

Junho 2025

Sesc São Carlos

Guia de Programação



Sesc



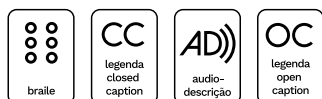
Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente
ou autotranscrita

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

Legendas de Acessibilidade



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

Funcionamento

Dia 19, quinta (feriado), unidade aberta, 9h30 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.

Data da Atividade	Venda On-line	Venda Presencial
2/6 a 8/6	27/5	28/5
9/6 a 15/6	3/6	4/6
16/6 a 22/6	10/6	11/6
23/6 a 29/6	17/6	18/6
30/6 a 6/7	24/6	25/6

Para temporadas de espetáculos, são consideradas as datas de estreia para início das vendas de toda a temporada. O portal do Sesc São Paulo traz informações completas sobre datas de venda, preços, limitações de ingresso por pessoa e meios de aquisição – on-line, via aplicativo Credencial Sesc SP ou Central de Relacionamento Digital, ou presencialmente nas unidades. Consulte a política de venda de ingressos na seção Termos de Uso em sescsp.org.br



Este guia traz os destaques da programação da unidade de São Carlos. 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 Shows e Espetáculos

11 Exposição

12 Cinema

**14 Cursos, Oficinas
e Encontros**

**18 Esporte e
Atividade Física**

**28 Semana Mundial
do Brincar**

30 Crianças

34 Pessoas Idosas

35 Turismo Social

36 Agenda de Destaques

Editorial

Espaço em obras. Espaço em transformação.

Desde sua inauguração em 1996, o Sesc São Carlos é mais do que um prédio – é um organismo vivo, pulsante, onde a cultura, o esporte, a educação e o convívio ganham forma. Projetado pelo arquiteto Sergio Teperman, o espaço foi concebido com a leveza do concreto que respira arte, com a geometria da acolhida e a funcionalidade que abraça a diversidade. Seu traço moderno e aberto dialoga com o tempo e com a cidade, tornando-se um marco da paisagem urbana e da memória afetiva de São Carlos.

Ao longo de quase três décadas, o Sesc foi palco e plateia, ponto de encontro e presença constante no cotidiano e na transformação de gerações. Agora, o próprio espaço entra em cena. Porque edifícios, assim como ideias e pessoas, também precisam de renovação.



Fachada Sesc São Carlos 1996

"Espaço em obras. Espaço em transformação" não é apenas um aviso: é um convite à escuta e à espera. É reconhecer que, mesmo os alicerces mais firmes, precisam se reinventar. A reforma que agora começa é um gesto de cuidado – com as pessoas, com a arquitetura, com a cidade, com o futuro. É o momento de repensar caminhos, restaurar diálogos, refazer lugares de pertencimento.

Enquanto os sons do martelo ecoam onde antes soava a música, sabemos: há beleza em construir de novo, porque o espaço muda, mas o encontro permanece. E é nele que o Sesc continua, em transformação.





Show Os Escolhidos

Divulgação

Shows e Espetáculos

MÚSICA

show

OS ESCOLHIDOS

Criado em 2013 por jovens imigrantes da República Democrática do Congo e de Angola, o quarteto vocal mistura músicas tradicionais e autorais cantadas à capela em suas línguas pátrias: Kikongo, Lingala, Suaíli e Tshiluba. Em seu repertório, diferentes gêneros musicais dos países de origem, como Rumba Congoleza, Acapela e Zouk.

Dia 20/6.

Sexta, 20h.

Convivência interna.

Grátis.

AL

SONS DA TARDE

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

show

BANDO DE REGIA

Forró para a Criançada

Com um repertório de forró, marchinhas carnavalescas e cantigas populares, o quarteto faz um show animado para os forrozeirinhos do futuro nesta atividade integrante da Semana Mundial do Brincar.

Dia 1/6.

Domingo, 16h.

Convivência interna.

Grátis.

AL



Luiz Aureo

Show Zeca Barreto

show

OS 4 COMPANHEIROS**Choro**

Com a formação de cavaquinho, violão 7 cordas, flauta transversal, pandeiro e voz, a proposta do conjunto é apresentar obras imortais de compositores e compositoras das décadas de 1930 a 1960.

Dia 8/6.**Domingo, 16h.**Convivência
interna.

Grátis.

AL

show

ZECA BARRETO**Meu caro Chico**

Neste show, o artista apresenta recortes musicais que envolvem a obra de Chico Buarque, num repertório que retrata as canções do compositor de forma cronológica, em arranjos modernos e atuais.

Dia 15/6.**Domingo, 16h.**Convivência
interna.

Grátis.

AL



Andri Oliveira

Show Elis por Regina

show

ELIS POR REGINA**MPB**

Neste show, a cantora Regina Dias faz o resgate das canções que marcaram a carreira de Elis e das obras de grandes compositores que ganharam evidência com sua voz.

Dia 22/6.**Domingo, 16h.**Convivência
interna.

Grátis.

