



Abril 2025

Sesc Osasco

Guia de Programação





Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente
ou autotranscrita

L	A1	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

Segunda a sexta, 11h às 20h.
Fechado aos sábados,
domingos e feriados.

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
1 a 6/4	25/3	26/3
7 a 13/4	1/4	2/4
14 a 20/4	8/4	9/4
21 a 27/4	15/4	16/4
28 a 4/5	22/4	23/4

Para temporadas de espetáculos, são consideradas as datas de estreia para início das vendas de toda a temporada. O portal do Sesc São Paulo traz informações completas sobre datas de venda, preços, imitações 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 e ingressos na seção Termos de Uso em sescsp.org.br



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

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	Inspira
8	Cursos, Oficinas e Encontros
12	Shows e Espetáculos
14	Esporte e Atividade Física
16	Agenda de Destaques



Editorial

Abril chega ao Sesc Osasco com uma programação que inspira, conecta e transforma, incentivando o desenvolvimento criativo, o empreendedorismo e a experimentação artística.

O Lab Valoriza, em parceria com a Emperifa (promove impacto social e econômico por meio de projetos alinhados ao ESG), oferece oportunidade para pequenos empreendedores ampliarem seus conhecimentos e fortalecerem seus negócios. Com uma abordagem prática e criativa, o programa incentiva trocas, planejamento e conexão com o território, finalizando com uma apresentação para aprimoramento coletivo.

Na cena artística, a Cisne Negro Cia de Dança traz duas produções que exploram o movimento de forma intensa e expressiva. "Instar", de Elie Lazar, rompe com a rigidez do ballet clássico, apostando na leveza e na fluidez para retratar a complexidade dos encontros humanos. Já "Delírios & Noturnos", coreografado por Mário Nascimento, transporta os espectadores para o universo da vida noturna, onde liberdade e expressão se encontram em um espetáculo pulsante.



Dança Instar e Delirios & Noturnos

A programação de abril também traz oficinas para quem deseja explorar novas formas de criação. Em "Construção de Móbile", JP Salgado apresenta os princípios da fabricação digital, enquanto Ligia Maria conduz "Introdução à Linguagem Fotográfica", proporcionando um mergulho no universo da imagem. Já a La Petite Moue une arte digital e artesanato em "Tricô - Do Pixel Art para o Tricô", expandindo possibilidades criativas aos participantes.

O projeto Angatu segue promovendo encontros voltados ao bem-estar e à valorização da experiência do público 60+, criando pontes entre diferentes gerações e saberes. Para aqueles que desejam integrar corpo e mente, o workshop "Corpo Integral" apresenta a dançaterapia como um caminho para o autoconhecimento e a saúde.

Confira a programação completa e participe!



Inspira

Ações para uma vida saudável

A cultura de saúde refere-se ao conjunto de crenças, atitudes e práticas relacionadas ao bem-estar, influenciando a forma como uma comunidade percebe e adota hábitos saudáveis. A programação incluirá oficinas, palestras, vivências, intervenções artísticas e cursos, promovendo a saúde e a qualidade de vida.

passeio

MEDITAÇÃO BUDISTA NO TEMPLO ZULAI

Com monges budistas

Práticas meditativas com o objetivo de desenvolver a mente, cultivar a sabedoria e a compaixão.

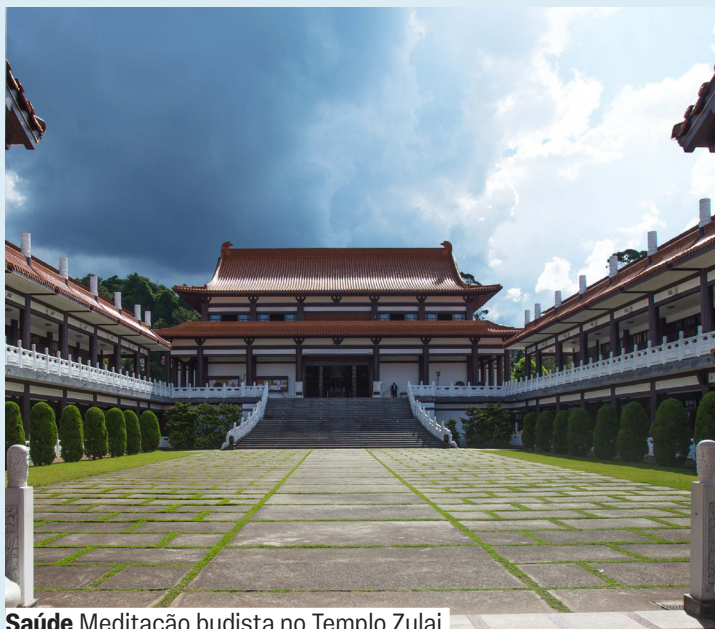
Este passeio inclui almoço vegetariano no restaurante do Templo.

