

# Junho 2025

**Sesc Thermas de  
Presidente Prudente**



**Guia de Programação**





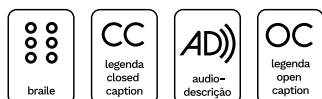
Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## Classificação indicativa

Atribuída oficialmente  
ou autotransmitida

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, 8h às 20h.  
Sábados, domingos e feriados, 9h às 18h.  
Dia 19/6, quinta (feriado), a unidade funciona das 9h às 18h.

## 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.

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](http://sescsp.org.br)

## Inscrições online

Acesse [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou o aplicativo Credencial Sesc SP

## 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.**



Este guia traz os destaques da programação da unidade de Presidente Prudente. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br). Programação sujeita a alterações.

6	<b>Territórios do Comum</b>
10	<b>Shows e Espetáculos</b>
16	<b>Exposições</b>
18	<b>Cinema</b>
20	<b>Cursos, Oficinas e Encontros</b>
24	<b>Esporte e Atividades Físicas</b>
29	<b>Semana Mundial do Brincar</b>
30	<b>Crianças</b>
38	<b>Pessoas Idosas</b>
39	<b>Saúde</b>
40	<b>Agenda de Destaques</b>



# Editorial

O que é um território? O que faz de um lugar mais que um pedaço de terra?

Em junho, o Sesc Thermas de Presidente Prudente convida você a fazer parte do projeto “Territórios do Comum”, no qual natureza, cultura e comunidade se entrelaçam para criar modos de vida mais justos, sustentáveis e cheios de pertencimento.

Seja no Sítio São João, onde o agrônomo Oliver Blanco ensina a regenerar o solo com técnicas ancestrais e agroecológicas; seja em nosso Quintal, onde a Feira de Pequenos Produtores tece redes entre o campo e a cidade; ou no Jardim Jequitibá II, onde moradores revitalizam juntos um jardim de plantas medicinais e comestíveis no centro comunitário do bairro – cada atividade é um convite para repensar nosso lugar no mundo.

Neste mês, celebramos a resistência dos saberes tradicionais e agroecológicos: a agricultura que nutre sem veneno, a música caipira que embala histórias de luta, os "causos" da roça que



**Feira de Pequenos Produtores no Quintal do Sesc Thermas**

carregam lições de simplicidade, conexão com a natureza e resiliência. Em tempos de crise climática, esses conhecimentos não são apenas tradição, são também ferramentas importantes para construir um futuro mais digno para todas as pessoas.

Participe do curso “Saúde no Solo”, troque ideias na roda de conversa “Relatos da Roça”, compre direto de quem planta com consciência, dance catira no meio da feira. O Sesc Thermas é seu lugar para descansar à sombra das árvores, mas também para botar a mão na massa e participar dessa transformação. Afinal, um território só é comum quando a gente ocupa, cuida e celebra juntos.

Por isso, como de costume, nossa programação do mês vem recheada de muita música, teatro, atividades físicas e esportivas, brincadeiras, literatura, cinema e tecnologia para todas as idades. Alimentos para o corpo, coração e mente!

Acompanhe a programação completa nas próximas páginas.



# Territórios do Comum

Resiliência e Regeneração - Caminhos para Cidades e Comunidades Sustentáveis

A cada edição, uma linha temática orienta as atividades do projeto, que são propostas em diversos formatos a partir de mapeamentos de iniciativas sociais feitos pelas Unidades do Sesc, com o propósito de fomentar articulações comunitárias e transformações nos territórios que promovam modos de viver sustentáveis, economicamente justos e acessíveis.







Foto: Estevão Salomão

**Curso** Saúde no Solo: Agroecologia e Sabedoria Popular

Curso

**SAÚDE NO SOLO: AGROECOLOGIA  
E SABEDORIA POPULAR**

**Com o agrônomo e educador Oliver Blanco.**

Imersão teórica e prática no Sítio São João, integrando saberes tradicionais e científicos para promoção de uma agricultura regenerativa. Com foco na agroecologia, o curso aborda técnicas para garantir a saúde do solo, elaboração de bioinsumos, conservação da biodiversidade e soluções locais para fortalecer a autonomia e a resiliência socioambiental.

**Dias 7, 8,  
21 e 22/6.  
Sábados e  
domingos,  
8h às 17h.**

Comunidade  
do Apreço.  
Grátis.

A partir de 16 anos.  
Inscrições on-line.

*Curso sequencial no Sítio São João  
(Comunidade do Apreço) - Rua Geraldo A. Gomes,  
SN - Jd. Morada do Sol, Presidente Prudente.*



Foto: Maila Alves

**Feira de Pequenos Produtores****FEIRA DE PEQUENOS PRODUTORES**

**Com agricultoras(es) e produtoras(es) de Presidente Prudente e região.**

Realizada mensalmente, visando fomentar a agroecologia e as principais iniciativas socioambientais da região. Cada produto ofertado é o ponto de partida para a criação de uma rede entre o rural e o urbano, aproximando produtores e consumidores, fortalecendo a agricultura familiar agroecológica e os artesãos e artesãs locais.

**Dia 14/6**

**Sábado, 9h30 às 13h.**

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.

Bate-papo

**RELATOS DA ROÇA:****RESGATANDO SABERES CAIPIRAS**

**Com a trabalhadora rural Margarida Cordeiro, a agricultora Renata Ninello e o agrônomo Oliver Blanco.**

Revivendo as memórias do campo, celebrando os modos de vida simples e conectados à natureza. Através do relato de histórias e experiências, o bate-papo resgata a riqueza da cultura caipira, destacando sua relação com a terra, saberes ancestrais e a simplicidade que inspira um olhar mais sustentável e humano sobre o mundo.

**Dia 14/6**

**Sábado, 10h.**

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.





Foto: Divulgação

**Show** Chapéu de Paia & Araminho convida  
Catira dos Primos de Ribeirão Bonito

Show

### **CHAPÉU DE PAIA & ARAMINHO CONVIDA CATIRA DOS PRIMOS DE RIBEIRÃO BONITO**

A dupla Chapéu de Paia & Araminho, formada em 2012 a partir da escola Canta Galo de Viola e Cultura Caipira, dedica-se a preservar e divulgar a música e a cultura caipira, apresentando-se com violas, causos e xaradas que celebram o estilo de vida simples do campo. Nesta apresentação na Feira de Pequenos Produtores, a dupla convida o tradicional grupo de catira Os Primos de Ribeirão Bonito para uma apresentação que une música, dança e tradição, enaltecendo a riqueza da cultura caipira.

**Dia 14/6**

**Sábado,  
11h30 às 12h30.**

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.