AL

show

FORRÓ DI CASA**Forró**

Ao som de muito forró, o trio interpreta canções populares e típicas dessa época do ano e traduz a alegria de se viver no país da Festa Junina.

Dia 29/6,**domingo, 16h**Convivência
interna.

Grátis.

AL



Helbert Rodrigues

Teatro Tá Pra Vencer**TEATRO**

espetáculo

TÁ PRA VENCER**Com Ailton Barros, Bia Rezi, Filipe Celestino e Jennifer Souza**

Três amigos preparam uma festa de aniversário surpresa para um quarto amigo que está sempre ausente ou atrasado por excesso de trabalho. Enquanto organizam a comemoração, eles compartilham experiências profissionais, revelando contradições, medos e angústias comuns em uma camada da sociedade que diariamente se depara com o racismo e demais preconceitos sociais. Com uma dramaturgia envolvente e temperada de humor, a peça cativa o público e cria um espaço seguro para a reflexão, ao transformar o desconforto em uma oportunidade para questionar e compreender melhor a realidade.

Dia 26/6.**Quinta, 20h.**

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

Venda on-line a partir das 17h de 17/6 e presencial a partir das 17h de 18/6.

14

**Dança** Da Cor Do Cobre

Denys Flores - T. Paulo Eiro

DANÇA

espetáculo

DA COR DO COBRE

Com Clarin Cia de Dança

O auto do bumba-meu-boi visto de um lugar mágico, através de uma brecha entre o mundo real e o encantado, no qual Pai Francisco e Catirina podem transitar. Uma homenagem a todos os grupos existentes e resistentes da cultura tradicional brasileira.

Dia 17/6.

Terça, 20h.

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

Venda on-line a partir das 17h de 10/6 e presencial a partir das 17h de 11/6.

AL



Intervenção Mais Perto Do Céu Do Que Da Terra

Divulgação

Exposição

Intervenção

MAIS PERTO DO CÉU DO QUE DA TERRA

Por Heloisa Hariadne

A artista utiliza suas pinturas para construir novos imaginários e narrativas a partir de diversos temas, que vão desde questões ambientais até a nutrição e a recuperação do saber ancestral. Neste mural, Heloisa explora a busca pelo inalcançável, a incansável e destemida vontade de elevar os pés da realidade e aproximar-se dos céus, dos sonhos e dos desejos mais profundos.

**Terças a sextas,
13h às 21h30
e sábados,
domingos e
feriados, 9h30
às 18h.**

Quadra de tênis.
Grátis.
Livre.



Cinema Hienas

Cinema

exibição

HIENAS

SEN/FRA/SUI, 1992. Cor. Dir.: Djibril Diop Mambéty. Drama/Comédia. 110 min.

Em uma adaptação da peça "A visita da velha senhora" do escritor Friedrich Dürrenmatt, o diretor senegalês Djibril Diop Mambéty traz em "Hienas" a história de uma rica mulher que retorna à sua pobre cidade natal para propor um acordo à população. Uma sátira mordaz sobre um Senegal contemporâneo cujos sonhos pós-coloniais são confrontados com a erosão pelo materialismo ocidental. Acervo CINESESC.

Dia 13/6. Sexta, 19h30.

Teatro. Grátis.
Ingressos 1h antes
na Loja Sesc.
Lugares limitados.

14

exibição

FAROESTE CABOCLO

BRA, 2013. Cor. Dir.: René Sampaio. Ficção. 105 min.

O jovem João de Santo Cristo abandona a sua vida pobre no interior da Bahia para tentar a sorte em Brasília. Um dia, conhece Maria Lúcia e começam a namorar, mas João mergulha cada vez mais numa escalada de crime e violência até encontrar Jeremias, seu maior inimigo, traficante, rival nos negócios e no coração de Maria Lúcia. Uma história de amor, ódio, vingança e violência livremente inspirada na música de Renato Russo.

Dia 20/6. Sexta, 19h30.

Teatro. Grátis.
Ingressos 1h antes
na Loja Sesc.
Lugares limitados.

16

**Cinema** Othelo, O Grande

Divulgação

exibição

OTHELO, O GRANDE**BRA, 2024. Cor. Dir.: Lucas H. Rossi dos Santos. Documentário. 81 min.**

Narra a história de vida de Sebastião Bernardes de Souza Prata, o inesquecível Grande Otelo, um dos maiores atores e comediantes do Brasil. Mineiro, negro, órfão, franzino e neto de escravos, escapou da pobreza e construiu uma carreira que rompeu todas as barreiras que lhe foram impostas durante a primeira metade do século XX. Primeiro longa dirigido por Lucas H. Rossi, a história traz depoimentos do próprio ator e colegas de trabalho. Acervo CINESESC.

Dia 27/6. Sexta, 19h30.

Teatro. Grátis.
Ingressos 1h antes
na Loja Sesc.
Lugares limitados.