Orientação de conduta no Templo: não usar shorts, decotes, regatas e bermudas.

Dia 12/4, sábado, das 9h às 14h

Templo Zu Lai (Cotia). Grátis. inscrições no Portal do Sesc a partir de 1 a 4/4 (até às 18h). Divulgação dos sorteados 7/4 às 15h.

12



Saúde Meditação budista no Templo Zulai

workshop

CORPO INTEGRAL

Com Andrea Lis

Apresentação da dançaterapia como uma forma de promover a saúde e o bem esta, guiado pelo método Maria Fux. Uma jornada para se reconectar e se fortalecer.

Dias 14 e 15, das 10h às 12h
Centro de Eventos Pedro Bortolosso.
Grátis. Inscrição pela Central de Relacionamento Digital.

12



Saúde Corpo Integral

Foto: Wesley Rodrigo

workshop

MEDICINA TRADICIONAL INDÍGENA

Com Neusa Poty - cacique da Aldeia Pindo Mirim

Neusa Poty, liderança indígena da Aldeia Pindo Mirim, compartilha os saberes, costumes e tradições da cultura Guarani Mbya, destacando o conhecimento ancestral sobre o cultivo das plantas medicinais utilizadas na promoção da saúde

Dia 16/4, das 14h às 15h
Sala GMF. Grátis.
Retirada de senhas com 15min de antecedência na Central de Atendimento.

12



Inspira Medicina Tradicional Indígena

Foto: Araribá

Cursos, Oficinas e Encontros

TECNOLOGIAS E ARTES

LAB VALORIZA

Promoção de ações formativas de aprimoramento de empreendimentos voltado a pequenos produtores. Propõe o desenvolvimento de ferramentas criativas, inclusão e ampliação do repertório digital.

Curso

LAB VALORIZA - DESENVOLVIMENTO PARA EMPREENDEDORES

Com a Cooperativa Emperifa

Transforme ideias em negócios no Programa de Desenvolvimento Empreendedor. Uma jornada prática para empreendedores periféricos, focada em criatividade, planejamento e impacto social. Com encontros dinâmicos, o programa desenvolve habilidades, estimula ideias e fortalece projetos conectados ao território.

De 4/4 a 9/5, sextas, das 16h30 às 19h30. Exceto dia 18/4. Dia 23/5, sexta, das 17h às 19h
ETA – Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições pela Central de Relacionamento Digital.

18

Curso

ANGATU

Com Carina Bessa – Educadora do ETA

Angatu é um termo que vem do tupi guarani e significa "bem-estar, felicidade, alma boa". Este projeto celebra o bem-estar e a felicidade da vida em movimento, ao confluir os saberes das Pessoas Idosas com as múltiplas linguagens do mundo contemporâneo e suas diversidades, promovendo a inclusão e o convívio deste público, na perspectiva do afeto, por meio de práticas artísticas, tecnológicas e culturais.

Classificação Etária: 60+

De 6/3 a 24/4, quintas, das 14h às 16h
ETA – Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições pela Central de Relacionamento Digital.

Curso

CONSTRUÇÃO DE MÓBILE

Com JP Salgado

Princípios da fabricação digital utilizando a impressora 3D e a CNC. Conhecimento sobre os materiais utilizados e o processo de produção. Cada participante terá a oportunidade de modular e criar o seu projeto de móbile.

De 3/4 a 24/4,
quintas, das
16h30 às 19h30.
Dia 28, segunda,
das 16h30
às 19h30

ETA – Espaço
de Tecnologias
e Artes.

▲ R\$60

■ R\$30

● R\$18

Inscrições
pela Central de
Relacionamento
Digital.