Vivência

### **JARDIM AGROECOLÓGICO DO CENTRO COMUNITÁRIO JEQUITIBÁ II**

**Com o Coletivo Saruê de Agroecologia e  
Associação de Moradores do Jardim Jequitibá II.**

A vivência propõe a revitalização da área verde do centro comunitário do bairro Jequitibá II, transformando o espaço em um jardim agroecológico com grande diversidade de plantas comestíveis, aromáticas e medicinais. O projeto visa criar um espaço educativo, de bem-estar, que promova uma maior interação das pessoas com a natureza e o fortalecimento dos laços comunitários em um espaço de uso coletivo.

**Dia 15/6.**

**Domingo,  
9h às 12h.**

Rua Abgail

Fagundes, 120 -

Jardim Jequitibá

- Presidente

Prudente.

Grátis.

Todas as idades.



Foto: Dárcio Gusman

**Show de blues rock** Elephant Blue

## Shows e Espetáculos

### MÚSICA

Blues rock

#### **ELEPHANT BLUE**

Banda prudentina formada em 2023, atualmente composta por Zé Junqueira (bateria e voz), Bruno Gonzalo (baixo e voz), Dárcio Gusman (piano e voz) e Zé Roberto (guitarra e voz). Apresenta versões de clássicos do blues, soul, folk e rock.

**Dia 7/6.**

**Sábado, 16h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis. [AL](#)

Música caipira

#### **CHAPÉU DE PAIA & ARAMINHO CONVIDA CATIRA DOS PRIMOS DE RIBEIRÃO BONITO**

*Ver sinopse na página 8.*

**Dia 14/6.**

**Sábado, 11h30.**

Quintal.  
Grátis. [AL](#)

Música caipira


#### **COLCHA DE RETALHOS**

Irmãs de sangue e de vida, Flor Maria e Giordanny Talita costuram, com suas vozes e instrumentos, músicas numa colcha de memórias e afetos, apresentando versões de clássicos da música caipira como "Tristeza do Jeca", "Cuitelinho", "Romaria", entre outras. Duas mulheres no palco, uma delas mulher trans, ocupando espaços, enfrentando preconceitos e emocionando o público por meio da música.

**Dia 14/6.**

**Sábado, 16h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis. [AL](#)

Acessibilidade:  
 Libras.

Samba

### **SAMBEABÁ**

#### **Show "Jair Rodrigues, o menestrel da alegria".**

Formado em 2006, o grupo alterna os arranjos entre bandolim e trombone - sempre acompanhados de um violão 7 cordas, cozinha precisa e vocal afinado - para apresentar repertório de Jair Rodrigues (1939-2014). Nascido em Igarapava (SP), o intérprete de "Triste Madrugada", "Festa para um Rei Negro", "Deixa isso pra lá", entre tantos sucessos deixou no mundo as marcas de seu talento e irreverência.

**Dia 19/6.**

**Quinta  
(feriado), 16h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **AL**

Acessibilidade:

 Libras.

Música regional

### **XAXADO NOVO**

#### **Show 90 anos de Marinês e João do Vale.**

Formado em 2013, em São Paulo, o grupo presta nesse show um tributo a dois nomes da música nordestina: João do Vale, o "poeta do povo", compositor maranhense de canções como Carcará e Pisa na Fulô; e Marinês, artista cearense conhecida como a Rainha do Xaxado.

**Dia 21/6,  
sábado, 16h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **AL**



**Show de música regional** Xaxado Novo



Foto: José de Holanda

**Show de música regional** Laís de Assis

Música regional

**LAÍS DE ASSIS****Tributo a Inezita Barroso**

O recorte da cultura popular tradicional evidencia a música nordestina na qual as duas artistas beberam da fonte para suas composições e/ou interpretações. Acompanhada por percussão e tuba para realizar releituras, bem como tocar algumas composições próprias, Laís apresenta no repertório músicas da Seleção de Maracatus, Pontos de Ogum, Taieras, Terra Vermelha entre outras canções.

**Dia 28/6.**

**Sábado, 16h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **AL**

## CIRCO

Espetáculo

**ILUSIONISMO: ONE MAN SHOW****Com Caio Ferreira.**

Bicampeão latino-americano de ilusionismo, Caio Ferreira apresenta, neste espetáculo solo, uma coletânea e releitura de vários clássicos da história da mágica antiga e contemporânea. Retrata a relação especial do ilusionista com obras de música erudita, encadeadas num jogo teatral contínuo onde a plateia é convidada a participar ora pela sensação de mistério, ora pela sua sensibilidade musical.

**Dia 20/6.****Sexta, 20h30.**Área de  
Convivência.Grátis. **AL**

Ingressos (2 por  
pessoa) on-line  
e na Central de  
Relacionamento a  
partir das 12h do  
dia do espetáculo.

## TEATRO

Performance

**CULPAS****Com Amanda Pessoa | 60 min.**

A obra revela as complexas emoções associadas à maternidade, trazendo à tona as culpas vividas no dia a dia das mães. A artista utiliza uma mala com objetos simbólicos para explorar essas questões, e o público participa ativamente ao compartilhar suas próprias experiências. Realizada num espaço público da cidade, a performance democratiza o acesso à cultura, promovendo um diálogo aberto sobre a maternidade.

**Dia 27/6.****Sexta, 17h.**Na Praça  
9 de Julho.Grátis. **AL****Performance** Culpas



Foto: Cherri

**Espetáculo** Mãe ou Eu Também Não Gozei

Espetáculo

**MÃE OU EU TAMBÉM NÃO GOZEI****Com Letícia Bassit | 60 min.**

O espetáculo tem como disparador uma vivência pessoal da atriz, ao deparar-se com um sistema judiciário extremamente machista na busca pelo reconhecimento da paternidade de seu filho. Através dela, investiga-se artisticamente o processo pelo qual todos, inevitavelmente, surgimos: gravidez-parto-puerpério, desmembrando poeticamente suas nuances e contradições e afastando a imagem romantizada da maternidade.

Intervenção

**CONVERSO COM MÃES****Com Letícia Bassit.**

Nesta ação, duas cadeiras são colocadas um em frente à outra. Qualquer mãe que passar por aquele espaço e se sentir convocada pode se sentar e iniciar uma conversa com a atriz, escritora e mãe Letícia Bassit. Em uma sociedade em que as mães ficam sempre relegadas ao plano coadjuvante, é necessário abrir uma janela de escuta ativa. O que as mães têm a dizer?

**Dia 27/6.****Sexta, 20h30.**Área de  
Convivência.**A16**

Valores:

● R\$ 9

■ R\$ 15

▲ R\$ 30

Ingressos on-line  
a partir das  
17h de 10/6; e  
presencialmente  
a partir das  
17h de 11/6.

**Dia 28/6.****Sábado,****15h às 17h.**

Bosque

Grátis. **AL**



## DANÇA

**PALCO TERRITÓRIO**

Projeto que tem como objetivo a valorização e o fomento para produção em artes cênicas em Presidente Prudente e região.