Acessibilidade**Libras**

16



Mestre Cobra Mansa

Educação para sustentabilidade Vivência Agroecológica

Cursos, Oficinas e Encontros

EDUCAÇÃO PARA SUSTENTABILIDADE

vivência

VIVÊNCIA AGROECOLÓGICA

Com Mestre Cobra Mansa

Encontro prático trazendo conhecimento da tradição e filosofia angolense do Mestre Cobra Mansa e sua vivência com agroecologia e permacultura no Kilombo Tenondé - Valença-BA.

Dia 13/6. Sexta, 14h às 18h.

Instituto Cultural Janela Aberta. Grátis. Inscrições e encontro no local. Vagas limitadas. Livre.

LITERATURA

bate-papo

CLUBE DO LIVRO

Com bibliotecária do Sesc

Um encontro dedicado ao compartilhamento de ideias e experiências literárias, proporcionando um espaço para criar conexões com novas pessoas e ampliar laços com a literatura. Neste mês, o livro escolhido será "De onde eles vêm", publicação do escritor vencedor do prêmio Jabuti, Jeferson Tenório.

Dia 28/6.

Sábado, 10h.

Sala multiuso. Grátis. Inscrições na biblioteca a partir de 3/6 às 13h30. Exemplares limitados. 16 anos.

SAÚDE

vivência**BANHO SONORO COM TIGELAS
DE CRISTAL DE QUARTZO****Com Instituto Som de Cristal**

Uma experiência harmonizadora em que as tigelas de cristal de quartzo emitem vibrações sonoras que induzem ao relaxamento, acalmam a mente e promovem bem-estar.

**Dia 7/6. Sábado,
10h às 11h30.**

Sala de atividades corporais.

Grátis. Senha 30 min antes na Loja Sesc. Lugares limitados. 14 anos.

TECNOLOGIAS E ARTES

ateliê**ATELIETA: PRÁTICAS ARTÍSTICAS****Com educadores do Espaço
de Tecnologias e Artes**

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

**Sábados. 14h às
15h e 15h às 16h.**

Convivência interna.

Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. Livre.

curso**SEXTOU NO ETA - MARCHETARIA
PARA INICIANTES****Com Coletivo Macaco Velho**

Já pensou em utilizar a madeira para construir padrões e formas decorativas? Neste curso, você aprenderá a técnica de marchetaria, decorando uma caixa de madeira com formas geométricas e tridimensionais.

**Dias 6 e 13/6.
Sextas, 17h30
às 21h30.**

Sala Multiuso.

● R\$6

■ R\$10

▲ R\$20

Inscrições on-line ou presenciais de 28/5 a 3/6 (Credencial Plena) e 4/6 a 6/6. (público em geral). Lugares limitados. 14 anos.



Renato Assis

Oficina Vitrais de Celofane

ateliê

ATELIÊ ABERTO**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Transforme sua ideia em realidade! O ateliê aberto deste mês abordará as diferentes técnicas de impressão: prensa livre para a impressão de gravuras, matrizes para gravação, assim como diferentes materiais que contemplam técnicas de impressão e estamperia variadas.

Dia 11/6. Quarta, 19h às 21h.

Sala Multiuso.
Grátis. Senha 30 min antes na Loja Sesc. Lugares limitados.
14 anos.

oficina

VITRAIS DE CELOFANE**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Vamos aprender a fazer um vitral utilizando papel celofane de várias cores?

Os vitrais são elementos arquitetônicos característicos do estilo gótico da Idade Média, feitos de vidros coloridos e que, geralmente, representavam passagens bíblicas e serviam também para iluminar o interior das igrejas.

Turma I**Dia 12/6. Quinta, 18h30 às 20h30.**
Foyer.**Turma II****Dia 18/6. Quarta, 18h30 às 20h30.**

Sala multiuso.
Grátis. Senha 30 min antes na Loja Sesc. Lugares limitados.
10 anos.

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.



Game e Arte

Vivência Ocupação Lúdica: Jogos analógicos e digitais

vivência

OCUPAÇÃO LÚDICA: JOGOS ANALÓGICOS E DIGITAIS **Com coletivo Máquina Tudo**

A atividade propõe a ocupação do espaço com jogos desenvolvidos pelo coletivo Máquina Tudo, combinando experiências com jogos de tabuleiro, de destreza e narrativos, a games digitais e instalações interativas com projeções e LEDs. Uma oportunidade para explorar a linguagem dos jogos e suas relações com arte, tecnologia e educação, de forma lúdica e instigante para públicos de todas as idades.

Dias 14 e 15/6. Sábado e domingo, 13h às 18h.

Galpão. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. 6 anos.

curso

MÃO NA MASSA: CONSTRUÇÃO DE BANQUINHOS DE MADEIRA **Com Coletivo Macaco Velho**

Ideal para iniciantes, o curso oferece a oportunidade de aprender técnicas básicas de marcenaria, como corte, montagem e acabamento ao construir um banquinho de madeira simples e funcional.

Dias 22 e 29/6. Domingos, 13h30 às 17h30.

Sala Multiuso.

● R\$6

■ R\$10

▲ R\$20

Inscrições on-line ou presenciais de 28/5 a 12/6 (Credencial Plena) e 13/6 a 22/6 (público em geral). Lugares limitados. 14 anos.



