

# **Setembro 2025**

**Sesc Thermas de  
Presidente Prudente**



**Guia de Programação**



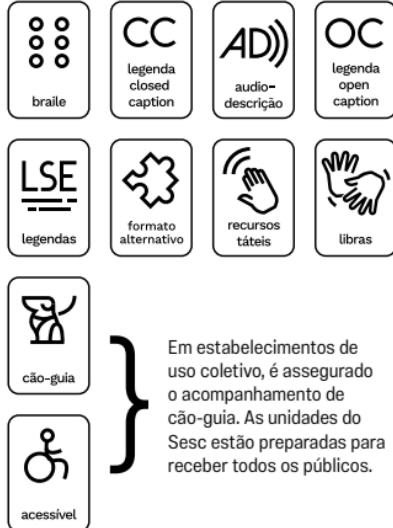
Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

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.



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.

## Funcionamento

Terça a sexta, 8h às 20h.  
Sábados, domingos e feriados, 9h às 18h.  
Dia 7 e 14/9, domingos (feriados), 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 on-line

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.**

6	<b>Shows e Espetáculos</b>
9	<b>Exposições</b>
11	<b>Cinema</b>
12	<b>Cursos, Oficinas e Encontros</b>
18	<b>Semana Move</b>
25	<b>Esporte e Atividades Físicas</b>
30	<b>Crianças</b>
33	<b>Pessoas Idosas</b>
35	<b>Saúde</b>
36	<b>Agenda de Destaques</b>



# Editorial

Ah, setembro! No mês em que a primavera dá as caras e começamos a nos preparar para o verão, o Sesc Thermas te convida para acompanhar e participar de mais uma edição da Semana Move, que este ano ocorre de 22 a 28 de setembro, oferecendo atividades físicas e esportivas de forma gratuita.

Organizada pelo Sesc São Paulo, o intuito desta Campanha latino-americana é mobilizar pessoas e sensibilizar toda a comunidade através de uma programação diversa e acessível, ressaltando a importância de ser uma pessoa ativa e em constante movimento.

Durante o mês de setembro, acontecem várias atividades gratuitas e sem a necessidade de inscrição prévia, como vivências em diversas modalidades esportivas e práticas corporais. Além disso, aulas abertas e bate-papo com ex-atletas oportunizam experiências e servem como estímulo, tanto para quem já vivencia e se alimenta deste estilo de vida, quanto para quem está iniciando sua trajetória físico-esportiva em busca de melhor qualidade de vida.

E como não poderia ser diferente, marcando o encerramento da



**Corrida - Etapa Presidente Prudente**

Semana Move acontece mais uma edição da Etapa de Presidente Prudente do Circuito Sesc de Corridas. A prova, que acontece nas ruas do entorno do Parque do Povo nas modalidades Caminhada, Corrida de 5k e Corrida de 10k, é uma das mais tradicionais da região do Oeste Paulista e, além de fomentar e incentivar a prática, visa valorizar e dialogar com um dos principais cartões postais do território, o Parque do Povo.

Mas não é só de esporte e atividade física que vive o Sesc! Ao longo do mês das flores, diversas outras ações, vivências e oficinas acontecem por aqui. O Projeto Palco Território continua a todo vapor, assim como as exibições de filmes nas sessões de Cinema. Os shows de sábado agitam a Área de Convivência da Unidade, enquanto os espetáculos de circo e teatro trazem a magia e o encantamento aos domingos em família.

Ah, e não podemos nos esquecer da Feira de Pequenos Produtores, iniciativa que fortalece a agroecologia e iniciativas socioambientais de territórios da região... Viu só quanta coisa? E ainda tem mais! Vem para o Sesc Thermas!



Foto: Maila Alves



Show Franco das Camélias

Foto: Gasalucinação

## Shows e Espetáculos

### MÚSICA

MPB

#### **FRANCO DAS CAMÉLIAS**

##### **Show "Lá pras bandas do Magrebe"**

Artista residente em Prudente desde 2021, transita por gêneros como rock, flamenco, tango e a sonoridade do movimento armorial. Neste show, Das Camélias é acompanhado pelos músicos Zé Barbosa (guitarra e violão), Robson Soares (baixo) e Zé Junqueira (bateria).

**Dia 6/9.**  
**Sábado, 16h.**  
Área de  
Convivência.  
Grátis. **AL**

Samba

#### **FINA ESTAMPA**

Formado em 2008 por Luiz Ramos e hoje composto por ele, Thaise Torres, Inácio Bratifisch, Wanderley Abelo e Claudinho, o grupo apresenta clássicos do choro e do samba, interpretando obras de Noel Rosa, Cartola, Pixinguinha, Ivone Lara, Paulinho da Viola, entre outros grandes nomes da música popular brasileira.

**Dia 13/9.**  
**Sábado, 16h.**  
Área de  
Convivência.  
Grátis. **AL**

Rap

**ALLIBLACK****Show "Raízes Ancestrais"**

Celebrar e dar visibilidade à arte daquelas que fizeram história: este é o propósito do show em que Alliblack, artista residente em Prudente desde 2013, interpreta músicas imortalizadas nas vozes de mulheres negras empregando a base rítmica do rap, além de cantar composições próprias, endossando a força e a relevância da cultura hip hop.