Espetáculo

**AI! TERRA, GENTE E DOR**

**Com Cia Mudança.**

**Direção: Emerson Euzebio. 50 min.**

As muitas dores sentidas pela Terra, provocadas por humanos, é disparador da dramaturgia. A obra estabelece relações com arte contemporânea, sustentabilidade e cidadania, aponta problemáticas recorrentes das relações dissonantes e as transforma em proposição de dança.

**Dia 13/6.**

**Sexta, 20h30.**

Área de Convivência.

Grátis. **A12**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia do espetáculo.



**Espetáculo** Ai! Terra, Gente e Dor



Foto: Maila Alves

**Intervenção** Origens da Terra: Arte Mural com Tintas Naturais

## Exposições

Intervenção

### **ORIGENS DA TERRA:**

#### **ARTE MURAL COM TINTAS NATURAIS**

**Elaborada pelo artista visual orgânico Jhon Bermond e o artista indígena André Hulk.**

A composição traz narrativas ancestrais e simbologias culturais da região, celebrando a riqueza socioambiental do território e ressaltando a importância dos povos originários, seus grafismos, utensílios, artesanatos e cosmologia. Todo o mural é feito com tintas naturais coletadas na região.

**Terça a sexta,  
8h às 20h.**

**Sábados,  
domingos  
e feriados,  
9h às 18h.**

Bosque.

Grátis.

Todas as idades.

Intervenção

### **PAREDE OCUPADA -**

#### **NARRATIVAS DO IMAGINÁRIO**

**Com a artista visual Lizis.**

Este conjunto de obras assinadas pela artista visual Lizis é composto por três murais em diferentes espaços do Sesc Thermas: o túnel dos vestiários; o exterior do Espaço de Tecnologias e Artes; e a parede do estacionamento interno, visível ao público no acesso ao Bosque. Em um exercício de provocação e reflexão, a artista cria um intercâmbio entre arte e tecnologia, estabelecendo conexões ao mesclar técnicas digitais de arte-colagem, e manuais, como o cortar, colar e entintar, além de intervenções em caneta, spray, stencil e linhas.

**Terça a sexta,  
8h às 20h.**

**Sábados,  
domingos  
e feriados,  
9h às 18h.**

Em vários espaços  
da Unidade.

Grátis.

Todas as idades.

---

Intervenção

## **BORA? VER DO ALTO NO MURO**

**Com a artista plástica e educadora, Bianca Habib.**

Através de elementos gráficos, reproduzidos pela técnica de stencil, a artista coloca no mural voltado para o Bosque do Sesc Thermas bichos, palavras e representações da cidade que convidam a deslocar o olhar e o sentir para a forma de viver dos animais nativos, dentre eles pássaros, capivaras, macacos, tatus e outros bichos.

---

**Terça a sexta,  
8h às 20h.  
Sábados,  
domingos  
e feriados,  
9h às 18h.**

Bosque.

Todas as idades.

Grátis.

---

## **ENTRE ÁRVORES**

No Sesc Thermas, as exposições de arte acontecem ao ar livre, entre as árvores do Bosque. Em contato com a natureza, as obras ganham novos significados e possibilitam outros diálogos com o público.

---

Instalação

## **GAMELA**

**Com a artista e arquiteta paisagista, Ciça Gorski.**

Uma obra instigante que traz acolhimento, diversão, sociabilização, exploração e fruição estética na relação com as formas orgânicas da natureza. "Frutas, cabaças, legumes?". Dispostas como se estivessem contidas numa gamela - utensílio comumente utilizado para guardar alimentos -, os volumes agigantados, moldados em fibra de vidro, estarão distribuídos de modo a estimular o brincar sob a sombra do bosque do Sesc Thermas. A instalação, composta por 30 módulos escultóricos, reúne elementos de características familiares, a serem vivenciados e explorados por todas as faixas etárias. Convidamos crianças, jovens e adultos a uma experiência lúdica, sensorial e interativa, a se movimentarem, se amoldarem, se encaixarem ou descansarem no espaço escultórico. *Ciça Gorszki é artista e arquiteta paisagista com uma extensa experiência em projetos de planejamento paisagístico, lazer e recreação em espaços abertos e parques públicos.*

---

**Terça a sexta,  
8h às 20h.  
Sábados,  
domingos e  
feriados,  
9h às 18h.**

Bosque.

Grátis.

Todas as idades.



Foto: Reprodução

**Exibição** Amores Expressos

## Cinema

### MOSTRA WONG KAR WAI

Nascido em Xangai, residente em Hong Kong, Wong Kar Wai é um dos diretores de maior relevância no cinema contemporâneo. Já foi indicado a mais de 80 prêmios, tendo vencido a Palma de Ouro em Cannes, e, anos depois, presidido o júri do mesmo Festival. Os filmes de Wong Kar Wai trazem como marca de distinção o primor estético - fotografia e arte compõem quadros em movimento, cuja beleza fica gravada na memória do espectador.

#### Exibições

#### AMORES EXPRESSOS

**Hong Kong | 1994 | 102 min.**

Dois policiais apaixonados se veem atraídos por duas pessoas muito diferentes: uma mulher sedutora do outro lado da lei e uma garçonete peculiar.

**Dia 3/6.**

**Terça, 20h.**

Área de Convivência

Grátis. **16**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia da exibição.

#### ANJOS CAÍDOS

**Hong Kong | 1995 | 99 min.**

Duas histórias de crimes se cruzam. Um frio assassino de aluguel quer deixar o mundo da violência, o que não agrada sua parceira, que está secretamente apaixonada por ele. Enquanto isso, um ex-recluso mudo encontra repetidamente uma mulher durante suas noites de caos.

**Dia 10/6.**

**Terça, 20h.**

Área de Convivência.

Grátis. **16**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia da exibição.

**Exibição** Felizes Juntos

Foto: Reprodução

---

## FELIZES JUNTOS

**Hong Kong | 1997 | 96 min.**

Casal viaja de Hong Kong para a Argentina em busca de uma vida melhor. Seu relacionamento tórrido sobrevive em meio a bares de tango e salsa das calçadas de La Boca. Mas, longe de casa, os dois se sentem desesperadamente sós.

---

## AMOR À FLOR DA PELE

**Hong Kong | 2000 | 98 min.**

Início dos anos 1960. Dois vizinhos, Sr. Chow e Sra. Chan, criam um vínculo depois de suspeitarem que seus respectivos cônjuges estão tendo um caso.

---

## 2046: OS SEGREDOS DO AMOR

**Hong Kong | 2004 | 129 min.**

Após perder seu grande amor do passado, um escritor vê mulheres entrarem e saírem da sua vida ao longo dos anos.

---

**Dia 17/6.****Terça, 20h.**

Área de Convivência.

Grátis. **16**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia da exibição.

---

**Dia 24/6.****Terça, 20h.**

Área de Convivência.

Grátis. **14**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia da exibição.