A12

Curso

ARTE À 4 MÃOS

Com a Educadora Carina Bessa

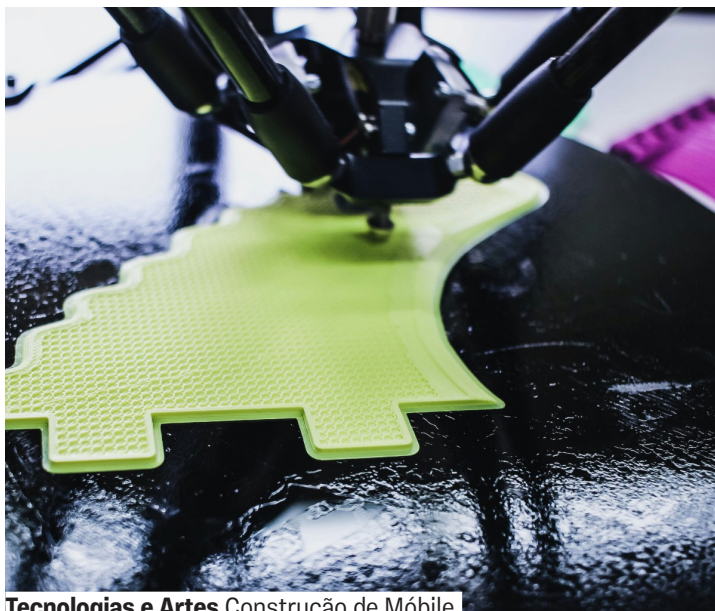
A partir do livro "Ensinando Comunidades" da escritora Bell Hooks, a educadora propõe atividades artísticas colaborativas, incentivando uma reflexão sobre habilidades sociais, como compartilhar, ouvir, negociar e resolver conflitos. Por meio da criação artística em grupo, a proposta estimula o espírito de comunidade e cooperação.

De 8 a 29/4,
terças, das 14h
às 16h

ETA – Espaço
de Tecnologias
e Artes. Grátis.

Retirada de senhas
com 15min de
antecedência
na Central de
Atendimento.

A16



Curso

INTRODUÇÃO À LINGUAGEM FOTOGRÁFICA

Com Ligia Maria

Os participantes desenvolverão um novo olhar e habilidades para tomar decisões mais criteriosas na arte e no cotidiano. A fotografia será explorada como ferramenta de criatividade, aprendizado contínuo e conexão sensível com o mundo.

**De 8 a 22/4,
terças, das 16h30
às 19h30**

ETA – Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições pela Central de Relacionamento Digital.

A14

Curso

TRICÔ - DO PIXEL ART PARA O TRICÔ

Com La Petite Moue

A Pixel Art é uma forma de arte digital na qual as imagens são criadas ou editadas tendo como elemento básico os pixels. A partir do uso das técnicas de tricô e da pixel art será estimulada a criação de uma arte original tecendo peças para vestir ou decorar.

Pré-requisito: saber os pontos básicos em crochê - ponto baixo, correntinha, círculo mágico, aumento e diminuição.

**De 9 a 30/4,
quartas, das
16h30 às 19h30**

ETA – Espaço de Tecnologias e Artes.

▲ R\$30

■ R\$15

● R\$9

Inscrições pela Central de Relacionamento Digital.

A12

CINEMA

Exibição

CINE ANGATU: “NOSSA MÃE ERA ATRIZ” (2023, Minas Gerais, 26 min.)

Direção: André Novais

Maria José Novais Oliveira, uma senhora negra, moradora da periferia de Contagem, já nos seus 60 anos se tornou atriz de cinema, com uma carreira premiada no Brasil e internacionalmente. Este documentário rememora a imagem de uma mulher ímpar, que marcou o cinema brasileiro dos anos 2010.

**Dia 29, terça,
das 18h às 20h**

ETA – Espaço de Tecnologias e Artes. Grátis. Entrega de senhas no local com 15 minutos de antecedência.

L



Artes Visuais Criando histórias com a fotografia

Foto: Pétala Lopes

ARTES VISUAIS

Curso

CRIANDO HISTÓRIAS COM A FOTOGRAFIA **Com Pétala Lopes**

O curso propõe a criação de fotografia ou vídeos a partir da reflexão sobre o impacto de imagens nas nossas vidas, a partir do questionamento da exploração das imagens nos vários meios de comunicação e redes sociais e da análise do trabalho de diferentes artistas e suas criações.