**Dia 20/9.  
Sábado, 16h.  
Área de  
Convivência.  
Grátis. AL**

Música Extrema

**KINOGLASS**

Há cerca de 7 anos no cenário underground, o trio apostava em uma formação ousada, sem guitarras, sustentando o peso e o caos com contrabaixo elétrico, bateria e vocais agressivos, reinventando a sonoridade do metal. Bebe da fonte do technical death metal, nu metal, punk e até elementos de jazz, tudo atravessado por uma estética agressiva, moderna e tecnológica para ressignificar a música extrema.

**Dia 27/9.  
Sábado, 16h.  
Área de  
Convivência.  
Grátis. AL**



**Show Kinoglass**



Foto: Brunão Silva

## Palco Território Noite das Mal Dormidas

### TEATRO

#### **PALCO TERRITÓRIO**

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

#### Espetáculo

#### **NOITE DAS MAL DORMIDAS**

**Com Felipe Kemp, Marcus Andrade, e Thiago Cardoso | 75 min.**

Baseado no texto de Niels Petersen, a peça nos conduz ao universo de Hortência, Margarida e Dalva, três senhoras confinadas em um apartamento sob a vigilância opressiva de uma delas, que assume o papel simbólico de Inquisidor. Em um cotidiano tragicômico, revelam-se fissuras de uma moralidade rígida, expondo medos, solidão e desejo. A encenação foge ao realismo tradicional, explorando o absurdo das situações e acentuando, com humor e estranhamento, a rigidez e o comportamento reprimido dessas personagens.

**Dia 18/9.  
Quinta, 20h30.**

Área de  
Convivência.  
Grátis. **A16**

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

# Exposições

Intervenção artística

## A LUTA PELA VIDA É A RECUPERAÇÃO DA ESPERANÇA: ARTE MURAL INDÍGENA

**Com Tamikuã Txíhi, indígena multiartista.**

Tendo a onça como símbolo de inspiração, a artista indígena Tamikuã Txíhi traz aos muros do Sesc Thermas pinturas que estão intimamente ligadas às memórias do seu povo Pataxó e em especial às vivências compartilhadas com sua mãe e avó. Sua arte tem como mote central a resistência e a luta pela defesa e recuperação dos territórios dos povos originários de Pindorama-Brasil.

Terça a sexta,  
8h às 19h30.  
Sábados,  
domingos e  
feriados,  
9h às 17h30.  
Bosque.  
Todas as idades.



**Intervenção** A Luta pela Vida é a Recuperação da Esperança



Foto: Maila Alves

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

Intervenção artística

**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.

Intervenção artística

**ORIGENS DA TERRA:****ARTE MURAL COM TINTAS NATURAIS****Com o 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.



**Exibição** Cidade, Substantivo Feminino?

Foto: Reprodução

## Cinema

### Exibição

#### **MEMÓRIAS DA DITADURA NO OESTE PAULISTA**

**Dir.: Cláudio Santos e Matheus Maturano**

**Brasil | 2024 | 33 min.**

Uma imersão na história e nas vivências das comunidades de Presidente Prudente durante os sombrios anos da ditadura militar no Brasil. Por meio de relatos e depoimentos daqueles que viveram este período, o documentário revela as histórias de resistência, solidariedade e coragem que permearam a cidade e os arredores durante os anos de repressão política, entre 1964 e 1985. Após a sessão, haverá um bate-papo com os diretores do filme.

**Dia 16/9.**

**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

#### **CIDADE, SUBSTANTIVO FEMININO?**

**Dir.: Laraizis Toni | Codireção: Zero**

**| Brasil | 2025 | 40 min.**

O documentário traz como temáticas os eixos arte, cidade e mobilidade urbana. Idealizado pela artista multimídia Lizis, busca uma conexão direta com seu trabalho de arte com lambe-lambe. Aborda, de forma crítica, a mobilidade sob a ótica de mulheres de Presidente Prudente, por meio de depoimentos e registros de sua realidade em diferentes dinâmicas de locomoção. Após a sessão, haverá um bate-papo com os realizadores do filme.

**Dia 23/9.**

**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.



Foto: Pixeles

**Oficina** Café com Sentido: Cultura, Natureza e Percepção

## Cursos, oficinas e encontros

### ALIMENTAÇÃO

Oficina

**CAFÉ COM SENTIDO:**

**CULTURA, NATUREZA E PERCEPÇÃO**

**Com Deborah Veneziano.**

Uma vivência sensorial com café especial amazônico, produzido em Rondônia por meio de sistemas agroflorestais – um café que carrega sabor, história e conexão com a natureza.

Vamos explorar os cinco sentidos através de dinâmicas práticas com alimentos, aromas e diferentes estímulos sensoriais. Você vai aprender a construir sua própria biblioteca sensorial e entender como formas, cores e memórias interferem na forma como percebemos os sabores.

**Dia 13/9.**

**Sábado,**

**14h30 às 16h30.**

Quiosque.

Grátis.

A partir de  
16 anos.

Senhas no local  
30 minutos antes.

## ARTES VISUAIS

Oficina

**ATELÊ DE PRÁTICAS ARTÍSTICAS:  
MODELAGEM MANUAL CERÂMICA**

**Com a arquiteta e  
ceramista Madu Suguimoto (Ateliê Katu).**

Experimentação de diversas práticas no campo das artes visuais e plásticas como desenho, pintura, escultura, grafismos, lambe, estêncil, colagem, graffiti, entre outras.