---

**Dia 1/7.****Terça, 20h.**

Área de Convivência.

Grátis. **14**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia da exibição.



Foto: Roberto Bertoncini

**Oficina** Frotagem e Encáustica sobre Papel

## Cursos, oficinas e encontros

### ARTES VISUAIS

Oficina

#### **ATELIÊ DE PRÁTICAS ARTÍSTICAS TÉCNICA DO MÊS: FROTAGEM E ENCÁUSTICA SOBRE PAPEL**

**Com o artista visual Roberto Bertoncini.**

Oportunidade de explorar diferentes técnicas nos campos das artes, tais como desenho, pintura, lambe, gravuras, estêncil, colagem, graffliti, lettering, entre outras. A cada mês, uma nova técnica é trabalhada. Os participantes têm à disposição materiais e suporte para realizar as atividades propostas.

*Roberto Bertoncini (Botucatu-SP) é Doutor pela Universidade de Pisa (Itália) e arte-educador de longa trajetória. Atualmente, leciona no curso de Arquitetura do Centro Universitário Toledo. Em seu trabalho, procura trazer pequenos recortes do cotidiano que remetem à poesia visual, e desenvolve estudos nos contextos social-político-ideológico. Autor do livro "A Construção do Caos" (2025), sua primeira coletânea de obras autorais.*

**Dias 5, 12 e 26/6.**

**Quintas,  
18h às 20h.**

Espaço de  
Tecnologias  
e Artes  
Grátis.

A partir de 14 anos.  
Senhas no local.  
Limitado à  
capacidade  
do espaço.



## LITERATURA

Oficina

**ATELIÊ DE ESCRITA PARA MÃES****Com a atriz, mãe e educadora Amanda Pessoa.**

Um espaço acolhedor e criativo pensado para mães que desejam explorar, por meio da escrita, as camadas profundas e complexas da maternidade. Práticas de escuta sensível, exercícios de escrita criativa e momentos de partilha estimulam as participantes a transformarem suas histórias, sentimentos e reflexões em palavras, explorando o potencial poético e expressivo de suas experiências.

**Dia 29/6.****Domingo,  
10h30 às 13h30.**

Quiosque.

Grátis.

Inscrição on-line  
de 11 a 29/6.

## TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina

**LABORATÓRIO DE COSTURA****Mediado pela costureira e  
modelista Mô Morgana.**

Ateliê livre com máquinas de costura disponíveis para aqueles que são iniciantes ou avançados na arte da costura, permitindo dar continuidade a projetos existentes, estudos ou iniciar novas criações. O espaço sempre terá mediação de uma costureira experiente.

**De 4 a 25/6.****Quartas,  
14h30 às 17h.**Espaço de  
Tecnologias e  
Artes.

Grátis.

A partir de 14 anos.  
Senhas no  
local. Limitado  
à capacidade  
do espaço.**Oficina** Laboratório de Costura



Foto: Freepik

**Oficina** Linhos e Linhas: Macramê

## Oficina

**LINHOS E LINHAS****TÉCNICA DO MÊS: MACRAMÊ****Com a artesã Beatriz Alves.**

Ateliê livre para práticas têxteis, estéticas, artísticas e processos criativos, individuais ou coletivos, que valorizem o fazer manual, os saberes ancestrais e a arte como transformação social com autonomia. A cada mês, uma nova técnica trabalhada. Os participantes têm à disposição materiais e suporte para realizar o projeto do dia ou desenvolver a sua própria ideia.

**Dias 4 e 18/6.****Quartas,  
18h às 19h30.****Dias 7 e 21/6.****Sábados,  
14h30 às 16h.**Espaço de  
Tecnologias e Artes.  
Grátis.A partir de 14 anos.  
Senhas no  
local. Limitado  
à capacidade  
do espaço.

## Curso

**PROGRAMAÇÃO DE JOGOS E HISTÓRIAS  
ANIMADAS COM SCRATCH****Com educador do Espaço de  
Tecnologias e Artes do Sesc.**

Já pensou em fazer um jogo ou criar uma história animada? A linguagem de programação Scratch permite que você realize seus desejos. Nesta oficina, utilizando blocos de lógica visuais do programa, os participantes podem criar um jogo de labirinto.

**De 10 a 24/6.****Terças,  
18h às 19h30.**Espaço de  
Tecnologias  
de Artes.  
Grátis.A partir de 12 anos.  
Inscrições on-line  
de 4 a 10/6.

## Curso

**AUTONOMIA DIGITAL****Com educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc.**

Encontros para troca de ideias e conhecimentos práticos sobre aspectos de segurança digital, dicas, aplicativos interessantes e outros temas sobre autonomia digital com o uso do celular.

**De 10 a 24/6.****Terças,  
14h30 às 16h.**Espaço de  
Tecnologias e Artes.  
Grátis.A partir de 14  
anos. Inscrições  
on-line de  
4 a 10/6.**Encontro 1:** Como se proteger nas redes sociais**Encontro 2:** Como identificar fake news  
e se proteger ao usar o celular**Encontro 3:** Compras seguras na internet

## Oficina

**TÉCNICAS DE STOP MOTION****Com educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc.**

Stop motion é uma técnica de animação que usa recurso de fotografia quadro a quadro. Aqui, os participantes utilizam celulares, tablets e aplicativos apropriados para manipular objetos e criar alguns cenários simples para pequenas animações de 1 minuto.

**Dias 21 e 22/6.****Sábado e domingo,  
10h30 às 12h.**Espaço de  
Tecnologias  
e Artes.Grátis. A partir  
de 12 anos.Inscrições on-line  
de 11 a 21/6.**Oficina** Técnicas de Stop Motion



Foto: Maila Alves

**Aula aberta** Muay Thai para Mulheres

## Esporte e Atividade física

Aula aberta

### YOGA

**Com o instrutor Leonardo Simões.**

Traga seu tapete e venha participar da aula de yoga no nosso Quintal. A prática estimula o equilíbrio a partir de exercícios posturais e de respiração, mesclando tonicidade muscular e relaxamento.

**De 1/6 a 27/7.**

**Domingos, 10h.**

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Limitado à capac.  
do espaço.

Aula aberta

### MUAY THAI PARA MULHERES

**Com o professor Hugo Gonçalves.**

Tradicional arte marcial e símbolo da cultura tailandesa, o Muay Thai mistura golpes com as mãos, cotovelos, joelhos e canelas. Também conhecido no Brasil como "Boxe Tailandês", é uma excelente ferramenta para aprimorar o condicionamento físico e combater o estresse.

**De 4 a 25/6.**

**Quartas,**

**18h30 às 20h.**

Área de

Convivência.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Torneios e campeonatos

### FESTIVAL DE BEACH TENNIS

Venha participar deste torneio em nossa quadra de areia. As disputas acontecem em duplas de três categorias: feminino, masculino e mista. Inscrições por meio do e-mail torneios.prudente@sescsp.org.br até as 12h do dia 18/6.

