
Tradicionais dos
Povos do Mar

Sesc.digital

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

Disponível gratuitamente em sescsp.org.br/sescdigital

SescTV

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

Assista também em sesc.tv.org.br/agorantv

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

Selo Sesc

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

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 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 78 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de 43 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

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

Informações e horários

Sesc Bertioga

Terça a sábado, 8h às 19h.

Domingo, 8h às 18h.

Central de atendimento

Tel.: 13 3319-7700

Terça a sábado, 8h às 19h.

Domingo, 8h às 18h.

Informações, credenciamento, inscrições em atividades e bilheteria. Atendimento mediante agendamento. Liberação da agenda semanal, toda sexta a partir das 8h. Agende-se pelo site: centralrelacionamento.sescsp.org.br ou pelo App Credencial Sesc SP.

Odontologia

Tel.: 13 3319-7747

Terça a sexta, 7h20 as 21h.

Sábado, 9h às 16h.

Visa promover o bem-estar social, a melhoria da qualidade de vida e o desenvolvimento cultural dos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, e seus dependentes. Atendimento com inscrição prévia. Vagas limitadas. Exclusivo para trabalhadores no comércio de bens, turismo e serviços.

Sesc Empresa

Tel.: 13 3319-7819

É o programa do Sesc que facilita o acesso ao credenciamento dos funcionários das empresas parceiras dos ramos do comércio de bens, serviços e turismo. Nessa parceria, além de oferecermos esclarecimentos sobre o Sesc, credenciamos os trabalhadores e os aproximamos de nossa vasta programação e serviços. Agende uma visita da nossa equipe a sua empresa.

Brigada de incêndio

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

#Domingou

Programação aberta e gratuita para todos os públicos.

Em março, disponível nos dias 9 e 30, das 14h30 às 18h.

Acesso mediante apresentação da credencial (Plena/MIS/Atividade) ou documento com foto.

Para acessar o parque aquático e brinquedo aquático, obrigatório a apresentação da credencial plena na entrada

Bicicletário

Obrigatório o uso de cadeados na bicicleta.

Permanência da bicicleta somente durante o horário de funcionamento da unidade.

Reserva Natural Sesc

Tel.: 13 3319-7877

Terça a domingo, 8h30 às 17h30

Av. Francisco Souto Barreiro Filho, 1117, Maitinga (Antiga Av. do Canal)

E-mail: atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br

Orientações para inscrições das atividade

- As inscrições são presenciais mediante a sorteio, conforme disponibilidade de vagas e acontecem exclusivamente na central de atendimento do Sesc Bertioga, nos dias e horários descritos nas atividades;
- Para realizar sua inscrição é necessário trazer credencial na validade e/ou documento com foto;
- É possível realizar a pré-inscrição para outra pessoa, com os documentos do interessado.

Estacionamento

A permanência do veículo é permitida somente durante o horário de funcionamento da unidade.

Consulte os valores atualizados na Central de Atendimento.

faça sua
credencial
sesc





DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

SESC BERTIOGA

Rua Pastor Djalma da Silva Coimbra, 20

Tel.: 13 3319-7700

 [@/sescbertioga](#)

 [/sescbertiogaoficial](#)

sescsp.org.br/bertioga