De 4 a 25/4, sextas, das 14h às 16h. Exceto dia 18/4. Dia 2/5, sexta, das 14h às 16h30

ETA - Espaço de Tecnologias e Artes.

▲ R\$60

■ R\$30

● R\$18

Inscrições pela Central de Relacionamento Digital.

A16

Shows e Espetáculos

DANÇA

Espectáculo

INSTAR E DELÍRIOS & NOTURNOS

Com a Cisne Negro Cia de Dança

As produções da Cisne Negro Cia. de Dança trazem à tona a riqueza da expressão corporal, explorando temas como o encontro, a liberdade e a transformação.

"Instar" (2023) - Duração: 30 minutos, de Elie Lazar, retrata o momento singular de um primeiro encontro, onde as inseguranças e medos se entrelaçam, levando os intérpretes a uma reflexão sobre o impacto que as relações têm em nossas vidas.

"Delírios & Noturnos" (2023) - Duração: 50 minutos, criada por Mário Nascimento, mergulha na efervescência da vida noturna. Inspirado pelas experiências em baladas e pelo lado poético da liberdade, o espetáculo é uma celebração dos seres noturnos que encontram na escuridão a oportunidade de se expressar.

**Dia 3/4, quinta,
às 20h30**

Teatro Barueri
Praça das Artes.

▲ R\$60

■ R\$30

● R\$18

AL



Dança Instar e Delirios & Noturnos

Foto: Reginaldo Azevedo



Literatura Histórias da Gaveta

Foto: Tereza Grimaldi

LITERATURA

Intervenção do BiblioSesc
HISTÓRIAS DA GAVETA
BRINCADEIRAS POÉTICAS
Com Cia. Teatro InComum

Histórias da Gaveta nos traz um convite para respirar e abrir gavetas. Mas não são simples gavetas de um móvel antigo, são gavetas mágicas, cheias de histórias que vão nos transportar para um mundo de possibilidades e brincadeiras através de grandes autores da literatura brasileira e mundial.

Dia 8/4, terça,
das 13h às 14h

Em frente à Casa
de Cultura Marielle
Franco - Franco
da Rocha

Dia 11/4, sexta,
das 15h às 16h

Parque da
Cidade - Itapevi

Dia 15/4, terça,
das 13h às 14h

Praça Copacabana
(Rua Ipanema, s/
nº) - Barueri

AL

Esporte e Atividade Física

Curso

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

Com educadoras(es) do físico-esportivo

Programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos. Propõe exercícios que estimulam o desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras.

De 2/4 a 29/12,
segundas, quartas
e sextas,
9h às 13h e
15h às 19h.

De 1/4 a 30/12,
terças e quintas,
10h às 13h e
15h às 19h.

GMF - Ginástica Multifuncional.

▲ R\$52,50

● R\$24

Inscrições
pela Central de
Relacionamento
Digital.

12

Curso

PRÁTICAS CORPORAIS: YOGA

Com educadoras(es) do físico-esportivo

Promoção da consciência e expressão corporal, por meio de diferentes técnicas do movimento e respiração. Possibilita o estado de presença, relaxamento, bem-estar e autocuidado.

De 1/4 a 11/12.
Terças e Quintas,
9h às 10h e
19h às 20h.

GMF - Ginástica Multifuncional.

▲ R\$40

● R\$20

Inscrições
pela Central de
Relacionamento
Digital.

12



Esporte e Atividade Física Ginástica Multifuncional



Foto: Dreison Medeiros

Esporte e Atividade Física Ginástica para todos

Curso

GINÁSTICA PARA TODOS (GPT)**Com educadoras(es) do físico-esportivo**

Atividade em grupo que envolve as ginásticas artística, rítmica, acrobática, aeróbica e de trampolim, além de manifestações culturais como circo, dança, 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.

De 2/4 a 10/12.

Quartas.

16h às 17h30.

Centro de Eventos
Pedro Bortolosso.
Grátis.

Inscrições
pela Central de
Relacionamento
Digital.

12

Curso

CLUBE DA CORRIDA**Com educadoras(es) do físico-esportivo**

A prática possibilita a compreensão dos valores que envolvem o esporte como manifestação cultural e é indicada para quem quer aprender ou retomar a prática esportiva. Incentiva a autonomia, o prazer pelo esporte e a qualidade de vida.