**Dias 21 e 22/6.**

**Sábado e domingo,  
9h às 14h.**

Quadra de Areia.

Grátis.

A partir de 16 anos.

Aula aberta

### **DANÇAS CIRCULARES**

**Com a educadora de atividades físico-esportivas do Sesc.**

A prática oportuniza o encontro com a cultura de vários povos, com rica diversidade de ritmos e sons. Desperta a consciência corporal e espacial, incentivando a cooperação entre as pessoas.

**Dia 21/6.**

**Sábado, 10h.**

Bosque.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Torneios e campeonatos

### **4ª ETAPA DA LIGA OESTE PAULISTA DE TÊNIS DE MESA**

As pessoas participantes do Clube do Tênis de Mesa do Sesc Thermas disputam a 4ª Etapa da Liga Oeste Paulista 2025, na cidade de Araçatuba.

**Dia 29/6.**

**Domingo.**

Em Araçatuba.

Aula aberta

### **MOVIMENTO CONSCIENTE**

**Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc.**

As aulas propõem experiências variadas de práticas corporais, proporcionando assim uma vivência ampla de técnicas, métodos e filosofias que visam o desenvolvimento da consciência corporal e conexão mental. São trabalhados: exercícios respiratórios, de fortalecimento, estabilização, mobilidade articular, alongamento, consciência corporal, posturais, ritmados e de relaxamento.

**Terças e quintas,**

**10h às 11h.**

**Exceto feriados.**

Bosque.

Grátis.

A partir de 12 anos.



**Aula aberta** Movimento Consciente

## RECREAÇÕES ESPORTIVAS

Atividades que visam incentivar a prática regular das modalidades.

### BASQUETE

Com a educadora  
Márcia Félix

**De 1 a 29/6. Sábados e domingos, 9h às 12h.**

**Dia 19/6. Quinta (feriado), 9h às 12h.**

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 12 anos.

### BEACH TENNIS

Orientação com o  
educador Gustavo Akio

**De 1 a 29/6. Sábados e domingos, 9h às 12h.**

**Dia 19/6. Quinta (feriado), 9h às 12h.**

Quadra de Areia. Grátis. A partir de 12 anos.

### VÔLEI DE AREIA

Orientação com o  
educador Thomaz Filitto

**De 1 a 29/6. Sábados e domingos, 15h às 17h30.**

**Dia 19/6. Quinta (feriado), 15h às 17h30.**

Quadra de Areia. Grátis. A partir de 12 anos.

### FUTSAL

Orientação com o  
educador Carlos Campos

**De 1 a 29/6. Sábados e domingos, 15h às 17h30.**

**Dia 19/6. Quinta (feriado), 15h às 17h30.**

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 12 anos.

### FUTSAL FEMININO

Orientação com a educadora  
Francione Sorriso

**De 5/6 a 31/7. Quintas, das 18h30 às 20h.**

**Exceto dia 19/6 (feriado).**

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 12 anos.

### TÊNIS DE MESA

Recreação livre

**Terças a sextas, 9h às 19h30.**

**Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 13h.**

Área de Convivência\*. Grátis. A partir de 10 anos.

*\*O local e os horários podem sofrer pequenos ajustes conforme a realização de atividades programáticas no mesmo espaço.*



**Recreação Esportiva Orientada** Futsal Feminino





Foto: Maila Alves

Esporte Jovem Basquete Feminino

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Ensino e treino das modalidades esportivas pautados na educação e formação do cidadão, com metodologia adequada a cada faixa etária.

	Terças e quintas	Quartas e sextas	Quintas e domingos
<b>ESPORTE CRIANÇA</b> 6 a 10 anos	14h às 17h		
<b>ESPORTE JOVEM</b>			
<b>Basquete Feminino</b> 13 a 16 anos		16h às 17h30	
<b>ESPORTE ADULTO</b>			
<b>Clube do Futsal</b> A partir de 16 anos		19h às 20h	
<b>Clube do Tênis de Mesa</b> A partir de 16 anos		10h30 às 11h30	
<b>Clube da Corrida</b> A partir de 16 anos			9h às 10h (1 turma por dia)

Grátis.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física. Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante disponibilidade de vagas.

\* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)



Foto: Maila Alves

**Ginástica Multifuncional**

**GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL**

Programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos.

Terças a sextas	Sábados	Domingos e feriados
8h às 13h e 15h às 20h	9h às 15h	9h às 13h
● R\$50 ▲ R\$108	Grátis: 12 a 16 anos	Desconto de 50%: a partir de 60 anos

A partir de 12 anos.  
Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.  
Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante disponibilidade de vagas.

**PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS**

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

**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.

Terças e quintas	Quartas e sextas
8h10 e 18h40	8h10, 9h10 e 18h
● R\$ 17,50 ▲ R\$ 39	Grátis: 12 a 16 anos e pessoas a partir de 60 anos

A partir de 12 anos.  
Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.  
Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante disponibilidade de vagas.

\* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)

# Semana Mundial do Brincar

Promovida pela Aliança pela Infância com mobilização social de voluntários, poder público e outros atores em todo o Brasil, a Semana Mundial do Brincar acontece desde 2009 e busca divulgar a importância e criar oportunidades para que as crianças possam brincar. De 24 de maio a 1 de junho de 2025, o tema escolhido é “Proteger o encantamento das infâncias”.

Oficina

## **DO ENCANTAMENTO À IMAGINAÇÃO Com o Coletivo Brincá.**

Descubra os segredos das “Misturas e Poções da Natureza”, explore “A Mágica dos quatro Elementos” e divirta-se com “Bolhas de Sabão Mágicas”. Crie poções incríveis, experimente a força dos elementos e confeccione raquetes para fazer bolhas gigantes.

**1/6.**

**Domingo,  
10h às 12h.**  
Quintal.  
Grátis.  
Até 6 anos.

Vivência

## **BRINCADEIRAS REFRESCANTES PARA DIAS ENSOLARADOS Com Pé de Brincadeira.**

Os dias ensolarados são perfeitos para a criançada se divertir, especialmente quando a brincadeira envolve água. Tem banho de mangueira, piscininha, instalação sensorial e até “chuvinha”. Além de refrescante, essa experiência estimula a criatividade e os sentidos. Traga sua roupa de banho, protetor solar e toalha, porque a aventura vai começar!