A cada mês, diferentes técnicas serão trabalhadas, sempre norteadas por um eixo de discussão sobre o fazer artístico proposto. Os participantes terão à disposição materiais e suporte para realizar exercícios orientados e desenvolver suas próprias ideias.

*Maria Eduarda Suguimoto é ceramista e arte-educadora, desenvolve trabalhos autorais e vivências que exploram a cerâmica de alta temperatura como meio de expressão, unindo técnica, experimentação e processo criativo através do fazer manual e reconexão com a terra.*

**De 4 a 25/9.**

**Quintas,**

**18h às 20h.**

Espaço de  
Tecnologias e Artes.  
Grátis.

A partir de 14 anos.

Senhas no local.

Limitado à  
capacidade  
do espaço.



**Oficina Ateliê de práticas artísticas: Modelagem Manual Cerâmica**

**LITERATURA**

Oficina

**HISTÓRIAS EM QUADRINHOS COLABORATIVAS****Com o artista visual Caeto Melo.**

Você já imaginou criar uma história em quadrinhos junto com outras pessoas? Com técnicas básicas de desenho e arte-final, os participantes mergulham em uma dinâmica colaborativa, onde cada um contribui com uma parte da história em forma de imagens. A proposta valoriza a criatividade coletiva, promove interação entre os participantes e desperta o gosto pela narrativa visual.

**Dia 28/9.****Domingo, 14h30.**

Quiosque.

Grátis.

A partir de 6 anos

Senhas no local

30 minutos antes.

**MEIO AMBIENTE****FLORESTAR: ÁREAS VERDES EDUCADORAS**

O projeto tem como objetivo ampliar o caráter educativo das áreas verdes, por meio da contemplação, informação, experiências sensoriais e ações educativas regulares, no âmbito da Unidade, como também de sua vizinhança.

Curso

**SISTEMAS AGROFLORESTAIS****COM FOCO EM CAFÉ****Com Anderson Arcanjoletto e Angélica****Facirolli, do Sítio Santa Terra.**

O curso tem por objetivo apresentar os princípios dos sistemas agroflorestais com ênfase na produção agroecológica de café. A atividade será dividida entre momentos teóricos e vivências práticas, promovendo uma experiência completa sobre o plantio, o manejo e os benefícios ambientais, sociais e econômicos das agroflorestas.

**Dia 13/9.****Sábado,****9h30 às 13h.**

Quiosque.

Grátis.

A partir de 14 anos.

Inscrições on-line

de 2 a 13/9.

**Curso** Sistemas Agroflorestais com Foco em Café



Foto: Maila Aves

**Feira de Pequenos Produtores****Oficina****AGROFLORESTA PARA  
PEQUENOS AGRICULTORES****Com Anderson Arcanjoletto e Angélica Facirolli,  
do Sítio Santa Terra.**

Sob abordagem lúdica, a oficina apresenta o universo agroflorestal para as crianças, utilizando contação de histórias, ilustrações e práticas de plantio. O objetivo é cultivar consciência ecológica e valorizar a natureza de forma divertida e educativa.

**Dia 14/9.****Domingo,  
10h30 às 12h30.**

Horta.  
Grátis.  
De 3 a 12 anos.  
Senhas no local  
30 minutos antes.

**FEIRA DE PEQUENOS PRODUTORES****Com agricultor(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 20/9.****Sábado,  
9h30 às 13h.**

Quintal.  
Grátis.  
Todas as idades.

**Vivência****AGROECOLOGIA NA PRÁTICA: ESPERANÇAR****Com a agricultora e educadora Tatiana  
Jo, da Esperançar Agroecologia.**

Encontros mensais para cuidar das hortas do Sesc Thermas com a orientação de diferentes iniciativas agroecológicas da região. No encontro de setembro, Tatiana Jo compartilha a prática da Esperançar Agroecologia na qual conduz os participantes na realização dos manejos, colheitas, adubações e novos plantios nas áreas de cultivo da unidade.

**Dia 21/9.****Domingo,  
15h às 17h30.**

Horta.  
Grátis.  
Todas as idades.

**TECNOLOGIAS E ARTES**

Oficina

**LABORATÓRIO DE COSTURA****Com a artesã e designer de moda Juliana Spoladore.**

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 3 a 24/9.****Quartas,  
14h30 às 16h30  
(turma avançada)  
e 18h às 20h  
(turma iniciante)**Espaço de  
Tecnologias e Artes.  
Grátis.A partir de 14 anos.  
Senhas no local.  
Limitado à  
capacidade  
do espaço.

Oficina

**EXPLORANDO OBRAS E MUSEUS****COM GOOGLE ARTS & CULTURE****Com educador do Espaço de  
Tecnologia e Artes do Sesc.**

Aprenda a explorar a plataforma da Google que permite o acesso a diversos acervos culturais on-line, como obras de arte e documentos históricos que estão salvaguardados em museus e instituições ao redor do mundo.

**Dia 13 e 14/9.****Sábado e  
Domingo,  
10h30 às 12h.**Espaço de  
Tecnologias  
e Artes.  
Grátis.  
A partir de 14 anos.  
Inscrições on-line  
de 3 a 13/9.

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 no uso do celular e outros equipamentos digitais.