De 2/4 a 10/12.

Quartas.

18h às 19h30.

Centro de Eventos
Pedro Bortolosso.
Grátis.

Inscrições
pela Central de
Relacionamento
Digital.

16

AGENDA DE DESTAQUES

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

1

2

7

8

9

Tecnologias e Artes

Arte à 4 mãos

Tecnologias e Artes

Introdução à Linguagem
Fotográfica

Tecnologias e Artes

Tricô - Do pixel art
para o Tricô

14

Inspira

Corpo Integral

15

Inspira

Corpo Integral

Tecnologias e Artes

Arte à 4 mãos

Tecnologias e Artes

Introdução à Linguagem
Fotográfica

16

Inspira

Medicina Tradicional
Indígena

Tecnologias e Artes

Tricô - Do pixel art
para o Tricô

21

UNIDADE FECHADA

22

Tecnologias e Artes

Arte à 4 mãos

Tecnologias e Artes

Introdução à Linguagem
Fotográfica

23

Tecnologias e Artes

Tricô - Do pixel art
para o Tricô

28

29

Tecnologias e Artes

Cine Angatu

30

Tecnologias e Artes

Tricô - Do pixel art
para o Tricô

QUINTA

3

Tecnologias e ArtesAngatu

Artes VisuaisConstrução de Móbile

Dança

Instar e Delírios

& Noturnos

SEXTA

4

Tecnologias e ArtesLab Valoriza

Artes Visuais

Criando histórias

com a fotografia

SÁBADO

5

10

Tecnologias e ArtesAngatu

Tecnologias e Artes

Construção de Móbile

11

Tecnologias e ArtesLab Valoriza

Artes Visuais

Criando histórias

com a fotografia

12

Inspira

Meditação Budista

no Templo Zulai

17

Tecnologias e ArtesAngatu

Tecnologias e Artes

Construção de Móbile

18

UNIDADE FECHADA**19**

24

Tecnologias e ArtesAngatu

Tecnologias e Artes

Construção de Móbile

25

Tecnologias e ArtesLab Valoriza

Artes Visuais

Criando histórias

com a fotografia

26

Sesc.digital

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

Disponível gratuitamente em sescsp.org.br/sescdigital

SescTV

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

Assista também em sesctv.org.br/agorantv

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

Selo Sesc

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

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 41 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

sescsp.org.br/loja

Faça sua Credencial Plena

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



Consulte a relação de documentos necessários

Sobre o Sesc São Paulo

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

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

Informações e horários

Sesc Osasco

Travessa Gilmar de Franca
Crispim, 9 – Jardim das Flores
(11) 3184-0900

Programação completa em:
sescsp.org.br/osasco
Redes sociais
(instagram e facebook): @sescosasco

Horário de Funcionamento:
Seg. a sex., 11h às 20h.
Fechado nos feriados.

Central de atendimento e bilheteria Comedoria | cafeteria Loja Sesc

Seg. a sex., 11h às 19h30.

Inscrições online em

centralrelacionamento.sescsp.org.br/

Abertura de cursos do esportivo

1ª e/ou 3ª quinta-feira do
mês, online a partir das 18h.
centralrelacionamento.sescsp.org.br

Abertura dos cursos do ETA

Espaço de Tecnologias e Artes
Dia 26/3, quarta às 14h, online.

Endereços

Templo Zu Lai
Estr. Fernando Nobre, 1461
- Parque Rincao – Cotia

Centro de Eventos Pedro Bortolosso
Av. Visc. de Nova Granada,
513 - Km 18 – Osasco

Teatro Barueri Praça das Artes
R. Min. Rafael de Barros Monteiro,
255 - Jardim dos Camargo – Barueri

Casa de Cultura Marielle Franco
R. Dona Amália Sestini, 85 - Vila
Vera Cruz – Franco da Rocha


Parque da Cidade
R. Prof. Dimarães Antônio Sandei,
Vila - Jardim Nova Itapevi – Itapevi

Praça Copacabana
Rua Ipanema, s/nº -
Votupoca – Barueri

SESC OSASCO

Travessa Gilmar de Franca Crispim, 9
Jardim das Flores

   /sescosasco

 /sescosasco

sescsp.org.br/osasco

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

**faça sua
credencial
sesc**