**1/6.**

**Domingo,  
14h às 16h.**  
Parque Aquático.  
Grátis.  
Até 6 anos.  
*Para acessar as piscinas, é necessário possuir credencial e exame dermatológico válidos, assim como os trajes de banho adequados.*



**Vivência** Brincadeiras refrescantes para dias ensolarados



Foto: Divulgação

**Espectáculo circense** Circo da Mafalda

## Crianças

Oficina

**BRINCANDO COM TERRA:  
BIOCONSTRUÇÃO COM AS CRIANÇAS**  
Com os bioconstrutores e educadores  
**Jackson Ramos e Bruno San.**

Vivência lúdica e sensorial explorando os quatro elementos da natureza, com foco no elemento terra. Através do contato com diferentes texturas de solos e da mistura com água e palha, as crianças preparam uma massa para criar pequenos tijolos de adobe. Essa vivência divertida e prática ensina sobre sustentabilidade, o uso de materiais naturais e a importância de cuidar do planeta.

**Dia 1/6.**  
**Domingo, 14h30.**  
Quiosque.  
Grátis.  
Todas as idades.  
Senhas no local  
30 minutos antes.

Espectáculo circense

**CIRCO DA MAFALDA**  
**Com Teatro da Mafalda | 60 min.**

Mafalda carrega, junto com sua sabedoria circense, uma pesada corrente que oprime seu peito e perdas de memórias repentinas. Música, malabares, destrezas e números de magia e ilusionismo se misturam com os esquecimentos cada vez mais frequentes da protagonista. O final, apoteótico e inesperado, revela uma cena cuja solidariedade e as soluções criativas provocam um ritual de celebração.

**Dia 1/6.**  
**Domingo, 16h.**  
Área de  
Convivência.  
Grátis **AL**

Contação de história

## **DESPADRONISE**

**Com a Cia. as Clês.**

Mi e Au, duas gatinhas, mais conhecidas como Clês, sentem-se saudosas com a ausência de sua tutora Nise da Silveira - uma mulher apaixonada por gatos, referência da arteterapia e tratamento humanizado a pacientes psiquiátricos. Para contar essa história, as Clês trazem elementos cênicos como uma entrevista com a personagem Nise da Silveira. Sempre com muito humor, leveza, música e diversão.

**Dia 7/6.**

**Sábado, 15h.**

Quintal

Todas as idades.

Grátis.

Oficina

## **COLAGEM POÉTICA**

**Com a Cia. as Clês.**

Inspirados na trajetória de Nise da Silveira, convidamos você para uma experiência criativa. Com jornais, revistas, tintas e lápis, propomos uma pergunta: "O que te faz caminhar?" A partir dessa reflexão e dos materiais disponíveis, cada participante cria sua própria obra, explorando sentimentos e descobertas de um jeito único e profundo.

**Dia 8/6.**

**Domingo,**

**14h30 às 16h.**

Quiosque.

Grátis.

Todas as idades.

Senhas no local

30 minutos antes.



**Contação de história** DespadroNise



Foto: Leekyung Kim

**Espectáculo teatral** Heroínas na História

Espectáculo teatral

**HEROÍNAS NA HISTÓRIA**

**Com a Cia Guarda Chuva | 45 min.**

Neste espetáculo, recontamos a história de mulheres brasileiras importantes, como Maria Quitéria, Maria Felipa, Aracy de Carvalho e Margarida Maria Alves, que lutaram por seus direitos e ajudaram a formar o Brasil. Lí, a protagonista, usa uma linha do tempo mágica para reviver esses momentos históricos. O projeto destaca heroínas e ajuda as crianças a se identificarem com sua história e cultura.

**Dia 8/6.**

**Domingo, 16h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **AL**

Acessibilidade:

 Libras.

Contação de história

**CONTOS D'ORÉ**

**Com Cia. OBS.**

Como despertar nas crianças o respeito pelo passado, pelas histórias e pela nossa terra? Muito além de simples narrativas, os contos dos povos originários ganham vida de forma envolvente e interativa. A experiência traz reflexões sobre a preservação do meio ambiente, utilizando oralidade, instrumentos e uma abordagem cativante para conectar o público às nossas raízes de maneira leve e encantadora.

**Dia 14/6.**

**Sábado, 15h.**

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.





Foto: Sérgio Fernandes

**Espectáculo musical Viagens Afrocaipira**

Oficina

**CONSTRUINDO DEDOCHES**

**Com a Cia. OBS.**

As crianças aprendem a construção, manipulação e utilização desses pequenos fantoches para reconto e criação de histórias, estimulando a socialização e o despertar da imaginação e criatividade.

**Dia 15/6.**

**Domingo,**

**14h30 às 16h.**

Quiosque.

Grátis.

Todas as idades.

Senhas no local

30 minutos antes.

Espectáculo teatral

**VIAGENS AFROCAIPIRA**

**Com Indômita Cia. de Circo e Teatro | 60 min.**

A obra convida as crianças a viajarem pelo imaginário afrocaipira da região sudeste, que tem fortes influências na cultura negra banto. Utilizando as linguagens de música e teatro, o trabalho é repleto de causos, lembranças e histórias, apresentando a enorme paixão pela cultura afrocaipira sudestina do interior do Estado de São Paulo.

**Dia 15/6.**

**Domingo, 16h.**

Área de  
Convivência

Grátis. **AL**

Acessibilidade:

 Libras.

Vivência

### **DESAFIO DOS CARRINHOS** **Com educador do Espaço de** **Tecnologia e Artes do Sesc.**

A programação é o processo de criar algoritmos que podem ser executados por um computador ou aplicativo a fim de realizar tarefas específicas. Nesta vivência, utilizando a tecnologia do arduíno (plataforma de programação), os participantes são convidados a uma experiência lúdica e de conhecimento, utilizando tablets para dirigir carrinhos programados pelo software.

**Dia 19/6.**

**Quinta (feriado),**  
**10h30 às 12h**  
**e 15h às 17h30.**

Bosque.

Grátis.

A partir de 10 anos.

Senhas no local

30 minutos antes.

Oficina

### **DESENHOS E ADESIVOS** **Com o ilustrador e artista plástico** **Carlos Cristiano Barbosa.**

Essa oficina usa a técnica de desenho à mão livre, aproveitando letras para desenhar animais e confeccionar adesivos caseiros para enfeite de cadernos, agendas e outros objetos.

**Dia 19/6.**

**Quinta (feriado),**  
**14h30 às 16h.**

Espaço de

Tecnologias e Artes.

Grátis.

A partir de 6 anos.

Senhas no local

30 minutos antes.

Contação de história

### **BERNARDO QUERIA SER PASSARINHO** **Com a Cia. Sentir Infância.**

Lá nas matas do Pantanal, a história corria solta: todo mundo estava falando de um tal de bicho-homem chamado Bernardo que encantava peixes e alongava horizontes. Quando os animais pantaneiros descobrem que esse enigmático personagem planeja encurtar os rios, ficam intrigados e se reúnem em volta do rio para resolver a história por si mesmos.

**Dia 21/6.**

**Sábado, 15h.**

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.