**Encontro 1:** Aplicativos como ferramentas para a criatividade**Encontro 2:** Aplicativos para planejamento e organização de viagens**Encontro 3:** Aplicativos de serviço e informações do governo federal**De 16 a 30/9.****Terças,  
14h30 às 16h.**Espaço de  
Tecnologias e Artes.  
Grátis.  
A partir de 16 anos.  
Inscrições on-line  
de 3 a 16/9.



Foto: Pexels

**Curso Introdução a Robótica****Curso****INTRODUÇÃO À ROBÓTICA****Com educador do Espaço de  
Tecnologias e Artes do Sesc.**

Incentivando atividades de construção e modelagem de protótipos de baixo custo, o curso desenvolve exercícios em plataformas digitais sobre programação e lógica. Em cada encontro, o participante aprende sobre um novo componente eletrônico, que será utilizado para incorporar partes de um robô.

**De 16 a 30/9.****Terças,  
18h às 19h30.**Espaço de  
Tecnologias  
e Artes.  
Grátis.A partir de 12 anos.  
Inscrições on-line  
de 3 a 16/9.**Oficina****CONHECENDO O VIAJANTE DO GOOGLE EARTH****Com o educador do Espaço de  
Tecnologias e Artes do Sesc.**

Com as ferramentas de criação do Google Earth, você pode explorar, colaborar, produzir e compartilhar histórias digitais mapeadas em qualquer ponto do planeta. Nesta oficina, por meio de uma experiência educativa e imersiva, conheça essas e outras funcionalidades da ferramenta “O Viajante”.

**Dia 27/9.****Sábado,  
10h30 às 12h.****Dia 28/9.****Domingo,  
10h30 às 12h.**Espaço de  
Tecnologias  
e Artes.  
Grátis.A partir de 14 anos.  
Inscrições on-line  
de 16 a 27/9.

## Semana Move

A Semana Move é uma campanha latino-americana de promoção da prática de esportes e atividades físicas em que instituições de caráter privado, público e ONGS organizam por 9 dias do mês de setembro atividades de acesso livre para sua comunidade desenhadas para incluir e motivar pessoas de todas as faixas etárias e estratos sociais para a prática.



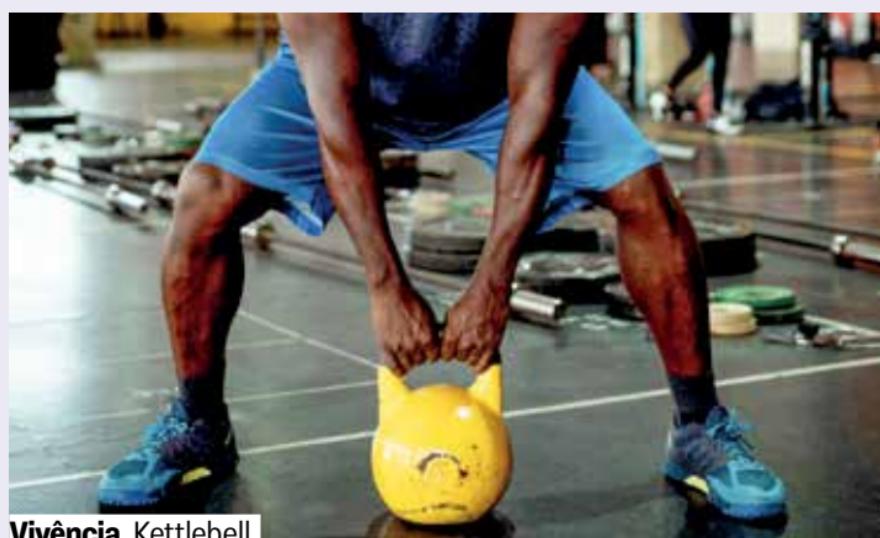


Foto: Pexels

**Vivência Kettlebell**

Vivência

**CORRENDO NA FIRMA**

Em ritmo de Semana Move e às vésperas de mais uma etapa do Circuito Sesc de Corridas na nossa cidade, as equipes físico-esportiva e de fisioterapia do Sesc Thermas visitam empresas do setor de comércio levando dicas valiosas para quem quer começar a correr.

**Dias 24 e 25/9.****Quarta e quinta,  
9h às 10h30.**

Em empresas do comércio de bens, serviços e turismo.

Vivência

**KETTLEBELL****Com Fábio Azevedo.**

De instrumento utilizado como balança na Rússia Czarista à ferramenta para realizar treinamento de força com grande amplitude de movimentos, o kettlebell também auxilia na estabilidade articular dinâmica, reduzindo riscos de lesões e promovendo ganhos de potência muscular.

**De 23 a 26/9.****Terça a sexta,  
18h30 às 19h30.**

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.  
Entrega de senha no local.

Vivência

**WATSU - RELAXAMENTO FÍSICO E MENTAL****Com Caroline Laghetto.**

Prática que alia movimentos suaves, alongamentos e massagens em águas aquecidas, o Watsu é uma técnica que visa estimular a conexão consigo mesmo em diferentes níveis, explorando não só o corpo físico, mas também aspectos emocionais e espirituais.

*Para acessar as piscinas, é necessário possuir credencial e exame dermatológico válidos, assim como os trajes de banho adequados.*

**Dias 25 e 26/9.****Quinta e sexta,  
8h às 10h,  
17h30 às 19h30.****Dia 27/9.****Sábado,****10h às 11h.**

Parque Aquático.

Grátis.

A partir de 12 anos.



Foto: Tomer Kotler

**Vivência Blazepod - Desafio de Reação e Agilidade****Vivência****BLAZEPOD - DESAFIO DE REAÇÃO E AGILIDADE****Com a Equipe Tojan Experience.**

Nesta atividade, o foco é testar o tempo de reação das pessoas participantes, promovendo agilidade, coordenação e raciocínio rápido, através de sensores de luzes e movimento.

**Dia 27/9.****Sábado,  
10h às 17h.**

Bosque.

Grátis.

A partir de 12 anos.

**Vivência****MINI ATLETISMO: BRINCAR DE SALTAR****Com a equipe Tojan Experience.**

Venha aprender brincando com atividades inspiradas no atletismo. Corridas e saltos para movimentar o corpo e se divertir com o esporte.

**Dia 27/9.****Sábado,  
10h às 17h.**

Bosque.

Grátis.

A partir de 6 anos.

**Vivência****VOCÊ VELOZ****Com a Equipe Tojan Experience.**

Teste a sua velocidade e supere seus próprios limites.

**Dia 27/9.****Sábado,  
10h às 17h.**

Bosque.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Cortejo

### RABO DE FOGUETE

**Com o Grupo Rosa dos Ventos.**

Prepare-se para dar boas risadas enquanto se prepara para nossa corrida. Música ao vivo, acrobacias e muita palhaçada divertem as pessoas desde a retirada do kit até a linha de chegada.

**Dia 27/9.**

**Sábado,**

**10h, 12h e 16h.**

Bosque.

Grátis. **AL**

Vivência

### QUANTO VOCÊ SALTA?

**Com a Equipe da Tojan Experience.**

Neste desafio, o intuito é saltar o mais alto que puder. Uma forma divertida e rápida de testar sua impulsão vertical!

**Dia 27/9.**

**Sábado,**

**10h às 17h.**

Bosque.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Bate-papo e aula aberta

### CORRIDA - DO PAPO À PISTA

**Com a ex-atleta Lucélia Peres.**

Oportunidade de conhecer de perto a história e receber dicas práticas sobre corrida com a atleta Lucélia Peres, última campeã brasileira da Corrida de São Silvestre.

**Dia 27/9.**

**Sábado,**

**10h às 12h.**

Pista de  
Caminhada.

Grátis.

A partir de 12 anos.



**Bate-papo e aula aberta** Corrida - Do Papo à Pista



Foto: Maia Alves

## Corrida - Etapa Presidente Prudente

### CIRCUITO SESC DE CORRIDAS

Este projeto é um convite à prática de exercícios físicos e à vida saudável. As provas do Circuito Sesc de Corridas acontecem tanto nos grandes centros como em municípios do interior e comunidades periféricas, o que amplia a participação do público e incentiva os iniciantes na modalidade. Outra característica do Circuito é promover a integração dos participantes e seus familiares, por meio de ações de lazer e entretenimento realizadas paralelamente às provas, como jogos educativos, aulas e recreações.

### CORRIDA - ETAPA PRESIDENTE PRUDENTE

A etapa de Presidente Prudente do Circuito Sesc de Corridas retorna ao Parque do Povo, um dos principais pontos de convivência da cidade, com provas de 5 km e 10 km para corrida e 5 km para caminhada. A largada está marcada para as 7h, e a arena montada no local recebe ainda uma programação paralela com diversas ações voltadas ao público participante.

**Dia 28/9.**

**Domingo,**

**7h às 11h.**

Parque do Povo.

Caminhada: **A12**

Corrida: **A16**

Valores:

● R\$ 20

▲ R\$ 40

Inscrições on-line a partir das 14h de 3/9 exclusivamente para Credencial Plena Sesc. Para o público em geral, a partir de 5/9. Até 22/9 ou enquanto houver disponibilidade de vagas.

**RETIRE SEU KIT**

Os kits de corredores compostos por camiseta, chip e número de peito devem ser retirados mediante a apresentação do comprovante de inscrição e documentos pessoais. No caso de Credencial Plena, é necessário apresentá-la.

**Durante a retirada do kit, convidamos cada participante a colaborar com 1 quilo de alimento não perecível. A arrecadação será destinada a instituições assistenciais da cidade, em ação conjunta do Sesc e da Prefeitura de Presidente Prudente, por meio do Fundo Social de Solidariedade (Decreto Municipal nº 36.440/2025).**

**Dias 26 e 27/9.  
Sexta e sábado,  
10h às 17h.  
Bosque.**

Vivência

**CORRENDO COM LUCÉLIA PERES**

A multicampeã e última brasileira vencedora da Corrida de São Silvestre participa da Etapa de Presidente Prudente do Circuito Sesc de Corridas.

**Dia 28/9.  
Domingo, 7h.  
Parque do Povo.  
Grátis.**

Vivência

**MASSAGEM RÁPIDA**

**Com os técnicos do curso de Massagem Relaxante e Energética do Senac de Presidente Prudente (SP).**

As pessoas participantes da Corrida e Caminhada podem vivenciar essa técnica de massagem que também auxilia na recuperação muscular, contribuindo para os cuidados pós prova.

**Dia 28/9.  
Domingo,  
6h30 às 11h.  
Parque do Povo.  
Grátis.**



**Aula aberta Massagem Rápida**

Cortejo

### **RABO DE FOGUETE**

**Com o Grupo Rosa dos Ventos.**

*Sinopse na página 21.*

**Dia 28/9.**

**Domingo,**

**6h30 às 11h.**

Parque do Povo.

Grátis. **AL**

Vivência

### **BLAZEPOD - DESAFIO DE REAÇÃO E AGILIDADE**

**Com a Equipe Tojan Experience.**

*Sinopse na página 20.*

**Dia 28/9.**

**Domingo,**

**6h30 às 11h.**

Parque do Povo.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Vivência

### **MINI ATLETISMO: BRINCAR DE SALTAR**

**Com a equipe Tojan Experience.**

*Sinopse na página 20.*

**Dia 28/9.**

**Domingo,**

**6h30 às 11h.**

Parque do Povo.

Grátis. A partir

de 6 anos.

Vivência

### **VOCÊ VELOZ**

**Com a Equipe Tojan Experience.**

*Sinopse na página 20.*

**Dia 28/9.**

**Domingo,**

**6h30 às 11h.**

Parque do Povo.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Vivência

### **DO ESFORÇO AO EQUILÍBRIO: DESACELERE**

**Equipe de Fisioterapia Sesc Thermas.**

Estimulando os cuidados pós-prova e auxiliando na recuperação muscular, a equipe de Fisioterapia do Sesc Thermas te convida a Desacelerar após a Corrida Move.

**Dia 28/9.**

**Domingo,**

**6h30 às 11h.**

Parque do Povo.

Grátis.

A partir de 16 anos.



**Vivência Do Esforço ao Equilíbrio: Desacelere**



**Aula aberta Karatê para Mulheres**

Foto: Mailá Alves

## Esporte e Atividade física

Aula aberta

### KARATÊ PARA MULHERES

**Com o Sensei Victor Nishimura.**

Arte marcial oriunda do Japão, o Karatê, que significa "mãos vazias" em japonês, alia técnicas de combate à disciplina das lutas. Neste mês de setembro, venha conhecer e vivenciar o Karatê, aliviar o estresse e aprimorar o seu condicionamento físico através dessa prática milenar.

**De 3/9 a 24/9.**

**Quartas,**

**18h30 às 20h.**

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

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.**

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Aula aberta

### YOGA

**Com a instrutora Edna Branco.**

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 7 a 28/9.**

**Domingos, 10h.**

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.  
Limitado à capacidade do espaço.



**Torneios e campeonatos** Tênis de Mesa

Foto: Estevão Salomão

## COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS

Tem como objetivo atender e promover a socialização, ampliando o acesso ao lazer e à difusão da prática de atividades físicas e esportivas. Ela favorece o desenvolvimento integral dos trabalhadores das empresas do comércio de bens, serviços e turismo, seus dependentes e a comunidade em geral.

Torneios e campeonatos

### TÊNIS DE MESA

Categoria Individual Mista.

Para participar é necessário ter a Credencial Plena do Sesc SP.

**Dia 14/9.**

**Domingo (feriado),  
9h às 14h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis.

A partir de  
12 anos.  
Inscrições de  
1 a 10/9 em  
[sescsp.org.br/  
prudente](http://sescsp.org.br/prudente)

## RECREAÇÕES ESPORTIVAS

Atividades que visam incentivar a prática regular das modalidades.

### BASQUETE

Orientação com o educador Luiz Waldemar

**De 6/9 a 28/9.**

**Sábados e domingos e feriados, 9h às 12h.**

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 12 anos.

### BEACH TENNIS

Orientação com o educador Fábio Teixeira

**De 6 a 28/9.**

**Sábados e domingos e feriados, 9h às 12h.**

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

### VÔLEI DE AREIA

Orientação com a educadora Eliane Disaró

**De 6/9 a 28/9.**

**Sábados e domingos e feriados, 15h às 17h30.**

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

### FUTSAL

Orientação com o educador Renan Coutinho

**De 6 a 28/9.**

**Sábados e domingos e feriados, 15h às 17h30.**

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 12 anos.

### FUTSAL FEMININO

Orientação com a educadora Beth Soares

**De 4 a 25/9. Quintas, 18h30 às 20h.**

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 Sesc fornece material para os participantes.*

*Não é necessário agendamento.*

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



**Recreação Esportiva Orientada Futsal Feminino**



**Esporte Jovem** Basquete Feminino

Foto: Maila Alves

## 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



Foto: Mália 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**

8h às 13h e 15h às 20h

● R\$ 50    ▲R\$ 108

**Sábados**

9h às 15h

Grátis: 12 a 16 anos

**Domingos e feriados**

9h às 13h

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**

8h10 e 18h40

**Quartas e sextas**

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



Foto: Cláudia Abu Alaiá

**Espetáculo circense O Recruta**

## Crianças

Espetáculo circense

### O RECRUTA

#### Com a Cia. Pano de Chão.

O renomado e condecorado Capitão Floriano é surpreendido por Farolette, um aspirante a palhaçaria que enfrentará diversas provas e desafios até ganhar a sua primeira medalha de honra ao mérito! Mas para isso, o recruta vai ter que vencer o maior de todos os obstáculos, amolecer o coração do capitão.

**Dia 7/9 (feriado).**

**Domingo, 16h.**

Área de

Convivência.

Grátis. [AL](#)

Oficina

### DESENHO - ÀS VEZES VEJO

### DRAGÕES NAS NUVENS

#### Com o artista Vitor Dantas.

Olhar para o céu ou mergulhar no oceano desperta a imaginação e inspira narrativas repletas de criaturas fantásticas, entre aventuras e tragédias. Nesta oficina, partimos de trechos da obra *O Livro dos Seres Imaginários*, de Jorge Luis Borges, para explorar o limite entre realidade e invenção. Com papel e tinta, deixamos as manchas guiarem a criação de novos seres e histórias, que serão reinventados e compartilhados em grupo.

**Dia 14/9 (feriado).**

**Domingo,**

**14h30 às 16h30.**

Quiosque.

Grátis. Todas

as idades.

Senhas no local

30 minutos antes.

Espetáculo teatral

## **MENINO CORAGEM**

**Com a Cia. Articularte.**

Nesta envolvente história, Zaki e Janaína, duas crianças afrodescendentes de uma família remota, se perdem de seus pais e embarcam em aventuras perigosas e divertidas. Atravessando uma floresta sombria e um mar fantástico, contam com a companhia de Uí, um animal de estimação surreal!

Contação de história

## **PESCARIA LITERÁRIA**

**Com Grupo Urutau de Teatro Experimental.**

A Pescaria Literária transforma a leitura em um mergulho divertido! À beira da piscina, crianças e adultos pescam livros de banho com varas de pescar, guiados por um pescador e uma sereia que narram causos e histórias da cultura popular. Um espaço acolhedor com que convida todos a ler, imaginar e brincar com a literatura de um jeito único!

Vivência

## **ILHA DA LITERATURA**

**Com Grupo Urutau de Teatro Experimental.**

Um espaço interativo com contação de histórias, brincadeiras populares, figurinos, oficinas e mediação de leitura. A proposta do grupo une arte, educação e diversão para despertar a imaginação e o prazer da leitura em pessoas de todas as idades!

**Dia 14/9 (feriado).**

**Domingo, 16h.**

Área de Convivência.  
Grátis. **AL**

**Dia 20/9.**

**Sábado,**

**14h30 às 17h30.**

Parque Aquático.  
Grátis.

Todas as idades.

**Dia 21/9.**

**Domingo,**

**11h às 12h30 e  
14h30 às 16h.**

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.



**Espetáculo teatral Menino Coragem**

---

Espetáculo musical

## **UM MUSICAL DESAFINADO**

**Com a Cia Bambolina.**

Um grupo de amigos precisa fazer um trabalho de ciências e o prazo está se esgotando. Reunidos numa casa na árvore, onde eles se encontram todo dia, recebem a notícia de que precisam sair dali pois a árvore será cortada. Imediatamente eles começam uma aventura para não deixar que a árvore seja derrubada. Em meio a planos e confusões, muita coisa vai acontecer, até essa turminha, ganhar ou perder.

---

**Dia 21/9.**

**Domingo, 16h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis. **AL**

Espetáculo circense

## **QUAIS QUAIS**

**Com a Cia Lacozzamia.**

Dois palhaços se encontram em uma estação de trem chamada Iracema e se identificam por seus problemas em comum e o amor pelo samba, em especial, músicas do artista Adoniran Barbosa. Dedérsom é um cantor de samba que mora na estação e que costuma cantar para "defender algum", é ai que chega Joel para pegar o trem das onze e que mesmo "sem querer" acaba participando do show.

**Dia 28/9.**

**Domingo, 16h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis. **AL**



**Espetáculo circense Quais Quais**



**Curso** Capoeira na Longevidade

Foto: Acervo pessoal

## Pessoas Idosas

---

Curso

### **CAPOEIRA NA LONGEVIDADE**

**Com o Mestre Nelson.**

As aulas propõem a prática para pessoas idosas deste esporte de origem africana, combinando movimentos suaves e dinâmicos, com o som do berimbau e músicas que refletem sua história. Através de exercícios adaptados, o curso busca promover o movimento corporal, a flexibilidade e a socialização, respeitando as necessidades de cada participante, enquanto compartilha a tradição e a cultura da capoeira.

**Até 30/10.**

**Terças e quintas,  
14h30 às 15h30.**

Quintal.

Grátis.

A partir de  
55 anos.

Inscrições a  
partir das 14h  
do dia 26/8  
na Central de  
Relacionamento  
(mediante  
agendamento).

Curso

**DANÇA****Com o prof. Chico Luz e Gisela Mesquita.**

Dançar melhora o condicionamento físico e a coordenação motora, além de incentivar a socialização e aliviar o estresse. Por meio de ritmos suaves e movimentos acessíveis, promovemos bem-estar físico, fortalecimento muscular, melhora no equilíbrio e na coordenação motora, além de estimular a memória, a autoestima e a socialização.

Mais do que uma atividade física, a dança é uma celebração da vida, do tempo e da liberdade de ser quem se é, com leveza e prazer em cada passo. Venha dançar com a gente e descobrir tudo o que o movimento pode despertar em você!

*Para pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.*

**Até 24/10.****Quartas e sextas,  
14h30 às 16h.**

Quintal.

A partir de 55 anos.

Grátis.

Curso em

andamento.

Consultar

disponibilidade

de vagas na

Central de

Relacionamento.

Excursão

**FESTIVAL DA INTEGRAÇÃO****SESC BERTIOGA**

O Sesc SP realiza anualmente, em duas edições, na unidade de Bertioga, o Festival da Integração, uma das ações do Programa Trabalho Social com Pessoas Idosas - TSPI, com a participação de 41 unidades deste regional, entre Capital, Interior e Litoral.

A edição de 2025 do Festival dispõe da premissa de reconhecer o protagonismo das pessoas idosas por intermédio de ações processuais, em continuidade ao que é desenvolvido nas unidades, sendo este institucional um grande momento de celebração, participação e de encontro do público 60 mais.

**De 3 a 7/9.****Quarta a domingo,  
8h às 17h.**A partir  
de 60 anos.**INSCRIÇÕES  
ENCERRADAS.****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 cardíopatas 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

## ALONGUE-SE

### Com equipe de fisioterapia do Sesc.

A prática correta do alongamento é essencial para aumentar a flexibilidade corporal. Alongar-se diariamente auxilia no alívio das tensões musculares, na melhora da postura corporal e na prevenção de lesões. Venha aprender técnicas que podem ser empregadas no seu dia a dia.

**Dia 6/9.**

**Sábado, 10h.**

Quintal.

Grátis.

A partir de  
12 anos.

Bate-papo

## PAPO MATERNO: SAÚDE

## MENTAL NO MATERNAR

**Com Amanda Pessoa,**

**Natalia Arruda e Carol Di Giorgi.**

Encontro acolhedor para troca de experiências sobre maternidade, voltado a gestantes, mães e mulheres que desejam refletir sobre esse universo. Um espaço de escuta, apoio e partilha. Durante o bate-papo, haverá um cantinho de leitura e espaço sensorial para as crianças, com supervisão de um adulto responsável.

**Dia 19/9.**

**Sexta,**

**18h30 às 19h30.**

Quintal.

Grátis.

Todas as idades.

**SEGUNDA****TERÇA****QUARTA****QUINTA****2**

**Pessoas Idosas**  
**14h30 - Curso**  
- Capoeira na Longevidade

**3**

**Esporte e Atividade Física**  
**18h30 - Aula aberta - Karatê para Mulheres**

**4**

**Artes Visuais**  
**18h - Oficina - Ateliê de práticas artísticas:**  
Modelagem  
Manual Cerâmica

**9**

**Espaço de Tecnologias e Artes**  
**14h30 - Oficina**  
- Laboratório de Costura

**10**

**Esporte e Atividade Física**  
**18h30 - Aula aberta - Karatê para Mulheres**

**11**

**Artes Visuais**  
**18h - Oficina - Ateliê de práticas artísticas:**  
Modelagem  
Manual Cerâmica

**16**

**Cinema**  
**20h - Exibição**  
- Memórias da Ditadura no Oeste Paulista

**17**

**Esporte e Atividade Física**  
**18h30 - Aula aberta - Karatê para Mulheres**

**18**

**Artes Visuais**  
**18h - Oficina - Ateliê de práticas artísticas:**  
Modelagem  
Manual Cerâmica

**23**

**Cinema**  
**20h - Exibição**  
- Cidade, Substantivo Feminino?

**24**

**Esporte e Atividade Física**  
**18h30 - Aula aberta - Karatê para Mulheres**

**25**

**Palco Território**  
**20h30 - Espetáculo teatral - Noite das Mal Dormidas**

**30**

**Pessoas Idosas**  
**14h30 - Curso**  
- Capoeira na Longevidade

SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
<b>5</b>  <b>Pessoas Idosas</b> 14h30 - <i>Curso - Dança</i>	<b>6</b>  <b>Saúde</b> 10h - <i>Aula aberta Alongue-se</i>  <b>Música</b> 16h - <i>Show de MPB - Franco das Camélias</i>	<b>7 (feriado)</b>  <b>Crianças</b> 16h - <i>Espetáculo circense - O Recruta</i>
<b>12</b>  <b>Pessoas Idosas</b> 14h30 - <i>Curso - Dança</i>	<b>13</b>  <b>Música</b> 16h - <i>Show de Samba - Fina Estampa</i>	<b>14 (feriado)</b>  <b>Copa Sesc</b> 9h - <i>Torneios e campeonatos - Tênis de Mesa</i>  <b>Crianças</b> 16h - <i>Espetáculo teatral - Menino Coragem</i>
<b>19</b>  <b>Saúde</b> 18h30 - <i>Bate-papo - Papo Materno: Saúde Mental no Maternar</i>	<b>20</b>  <b>Florestar</b> 9h30 - <i>Feira de Pequenos Produtores</i>  <b>Música</b> 16h - <i>Show de Rap - Alliblack</i>	<b>21</b>  <b>Crianças</b> 16h - <i>Espetáculo circense - Um Musical Desafinado</i>
<b>26</b>  <b>Pessoas Idosas</b> 14h30 - <i>Curso - Dança</i>	<b>27</b>  <b>Música</b> 16h - <i>Show Música Extrema - Kinoglass</i>	<b>28</b>  <b>Semana Move</b> 7h - <i>Corrida - Etapa Presidente Prudente</i>

# 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/agoranatv](http://sesctv.org.br/agoranatv)

# Edições Sesc

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

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