Paulo Arruda

Aula aberta Maratona aquática

Esporte e Atividade Física

aula aberta

MOVIMENTO CONSCIENTE

Com educadores físico-esportivos

Aula que busca promover a consciência e expressão corporal, inspirado em diferentes técnicas do movimento e respiração. Possibilita o estado de presença, relaxamento, bem-estar e autocuidado.

Sábados, 10h.

Galpão. Grátis.

Lugares limitados.
12 anos.

aula aberta

TREINO ABERTO - MARATONA AQUÁTICA

Com educadores físico-esportivos

Indicado para pessoas que já possuem experiência na natação, o treino de maratona aquática tem como foco o aprimoramento técnico, a adaptação ao nado em águas abertas e a melhora do condicionamento físico.

Sábados, 14h.

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

Lugares limitados
É necessário
credencial
plena e exame
dermatológico.
12 anos.



Mariane Camargo Soares

Aula aberta Futebol para mulheres

aula aberta

FUTEBOL PARA MULHERES**Com educadores físico-esportivos**

Espaço destinado às mulheres com o objetivo de incentivar a prática esportiva nos momentos de lazer e dar visibilidade à modalidade Futebol realizada por mulheres.

**Sábados,
14h às 16h.**

Ginásio de eventos.
Grátis. Inscrições
no local e horário
da atividade.
Lugares limitados.
16 anos.

aula aberta

YOGA**Com educadores físico-esportivos**

Aulas baseadas na tradição do 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.

**Domingos,
9h30 e 10h30
Dia 19/6 (feriado).
Quinta, 10h.**

Galpão.
Grátis. Inscrições
no local e horário
da atividade.
Lugares limitados.
12 anos.

aula aberta

VÔLEI PARA MULHERES**Com educadores físico-esportivos**

Espaço destinado às mulheres com o objetivo de incentivar a prática esportiva nos momentos de lazer e dar visibilidade à modalidade Vôlei realizada por mulheres.

**Domingos,
13h às 15h.**

Ginásio de
eventos.
Grátis. Inscrições
no local e horário
da atividade.
Lugares limitados.
16 anos.



Mariane Camargo Soares

Vivência Tardes Lúdicas

torneios e campeonatos

COPA DOS SUPERMERCADOS**Apoio Sincomerciários**

Torneio na modalidade de futsal masculino, para trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo e seus dependentes, do segmento dos Supermercados, Sacolões, Atacados e similares.

De 8 a 22/6.

**Domingos,
10h às 12h.**

Ginásio de eventos.
Jogos em andamento.
16 anos.

vivência

TARDE LÚDICA - JOGOS E BRINCADEIRAS**Com educadores físico-esportivos**

Espaço de recreação esportiva com jogos, brincadeiras entre outras atividades lúdicas para toda a família. Um ambiente de convivência para todas as idades, promovendo prática espontânea, integração e diversão!

Dia 19/6 (feriado).

**Quinta, 16h30
às 18h.**

Quadra de tênis.
Grátis. Inscrições no local e horário da atividade.
Lugares limitados.
Livre.

CURSOS PERMANENTES

Com educadores físico-esportivos

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

Informações para inscrição:

Nas primeiras e terceiras quintas-feiras do mês, a partir das 18h, fazendo seu login na Central de Relacionamento Digital, ou no app Credencial Sesc SP, será possível visualizar as vagas disponíveis, filtrar a busca de acordo com o curso, unidade, dias da semana e horário de preferência.

Como se inscrever:

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

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

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

**Curso** Ginástica Multifuncional

Paulo Arruda

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.

Treino Individual

Treinos funcionais prescritos de acordo com as características e necessidades individuais de cada aluno.

Aula em grupo

Aulas que oferecem uma variedade de modalidades, práticas corporais e esportivas.

Treino Coletivo

Treinamento funcional em grupo focado no desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras, com objetivo aprimorar o condicionamento físico e promover o bem-estar. Atividade somente para inscritos no programa. Consulte dias e horários na sala de GMF.

Terça e quinta.
7h às 12h30 e
15h30 às 21h30.
Quarta e sexta.
7h às 12h30 e
15h às 21h30.
Sábado.
9h30 às 12h30 e
15h às 18h.
Domingos
e feriados,
9h30 às 12h30.

A partir de
12 anos.

● R\$50

▲ R\$108

Acima de 60 anos.

● R\$25

▲ R\$54

Grátis para jovens
de 12 a 16 anos.



Curso Yoga

Paulo Arruda

PROGRAMA DE PRÁTICAS CORPORAIS

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

YOGA

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

Terça e quinta.
8h, 10h, 17h30,
19h30 e 20h30.
Quarta e sexta.
7h, 11h e 20h30.

Sala de Atividades Corporais.
 A partir de 12 anos.

● R\$41

▲ R\$82

Acima de 60 anos.

● R\$20,50

▲ R\$41

Grátis para jovens de 12 a 16 anos.

MOVIMENTO CONSCIENTE

Curso que busca promover a consciência e expressão corporal, inspirado em diferentes técnicas do movimento e respiração. Possibilita o estado de presença, relaxamento, bem-estar e autocuidado.

Terça e quinta. 7h.
 Sala de Atividades Corporais.
 A partir de 12 anos.

● R\$41

▲ R\$82

Acima de 60 anos.

● R\$20,50

▲ R\$41

Grátis para jovens de 12 a 16 anos.

PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

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

CONDICIONAMENTO FÍSICO AQUÁTICO

Atividade em grupo que desenvolve o condicionamento físico utilizando a água como resistência aos movimentos. Os exercícios estimulam a melhora da força, da capacidade cardiorrespiratória e a autonomia no meio aquático.

Terça e quinta.

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

Quarta e sexta.

**8h, 11h, 15h,
16h, 18h30 e
20h30.**

Piscina interna.

A partir de
12 anos.

● R\$45

▲ R\$95

Acima de 60 anos.

● R\$22,50

▲ R\$47,50

Grátis para jovens
de 12 a 16 anos.

PRÁTICAS AQUÁTICAS - 3 A 6 ANOS

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

Quarta e sexta.

9h e 17h.

Piscina interna.

Grátis.



Curso Condicionamento Físico Aquático

PRÁTICAS AQUÁTICAS - 6 A 12 ANOS

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

PRÁTICAS AQUÁTICAS - ACIMA DE 12 ANOS

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

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

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

ESPORTE CRIANÇA - 3 A 6 ANOS

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

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.

**Terça e quinta.
10h e 15h30.**
Piscina interna.
Grátis.

**Terça e quinta.
18h30 e 20h30.**
**Quarta e sexta.
7h, 10h e 19h30.**
Piscina interna.
● R\$45
▲ R\$95
Acima de 60 anos.
● R\$22,50
▲ R\$47,50
Grátis para jovens
de 12 a 16 anos.

**Quarta e sexta.
18h30 às 19h20.**
**Terça e quinta.
9h às 9h50.**
Grátis.

**Quarta e sexta.
8h às 11h e 15h
às 18h.**

ESPORTE JOVEM - 10 A 13 ANOS

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

**Terça e quinta.
15h30 às 17h30.
Grátis**

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.

BASQUETE

**Terça e quinta.
17h30 às 18h30.
Grátis**

VÔLEI

**Quarta e sexta.
17h às 18h30.**

ESPORTE ADULTO - 16 A 59 ANOS

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

INICIAÇÃO AO VÔLEI

**Terça e quinta.
19h30 às 21h30.
Quarta e sexta,
7h às 8h.
Grátis.**

INICIAÇÃO AO BASQUETE

**Terça e quinta.
20h às 21h30.
Grátis.**

CLUBE DO VÔLEI FEMININO

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

CLUBE DO VÔLEI MASCULINO

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

CLUBE DO BASQUETE FEMININO

**Sábado.
10h às 12h.
Grátis.**



Fabio Maurício

Curso Esportes para Idosos

CLUBE DO BASQUETE

Terça e quinta.
18h30 às 21h.
Grátis.

CLUBE DO FUTSAL

Quarta e sexta.
18h às 19h30.
Grátis.

CLUBE DA CORRIDA

Terça e quinta,
7h às 8h. Quarta
e sexta. 19h às
20h. Domingo, 8h
às 9h30.
Grátis.

TRIATLO

Quarta e sexta.
20h às 21h30.
Grátis.

TÊNIS

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

ESPORTE PARA IDOSOS - ACIMA DE 60 ANOS

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

MULTIMODALIDADES

Quarta e sexta.
16h às 17h.
Grátis.

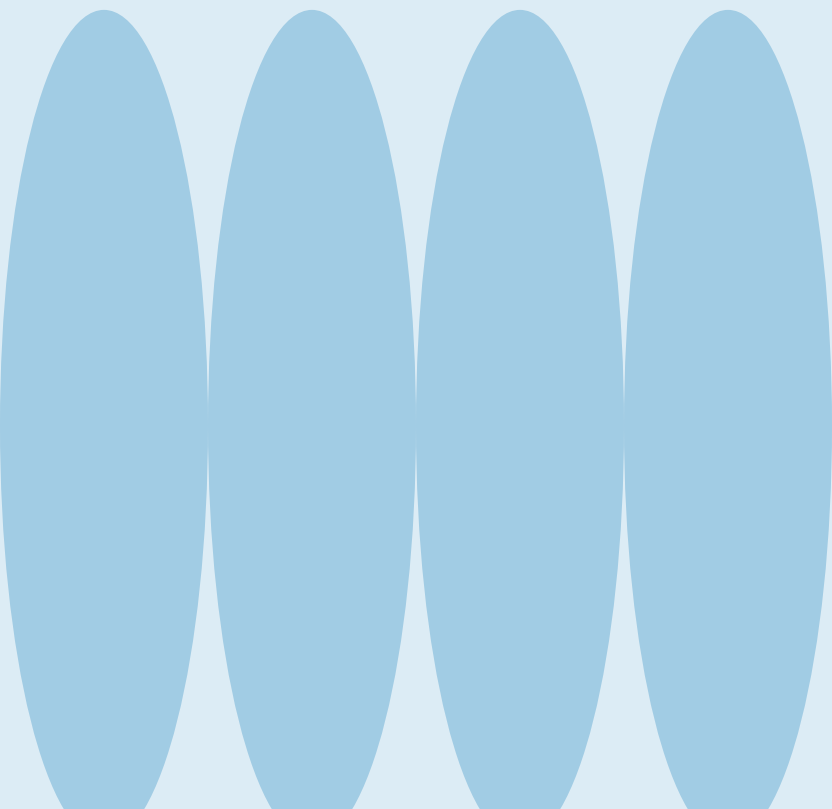
VÔLEI

Terça e quinta.
7h às 8h
Grátis.

Semana Mundial do Brincar

Proteger o encantamento das infâncias

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 01 de junho de 2025, o tema escolhido é "Proteger o encantamento das infâncias".





Dani Leon

Show Bando de Regia

vivência

A POESIA DO SAMBA NAS CAIXINHAS DE FÓSFORO
Com Coletivo Cafuzas

Inspirada na história de Dona Ivone Lara, esta atividade convida as crianças a descobrir como a caixinha de fósforo se tornou instrumento nas rodas de samba. A partir dessa memória, elas vão criar suas próprias caixinhas e, em uma roda de samba, celebrar o legado das mulheres negras que mantiveram o samba vivo.

Dia 1/6. Domingo,
10h30 às 12h30.Espaço de brincar.
Grátis. Lugares limitados.
Até 6 anos.

vivência

BRINCADEIRAS E HISTÓRIAS QUE GUARDAM MEMÓRIAS
Com Coletivo Cafuzas

Unindo brincadeiras, narrativas e jogos inspirados nas culturas africanas e afro-brasileiras, a atividade promove a troca de saberes ancestrais por meio de histórias e práticas lúdicas, como o jogo MbubeMbube (Gana), NduleNdule (África do Sul), entre outros.

Dia 1/6. Domingo,
13h às 16h.Convivência interna. Grátis.
Lugares limitados.
Livre.

show

BANDO DE REGIA
Forró para a Criançada

Com um repertório de forró, marchinhas carnavalescas e cantigas populares, o quarteto faz um show animado para os forrozeirinhos do futuro nesta atividade integrante da Semana Mundial do Brincar.

Dia 1/6.
Domingo, 16h.Convivência interna. Grátis.
Livre.



Paulo Arruda

Oficina Se Joga

Crianças

vivência

AQUI SE BRINCA

Com educadores de Infâncias e Juventudes

O Espaço de Brincar ganha elementos que convidam para a brincadeira também do lado de fora. A cada temporada, diferentes materiais são ofertados para exploração. Biombos, blocos de encaixe, caixas, fios, linhas, peças colantes e cacarecos são parte de uma ocupação dinâmica e permanente do brincar.

**Terças a sextas,
14h às 19h.**

**Sábados,
domingos e
feriados, 10h30
às 16h30.**

Convivência
Interna. Grátis.
Livre.

oficina

PEQUENOS EXPERIMENTOS

Com Educadores do Espaço de Brincar

Linhas, papéis, tecidos, flores secas, tintas - cada material nos convida a experimentar diferentes gestos, sensações, imagens, descobertas, tempos a serem vividos. Em torno desses elementos e diversos desafios, nos reunimos para explorar, criar, compartilhar nossos fazeres e brincar juntos. Crianças devem estar acompanhadas por um adulto de referência.

**Quartas, 16h30
às 18h.**

Convivência
Interna. Grátis.
Lugares limitados.
Livre.

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

oficina

SE JOGA!

Com educadores de Infâncias e Juventude

Atividades para todas as famílias. Jogos, brincadeiras, vivências e oficinas. Venham brincar com a gente! Crianças devem estar acompanhadas por um adulto de referência.

vivência

MUSICALIZAÇÃO PARA BEBÊS: CRIASOM

Com Lilyan Teles

Através de canções, ritmos, brincadeiras musicais e exploração de diferentes sons e instrumentos, o projeto estimula a criatividade, a coordenação motora, a socialização e o desenvolvimento cognitivo dos pequenos. Em um ambiente acolhedor, pais e filhos compartilham momentos de conexão e aprendizado, fortalecendo os laços afetivos através da música.

encontro

PATERNIDADES EM RODA

Com educadores do Espaço de Brincar

Uma roda de conversa com um convite à escuta, partilha e troca de experiências entre pais. Diálogos sobre expectativas e desafios entorno das paternidades diversas e das demandas de afeto e cuidados da primeira infância.

ateliê

COSTURAS E COSTURINHAS: OFICINAS DE COSTURA AFETIVA PARA ADULTOS

Com educadores do Espaço de Brincar

Nos encontros não processuais, convidamos adultos a explorar técnicas simples de costura à máquina, criando peças afetivas para crianças vinculadas a eles. Além disso, o projeto visa reviver memórias de pessoas que nos presenteiam com itens costurados.

Domingos e feriados, 14h às 15h e 15h às 16h.
Convivência interna. Grátis.
Senha 30 minutos antes na loja Sesc.
Lugares limitados.
Livre.

Dias 7, 21 e 28/6. Sábados, 10h30 às 11h30.
Dia 15/6. Domingo, 10h30 às 11h30.
Sala de Atividades Corporais.
Grátis. Inscrições no local e horário da atividade.
Lugares limitados.
Livre.

Dia 22/6. Domingo, 9h30 às 10h30.
Sala de Atividades Corporais.
Grátis. Inscrições na hora e local da atividade.
Lugares limitados.
Livre.

Dia 27/6. Sexta, 14h30 às 17h30.
Sala Multiuso.
Grátis. Senha 30 min antes na Loja Sesc. Lugares limitados.
16 anos.

ESPAÇO DE BRINCAR

Durante o mês de junho o Espaço de Brincar estará fechado para alteração em seu leiaute.



Divulgação

Cinema Pequenos guerreiros

CINEMA

exibição

PEQUENOS GUERREIROS

BRA, 2021. Cor. Dir.: Bárbara Cariry. Ficção/Família. 74 min.

Cosme e Maria, seus filhos e sobrinhos, fazem uma viagem até a cidade de Barbalha, onde vão pagar uma promessa na Festa do Pau da Bandeira, descobrindo paisagens, histórias e riquezas culturais do sertão. Acervo CINESESC.

Dia 7/6.

Sábado, 16h.

Teatro. Grátis.

Ingressos 1h antes

na Loja Sesc.

Lugares limitados.

AL

TEATRO

espetáculo

MUNDO SUASSUNA

A história conta os desatinos de um príncipe em seu cavalo, que atravessa as estradas do sertão em busca de um reino perdido. Por meio do humor, da linguagem circense e da poesia popular, o imaginário épico do escritor paraibano Ariano Suassuna é apresentado às novas gerações.

Dia 14/6.

Sábado, 16h.

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

Grátis para

crianças até

12 anos. Venda

on-line a partir

das 17h de 3/6 e

presencial a partir

das 17h de 4/6.

AL

espetáculo

FOLIA BRASILEIRA

Com Mestre Valdeck de Garanhuns

Seu Vicente Pompeu realizará uma bela quermesse para ajudar a Associação dos Agricultores Orgânicos e comemorar a grande colheita de sua fazenda. Neste espetáculo, vários aspectos da nossa cultura se descortinam para a plateia através do teatro de mamulengo.

Dia 28/6.

Sábado, 16h

Convivência

interna. Grátis.

Livre.

AL



Pedro Dutra

Circo Grão: Circo da terra

CIRCO

espetáculo

GRÃO: CIRCO DA TERRA

Com Cia Beira Serra

A dupla de trabalhadores Januário e Agostino aparecem para vender sua força de trabalho e demonstram toda destreza e dureza do ofício: carpir, preparar o solo, plantar, regar e colher a fruta do pé. Acrobacias, cascatas, malabarismos com enxada, facões e regador, dentre outras estripulias, são elementos que fazem parte dessa divertida e poética encenação circense.

Dia 19/6**(Feriado).****Quinta, 16h.**Convivência
interna.

Grátis. 30min.

AL

vivência

TARDE LÚDICA - VARIEDADES CIRCENSES

Com Cia Beira Serra

Vivência circense de técnicas de circo de solo e aparelhos de malabarismo: bolas, aros, diabolos, etc.

Dia 19/6**(Feriado). Quinta,****16h30 às 18h.**Convivência
interna. Grátis.
Livre.

LITERATURA

contação de história

RITA? LI!

Com O Casulo Viajante

As aventuras da urso Marsha serão embaladas pelas canções de Rita Lee e chegarão aos ouvidos da criançada numa jornada lúdica onde a música encontra a literatura e a magia de Rita encanta pequenos e grandes corações.

Dia 21/6.**Sábado, 16h.**Convivência
interna. Grátis.**AL**



Vivência O Cuidado para mim

Pessoas Idosas

vivência

O CUIDADO PARA MIM

Com Carolina Shiramizo

Será possível produzir cuidado para si? A questão norteará a produção de bolsas térmicas com ervas a partir de experimentações sensoriais, onde os verbos pausar, respirar, identificar (necessidades), resgatar (memórias) e refletir serão nossos guias para a execução da atividade.

Dia 21/6. Sábado, 10h às 12h.

Sala de atividades corporais.

Grátis. Senha 30 min antes na Loja Sesc. Lugares limitados. Prioritário para público a partir de 60 anos.

palestra

PONTO DE ENCONTRO - OS CUIDADOS QUE PASSAM PELAS NOSSAS VIDAS

Com Carolina Shiramizo

O que é o cuidado? Como ele foi oferecido? Como ele é e foi recebido? Como ele é e foi interpretado? Quais são os tipos de cuidado no seu cotidiano? Um convite para refletir os significados do cuidado, explorando como oferecê-lo, recebê-lo e praticá-lo no cotidiano.

Dia 22/6.

Domingo, 10h às 12h.

Teatro. Grátis. Lugares limitados. Prioritário para público a partir de 60 anos.

TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS

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



Excursão Curitiba, Matinhos e a Serra do Mar

Turismo Social

Excursão

CURITIBA, MATINHOS E A SERRA DO MAR – ENTRE A CIDADE E A NATUREZA CURITIBA E MATINHOS (PR)

Curitiba e seus arredores em um roteiro cultural, histórico e de natureza. Na capital, vamos conhecer a arquitetura e os espaços culturais. Depois, um passeio de trem pela Estrada de Ferro de Curitiba até Morretes pela Serra do Mar. Já no litoral, vivência ambiental sobre o cultivo de ostras e maricultura na região central de Matinhos. Saída do Sesc Bauru, às 20h e do Sesc São Carlos, às 22h.

De 13 a 20/7.

Informações sobre valores na Central de Relacionamento.

Inscrições online

11/06, quarta, às 16h.

Pagamento presencial

De 12 a 26/6.

Inscrições não confirmadas serão automaticamente canceladas. 20 vagas.

DEM AÍ: OBA! BORA PASSEAR!

Passeio

CAMINHOS DA NATUREZA

Fazenda Buracão - Mococa (SP)

Atividades recreativas com monitores, trilha ecológica e banho de cachoeira. A inscrição para este passeio está condicionada à participação de pelo menos uma criança até 12 anos. Saída do Sesc São Carlos às 6h30.

Dia 12/07.

Sábado.

● R\$60

▲ R\$90

Grátis para crianças até 12 anos. A partir de 13 anos, valor integral, conforme categoria. 40 vagas.

Inscrições online

A partir do dia 04/06, às 14h.

AGENDA DE DESTAQUES

TERÇA

QUARTA

QUINTA

Paulo Arruda



3

Biblioteca

Consulta de
jornais e revistas

4

Crianças

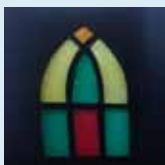
Pequenos
Experimentos

5

Biblioteca

Consulta de
jornais e revistas

Renato Assis



10

Crianças

Espaço de Brincar

11

Tecnologias e Artes

Ateliê aberto

12

Tecnologias e Artes

Vitrais de Celofane

Denys Flores - T. Paulo Eiro



17

Dança

Da cor do cobre

18

Exposição

Mais perto do céu
do que da terra

19

Circo

Grão: Circo
da Terra

Helbert Rodrigues



24

Biblioteca

Consulta de
jornais e revistas

25

Crianças

Pequenos
Experimentos

26

Teatro

Tá pra vencer

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

1

Crianças

A Poesia do Samba
nas Caixinhas
de Fósforo

Música

Bando de Regia



Dani Leon

6

Tecnologias e Artes

Marchetaria
para iniciantes

7

Cinema e Vídeo

Pequenos
Guerreiros

8

Música

Os 4
companheiros



Divulgação

13

Cinema e Vídeo

Hienas

14

Tecnologias e Artes

Ocupação Lúdica:
Jogos analógicos
e digitais

15

Esporte e Atividade física

Vôlei para
mulheres

Música

Zeca Barreto



Luiz Aureo

20

Cinema e Vídeo

Faroeste Caboclo

Música

Os Escolhidos

21

Idosos

O cuidado
para mim

Literatura

Rita? Li!

22

Crianças

Paternidades
em roda

Música

Regina Dias



Divulgação

27

Cinema e Vídeo

Othelo, O grande

28

Literatura

Clube do Livro

Teatro

Folia Brasileira

29

Música

Forró Di Casa



Divulgação

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.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 São Carlos

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

Central de atendimento

Tel.: 16 3373-2333

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

Loja Sesc

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

Biblioteca

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

Espaço de Brincar

Durante o mês de junho o Espaço de Brincar estará fechado para alteração do seu leiaute.

Quadras e Ginásio

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

Exame dermatológico

Informe-se sobre dias e horários em sescsp.org.br/servicos-sesc-sao-carlos.
Venda de tíquetes limitada a capacidade de atendimento do dia.

Parque aquático

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

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

Vestiários

Terça a sexta, 13h às 21h45.
Sábados, domingos e feriados 9h30 às 18h15.

Comedoria / Cafeteria

Terça a sexta, das 13h às 21h15.
Sábados, domingos e feriados, das 9h30 às 18h.
Em dias de shows/espetáculos, a Comedoria poderá atender com cardápio alterado ou reduzido.

Bicicletário

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

Odontologia

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

Brigada de incêndio

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



Quintal e Redário

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

SESC SÃO CARLOS

Av. Comendador Alfredo Maffei, 700

Tel.: +55 16 3373-2333

   /sescsaocarlos

sescsp.org.br/saocarlos

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

faça sua
credencial
sesc