**Contação de história** Bernardo Queria ser Passarinho



Foto: Divulgação

**Espetáculo de dança Os CORsários**

Oficina

**CONFECÇÃO DE MÁSCARAS:  
SERES FANTÁSTICOS PANTANEIROS****Com a Cia. Sentir Infância.**

Mergulhe na magia do Pantanal e da poesia de Manoel de Barros. Inspirados pelos versos do poeta, crianças e adultos criam máscaras de seres fantásticos, explorando a ludicidade e a experimentação artística. Um convite para soltar a imaginação, fortalecer vínculos e se conectar com a riqueza das múltiplas linguagens artísticas.

**Dia 22/6.****Domingo,  
14h30 às 16h.**

Quintal.

Grátis. Senhas  
no local 30  
minutos antes.

Espetáculo de dança

**OS CORSÁRIOS****Com a Cia Mópurus de Dança | 50 min.**

O Rei Cinza quer ter o controle do mundo e, para isso, enviou seus CORsários piratas para roubar as cores. Dessa forma, tudo o que é diferente e nos faz únicos nesse mundo seria eliminado e ele poderia nos controlar com facilidade. Porém, eles não contaram com a coragem e a destreza da guerreira Íris. Venha acompanhar e ajudar a nossa guerreira a recuperar as cores do mundo!

**Dia 22/6.****Domingo, 16h.**Área de  
Convivência.Grátis. [AL](#)

Contação de história

### **HISTÓRIA AFRICANA - O LEGADO DE NDAKIOLI**

**Com Isidro Sanene.**

O Legado de NdaKioli é uma história de resiliência e sabedoria, na qual a tradição se entrelaça com a coragem, e a força de uma rainha se reflete na união de seu povo. Esta narrativa cativante destaca o poder das histórias como ferramentas de resistência e identidade cultural, inspirando todos aqueles que ouvem a lutar por suas raízes e crenças.

**Dias 26 e 27/6.**

**Quinta e sexta,  
10h30.**

Quintal.

Para as crianças  
do programa  
Curumim.

**Dia 27/6.**

**Sexta, 13h.**

Para crianças  
do projeto  
Cidade Escola.

Vivência musical

### **CHORINHO PRO BEBÊ**

**Com professores da ELA - Escola Livre  
de Artes Chiquinha Gonzaga (SP).**

Uma vivência que aproxima a criança do universo musical brasileiro, de uma forma afetiva e lúdica, proporcionando uma experiência em que timbres e referências melódicas e rítmicas brasileiras possam integrar as memórias e o imaginário musical infantil. A atividade consiste na escuta e interação rítmica e lúdica com instrumentos de musicalização infantil e um belo repertório de Chorinhos.

**Dia 28/6.**

**Sábado, 11h.**

Quintal.

Grátis. [AL](#)



**Vivência** Chorinho pro Bebê



Foto: Divulgação

**Contação de história** História Africana - O Grito da Lua

Contação de história

**HISTÓRIA AFRICANA - O GRITO DA LUA**

**Com Isidro Sanene.**

Pedrito, um menino com deficiência visual e um coração sonhador, deseja contar à lua sua cor favorita. Enquanto a aldeia tenta adivinhar, ele segue sua intuição e, em uma noite de lua cheia, conversa com a maré. A lua, curiosa, intervém e a resposta do menino a surpreende. Com a ajuda de um ancestral, ela revela seu amor pela África e convida Pedrito a conhecer os encantos do céu.

**Dia 28/6.**

**Sábado, 15h.**

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.

Espectáculo musical

**UM CANTO PARA CAROLINA**

**Com a Cia dos Inventivos | 45 min.**

Três irmãos recebem de presente o primeiro exemplar do livro-diário escrito por sua mãe, Carolina. Mergulhados nesses registros, eles revivem suas histórias de luta por uma vida melhor. Inspirado na obra Quarto de Despejo, de Carolina Maria de Jesus, uma das mais importantes escritoras negras do Brasil.

**Dia 29/6.**

**Domingo, 16h.**

Área de  
Convivência.

Grátis. **AL**

Acessibilidade:

 Libras.

**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](https://sescsp.org.br/curumim)



Foto: Maíla Alves

Curso Dança

## Pessoas Idosas

Curso

### TÉCNICA VOCAL PARA PESSOAS IDOSAS - CANTO POPULAR

Com Adriana Cavalcanti.

As aulas de técnica vocal promovem a saúde da voz e o bem-estar, ajudando a combater o envelhecimento natural das pregas vocais. Por meio de exercícios de respiração, fortalecimento muscular, ressonância e higiene vocal, essa prática aprimora a dicção, a expressão corporal e o relaxamento. Os encontros também permitem a liberação de emoções e o fortalecimento de laços de forma divertida e interativa.

Até 17/6.

Terças e quintas,  
(exceto feriados)  
13h30 às 14h30.

Quintal.

A partir de 55 anos.

Grátis.

Curso em  
andamento.

Consultar  
disponibilidade  
de vagas na  
Central de  
Relacionamento.

Curso

### DANÇA

Com a professora de dança Kinha Campos .

Dançar melhora o condicionamento físico e a coordenação motora, além de incentivar a socialização e aliviar o estresse. Os participantes aprendem coreografias de ritmos para se dançar, junto, solto ou sem a necessidade de um par, como samba de gafieira, forró, bolero, valsa, xote e sertanejo. Para pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.

Até dia 30/7.

Quartas e sextas,  
14h30 às 16h.

Quintal

A partir de 55 anos.

Grátis.

Curso em  
andamento.

Consultar  
disponibilidade  
de vagas na  
Central de  
Relacionamento.

### 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](http://sescsp.org.br/tspi)



# Saúde

## Tratamento

### **FISIOTERAPIA**

O tratamento de fisioterapia do Sesc Thermas de Presidente Prudente é realizado em grupos e utiliza-se das técnicas de Fisioterapia Aquática (na piscina) e Cinesioterapia (no solo).

Os interessados devem comparecer no Sesc Thermas, portando o encaminhamento médico do SUS, preenchido com nome completo do paciente, diagnóstico médico (CID), data, assinatura e carimbo do médico. Pacientes cardiopatas precisam trazer autorização por escrito do cardiologista, para que possam participar do programa com segurança.

Vagas limitadas.  
Grátis.

A partir de 18 anos.  
*Os pacientes serão chamados pelas fisioterapeutas conforme disponibilidade de vagas e avaliação prévia.*

## Aula aberta

### **FORTELECIMENTO E FLEXIBILIDADE COM CADEIRA**

**Com equipe de fisioterapeutas do Sesc.**

As profissionais ensinam opções de exercícios que trabalham fortalecimento muscular, equilíbrio e flexibilidade utilizando cadeiras como instrumento básico.

**Dia 7/6.**  
**Sábado, 10h.**

Quintal.  
Grátis  
A partir de 12 anos.

## Aula aberta

### **EQUILIBRE-SE**

**Com equipe de fisioterapeutas do Sesc.**

Estimula, por meio de exercícios, o equilíbrio corporal e auxilia na melhora das capacidades de concentração e foco.

**Dia 28/6.**  
**Sábado, 10h.**

Quintal.  
Grátis.  
A partir de 12 anos.



**Aula aberta** Equilibre-se

TERÇA

QUARTA

QUINTA

3

**Mostra Wong**  
**Kar Wai**  
20h - *Exibição* -  
Amores Expressos

4

**Esporte e**  
**Atividade física**  
18h30 - *Aula*  
*aberta* -Muay Thai  
para Mulheres

5

**Artes Visuais**  
18h - *Oficina* -  
Ateliê de práticas  
artísticas:  
Frotagem e  
Encáustica Sobre  
Papel

10

**Mostra Wong**  
**Kar Wai**  
20h - *Exibição* -  
Anjos Caídos

11

**Esporte e**  
**Atividade física**  
18h30 - *Aula*  
*aberta* -Muay Thai  
para Mulheres

12

**Artes Visuais**  
18h - *Oficina* -  
Ateliê de práticas  
artísticas:  
Frotagem e  
Encáustica Sobre  
Papel

17

**Mostra Wong**  
**Kar Wai**  
20h - *Exibição* -  
Felizes Juntos

18

**Esporte e**  
**Atividade física**  
18h30 - *Aula*  
*aberta* -Muay Thai  
para Mulheres

19 (FERIADO)

**Música**  
16h - *Show*  
*de Samba* -  
Sambeabá

24

**Mostra Wong**  
**Kar Wai**  
20h - *Exibição* -  
Amor à Flor da Pele

25

**Esporte e**  
**Atividade física**  
18h30 - *Aula*  
*aberta* -Muay Thai  
para Mulheres

26

**Artes Visuais**  
18h - *Oficina* -  
Ateliê de práticas  
artísticas:  
Frotagem e  
Encáustica Sobre  
Papel

1/7

**Mostra Wong**  
**Kar Wai**  
20h - *Exibição* -  
2046:  
Os Segredos do  
Amor

---

**SEXTA**

---

**SÁBADO**

---

**DOMINGO**

---

---

**1**

---

**Crianças**  
**16h** - *Espetáculo circense* - Circo da Mafalda

---

**6**

---

**Pessoas Idosas**  
**14h30** - *Curso* - Dança

---

**7**

---

**Música**  
**16h** - *Show de blues rock* - Elephant Blue

---

**8**

---

**Crianças**  
**16h** - *Espetáculo teatral* - Heroínas na História

---

**13**

---

**Palco Território**  
**20h30** - *Espetáculo de dança* - Ai! Terra, Gente e Dor

---

**14**

---

**Música**  
**16h** - *Show música caipira* - Colcha de Retalhos

---

**15**

---

**Crianças**  
**16h** - *Espetáculo teatral* - Viagens Afrocaipira

---

**20**

---

**Circo**  
**20h30** - *Espetáculo* - Ilusionismo: One Man Show

---

**21**

---

**Música**  
**16h** - *Show de música regional* - Xaxado Novo

---

**22**

---

**Crianças**  
**16h** - *Espetáculo de dança* - Os CORsários

---

**27**

---

**Teatro**  
**20h30** - *Espetáculo* - Mãe ou Eu Também Não Gozei

---

**28**

---

**Música**  
**16h** - *Show de música regional* - Laís de Assis

---

**29**

---

**Crianças**  
**16h** - *Espetáculo musical* - Um canto para Carolina

# 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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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 mais 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

### Central de relacionamento

Tel.: 18 3226-0400

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,  
9h15 às 17h30.

Emissão e renovação de credenciais,  
inscrições em atividades, Turismo  
Social, bilheteria e informações.

O atendimento presencial ocorre  
mediante agendamento prévio,  
que pode ser realizado no site  
centralrelacionamento.sescsp.org.br  
ou no aplicativo Credencial Sesc SP  
(disponível nas lojas Google Play  
e App Store).

### Loja Sesc

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,  
9h15 às 17h30.

Venda de CD's, DVD's, livros,  
camisetas e souvenirs.

### Espaço de tecnologias e artes

Destinado à realização de atividades  
como oficinas e cursos ligados à prática  
artística ou à vivência tecnológica,  
desenvolvendo diferentes linguagens  
e estimulando a prática do criar.

### Quadras

Terça a sexta, 8h às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,  
9h às 17h30.

Espaço aberto para todos os  
públicos visando a prática recreativa  
de diversas modalidades.

O Sesc Thermas possui uma quadra  
esportiva e uma quadra de areia.

### Bosque e pista de caminhada

Com mais de 30 mil m<sup>2</sup>, o Bosque  
do Sesc Thermas possui uma área  
amplamente arborizada com uma  
pista de aproximadamente 1 km  
que convida o público a praticar  
diferentes atividades físicas como  
caminhada, corrida, skate, patins.

### Bicicletário

Terça a sexta, 8h às 19h45.

Sábados, domingos e feriados,  
das 9h às 17h45. Permanência da  
bicicleta somente durante horário  
de funcionamento da unidade.

---

## Parque aquático

Terça a sexta das 8h às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,  
das 9h às 17h30.

Composto por três piscinas de águas  
quentes naturais, o Parque Aquático  
do Sesc Thermas é abastecido por  
um poço de águas termais naturais.  
Para frequentar a piscina, é  
necessário apresentar credencial  
e exame dermatológico válidos.

### Exame dermatológico

Horários:

Terça a quinta, 15h15 às 18h30.

Sexta: não há exame.

Sábados, domingos e feriados,  
9h15 às 12h30.

*\*Horários sujeitos a alterações.*

Valores:

R\$ 11,50 (Credencial Plena)

R\$ 23 (Credencial Atividade)

Menores de 16 anos e acima de  
60 anos são isentas do pagamento

### Cafeteria

Terça a sexta, 9h às 19h.

Sábados, domingos e feriados,  
das 10h às 17h30.

Nossa cafeteria oferece opções de  
salgados, doces, frutas, bolos e  
bebidas quentes e frias.

### Odontologia

Tel.: 18 3226-0418.

Terça a sexta, 11h às 19h30.

Sábados, 9h às 17h30.

Exclusivo para trabalhadores no comércio  
de bens, serviços e turismo credenciados  
e dependentes. Atendimento com  
inscrição prévia que acontece anualmente  
pelo site [sescsp.org.br/odontologia](http://sescsp.org.br/odontologia)  
O atendimento prioriza  
indivíduos e/ou famílias com  
maior vulnerabilidade social.

### Brigada de incêndio

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

faça sua  
credencial  
sesc





DISTRIBUIÇÃO GRATUITA VENDA PROIBIDA

## SESC THERMAS DE PRESIDENTE PRUDENTE

Rua Alberto Peters, 111

Tel.: 18 3226-0400

 @/sescthermas

 /sescthermasprudente

[sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente)