



Setembro 2025

Sesc Guarulhos

Guia de Programação



Funcionamento

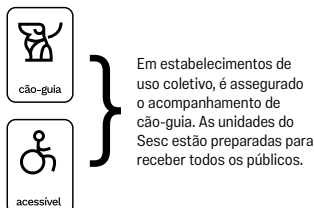
Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado: 9h às 20h
Domingo e feriado: 9h às 18h

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



Este guia traz os destaques da programação da unidade de Guarulhos. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em sescsp.org.br. Esta versão em PDF também é acessível para pessoas com deficiência visual. Programação sujeita a alterações.

Capa: Dan Stulbach -
O Mercador de Veneza.
Foto: Divulgação

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
5 a 7/9	26/8	27/8
12 a 14/9	2/9	3/9
19 a 21/9	9/8	10/8
26 a 28/9	16/8	17/8

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

Para espetáculos infantis, crianças de até 12 (doze) anos de idade têm gratuidade na aquisição dos ingressos. Para espetáculos adultos, a gratuidade é válida para crianças de até 3 (três) anos de idade. Em ambos os casos, os ingressos devem ser emitidos presencialmente nas bilheterias das unidades do Sesc SP. Ressaltamos que é obrigatório que todas as pessoas apresentem ingresso, cuja emissão está sujeita à disponibilidade.

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	Arteiros: Encontro Arte e Primeira Infância
12	Semana Move
18	Shows e Espetáculos
22	Exposição
24	Cursos, Oficinas e Encontros
33	Esporte e Atividade Física
40	Crianças
42	Pessoas Idosas
43	Turismo Social
44	Agenda de Destaques

Editorial

Setembro chega com seus ventos mais frescos e dias que começam a se alongar, anunciando a transição para a primavera. É um mês que convida à renovação, à retomada de projetos e à abertura para novas experiências.

No Sesc, esse espírito se traduz em uma programação vibrante, diversa e pensada para todas as idades e interesses.

Como destaque das ações artísticas, teremos a minitemporada do espetáculo de teatro

O Mercado de Veneza, com direção de **Daniela Stirbulov** e protagonizado por **Dan Stulbach** e grande elenco, atualizando este que é um dos textos mais emblemáticos da obra do dramaturgo William Shakespeare.

Também teremos muitas apresentações musicais com **Xênia França**, **Adriana Farias**, **niLL**, dentre outros nomes.

O **Encontro Arte e Primeira Infância** é o destaque do mês na programação educativa. O evento, que terá abertura conduzida por **Kiusam Oliveira** (10/09), busca fortalecer iniciativas de pesquisa e formação voltadas à primeira infância e à arte, oferecendo uma visão ampla sobre o tema e convidando profissionais da educação, artistas e demais interessados a participar de mesas, oficinas e vivências criativas. A proposta incentiva a reflexão sobre o papel da arte junto a bebês e crianças de 0 a 6 anos e integra as ações do **Projeto Arteiros**, vinculado ao Programa Espaço de Brincar.

Outras atividades também prometem agradar ao público. Dia 12, por exemplo, teremos uma nova sessão do Cine Conforto, com a exibição da animação **Tarsilinha**.



E no dia 21, Dia da Árvore, o convite é para uma caminhada de identificação e contemplação das árvores presentes no caminho do Sesc Guarulhos até a Praça dos Mamonas, no Parque Cecap.

O mês se encerra com energia total e um convite vibrante à ação. Com o tema Geração Movimento, a **Semana MOVE** transforma a unidade em um grande palco de vivências esportivas, acessíveis e diversas, que celebram o corpo em movimento e a potência da coletividade.

Ao longo da semana, o público é convidado a experimentar diferentes formas de se movimentar, respeitando seus ritmos e descobrindo novas possibilidades.

Para quem busca equilíbrio e introspecção, a **Caminhada Consciente** propõe uma prática **ZEN**, conectando corpo e mente em harmonia com o ambiente. Já na **Ginástica Multifuncional (GMF)**, os **desafios de remo** e **slackline** colocam o corpo em ação com foco, força e superação.

Na piscina, a proposta é ter novas experiências com a vivência de Polo Aquático, que une técnica, trabalho em equipe e diversão. E para quem gosta de se desafiar, o **III Fast Triathlon** promete emoção e resistência, com a participação especial do **paratleta Fernando Aranha**, referência no esporte adaptado e inspiração para todas as gerações.

Convidamos você a explorar essa programação com curiosidade e se abrir a novas experiências. Que setembro seja um mês de descobertas, encontros e muita inspiração nos nossos espaços.

Venha fazer parte dessa geração que se move!



Arteiros:

Encontro Arte e Primeira Infância

Arte e criança não se dissociam.

A criança está no mundo de maneira integralmente disponível a experiências estéticas, isto é, tudo o que lhe chega por meio dos sentidos a atravessa. Do mesmo modo se dá sua expressão no mundo, com o corpo inteiro: pés, mãos, olhos, ouvidos, nariz, boca, pele, cabeça, barriga, imaginação, encantamento...

Nesse ponto, do sensível - que envolve corpo, imaginário e arrebatamento, é que arte e criança se encontram.

Há um movimento orgânico e intuitivo de expressão artística

na criança. Então, se fazer e fruir arte é um caminho natural para crianças, o que podemos pensar a respeito da relação entre crianças e espaços de arte e cultura - museus, teatros, centros culturais, entre outros?

Existe lugar de criança? Existe arte para criança?

Qual o papel do adulto nessa equação?

E como se dá a participação das crianças em diferentes processos artísticos?

Em sua segunda edição, o Encontro Arte e Primeira Infância

convida educadores(as), artistas e demais profissionais que trabalham com artes e infâncias, a participarem de bate-papos, oficinas e ações artísticas, refletindo sobre o papel da mediação na educação e se perguntando sobre como a seleção de materiais e referências, a organização intencional de/em espaços físicos, o estímulo à participação da criança, dentre outros recursos podem favorecer processos de aprendizagem em arte.



Thamires Motta

Vivência En(saia)ndo

Vivência

EN(SAIA)NDO

**Com educadores(as) do Espaço de Brincar
do Sesc Guarulhos**

Inspiradas pelo movimento das saias e das músicas que embalam danças e brincadeiras, o projeto Arteiros deste mês traz a vivência En(saia)ndo, uma roda que não para de girar e divertir crianças e adultos.

De 7 a 28/9.

Domingos.

11h às 12h30

Exceto dia 14/9

Sala 3

Grátis

Senhas

30 min. antes.

Até 6 anos

Palestra

ABERTURA ENCONTRO

ARTE E PRIMEIRA INFÂNCIA

Aula Magna com Kiusam de Oliveira

Mediar na perspectiva da Pedagogia Eco-ancestral é como o espaço protegido da aldeia e não do palco. É movimento crepuscular que parte do Encantamento como ato político, poético e ancestral. Vamos refletir sobre isso?

Dia 10.

Quarta.

19h às 21h

Teatro

Grátis

Retirada de

ingressos

1h antes

AL

Bate-papo

MEDIAÇÃO:

LER, BRINCAR E FAZER ARTE COM O MUNDO

Com Mirian Celeste Martins,

Ivy de Lima e Giselda Perê.

Mediação de Kelly Cecilia Teixeira Ferrari

Como saber qual o momento de silenciar e o momento de intervir? Como possibilitar uma ação que contribua com essa interação e o que propor para que este encontro seja repleto de significado? Nessa roda de conversa vamos discutir sobre como podemos ser o elo dessa relação, além de debatermos sobre a mediação em outros contextos, como o brincar, a contação de histórias e a mediação de leitura.

Dia 11.

Quinta.

13h30 às 15h30

Sala 4 - Auditório

Grátis

Inscrições online

AL

Espectáculo

COM AS COISAS

Com Lagartixa na Janela

Nesta performance, o objeto meia deixa de ser uma materialidade funcional para ser um lugar, dispositivo do imaginário que aciona e ativa corporalidades, memórias, paisagens, cartografias e relações.

Dia 11.

Quinta.

10h às 11h

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada

de senhas

Até 6 anos

Bate-papo

COM AS COISAS -

ABERTURA DO PROCESSO CRIATIVO

Com Lagartixa na Janela

Bate-papo após apresentação do espetáculo.

Dia 11.

Quinta.

11h às 12h

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada

de senhas

AL



Espectáculo Com as coisas



Divulgação

Performance Tramas

Bate-papo

A ARTE E OS ESPAÇOS PARA BRINCAR

Com Roni Hirsch, Ângela Barbosa e Beto Paiva.

Mediação da Gerência de Estudos e Programas Sociais (GEPROS) do Sesc São Paulo

Onde o brincar livre e a experiência estética se entrelaçam? Esta é a pergunta norteadora deste encontro, que vai fomentar reflexões acerca da importância de propiciar espaços de brincar que permitam criar, ressignificar e transformar como eixos da vivência lúdica e da expressão artística.

Dia 11.

Quinta.

15h45 às 17h45

Sala 4 - Auditório

Grátis

Inscrições online

AL

Performance

TRAMAS

Com Cia Vãos

Os performers dançam e compõem situações de contorno, fronteiras, limites e conexões. Com caixas e fios de malhas apresentam metáforas do cotidiano das cidades. Da ocupação de território e a jornada do ir, vir, cruzar e se encontrar. Dos encontros há o convite para a composição conjunta de artistas e crianças.

Dia 12.

Sexta.

10h às 11h

Praça de
Convivência

Grátis

Sem retirada
de senhas
Até 6 anos

Bate-papo

TRAMAS - ABERTURA DO PROCESSO CRIATIVO

Com Cia Vãos

Bate-papo após apresentação do espetáculo.

Dia 12.

Sexta.

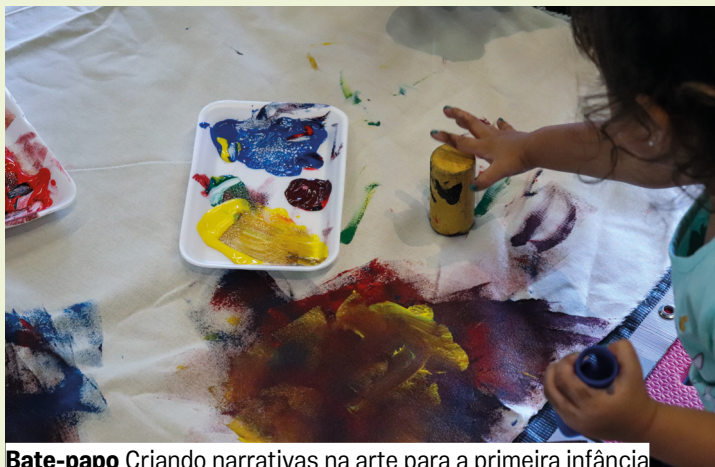
11h às 12h

Praça de
Convivência

Grátis

Sem retirada
de senhas

AL



Divulgação

Bate-papo Criando narrativas na arte para a primeira infância

Bate-papo

CRIANDO NARRATIVAS NA ARTE PARA A PRIMEIRA INFÂNCIA

Com Ananda Luz e Renata Sant'Anna.

Mediação Carla Gonçalves Cardoso

É papel do adulto criar possibilidades para as crianças pequenas se relacionarem com o mundo que as cerca. E nesse lugar de mediador que a pessoa adulta ocupa, como fazer uma seleção de materiais e referências para que as crianças possam interagir com a cultura e com as artes e ampliar suas experiências?

Neste bate-papo, vamos explorar o tema e levantar questões sobre a curadoria e a mediação.

Dia 12.

Sexta.

13h30 às 15h30

Sala 4 - Auditório

Grátis

Sem retirada
de senhas

AL

Bate-papo

CRIANÇA ARTISTA, CRIANÇA ESPECTADORA, CRIANÇA COAUTORA

Com Melissa Panzutti, Elenira Peixoto e

Uxa Xavier. Mediação Barbara Martins

A arte hoje não se contenta mais em ser apenas vista ou escutada. Esta coloca o público em um lugar ativo, com um convite de participação e, muitas vezes, co-criação. Com as crianças esse movimento é ainda mais notável. Nesse bate-papo, iremos refletir sobre a experiência de corpo inteiro das crianças no mundo, a partir das produções de artistas e grupos que (co-)criam ações artísticas para elas.

Dia 12.

Sexta.

15h45 às 17h45

Sala 4 - Auditório

Grátis

Inscrições online

AL

Bate-papo

**O REGISTRO POÉTICO NA
ORIENTAÇÃO DA AÇÃO PEDAGÓGICA**

**Com Marina Marcondes Machado
e Moacir Simplício.**

Mediação Secretaria de Educação de Guarulhos

Como pensar uma forma de registro, seja do planejamento, diários ou relatórios, que alimente e favoreça o trabalho? Como pensar o registro para além da escrita, das notas e conceitos? Nesse bate-papo iremos refletir a respeito de formas mais poéticas e criativas de registrar os processos em arte e educação.

Dia 13.

Sábado.

14h às 16h

Sala 4 - Auditório

Grátis

Sem retirada

de senhas

AL

Espetáculo

CARA DE QUINTAL

Com Cia Zin

O espetáculo faz referência ao quintal como um palco de vivências sensoriais. Ao som de músicas ao vivo, o grupo instaura um espaço que valoriza a percepção, os movimentos e as explorações a partir de objetos como caixas, tecidos e outros, que vão ganhando novos significados no contexto. O público é convidado a interagir, modificando o espaço e sugerindo novos usos dos elementos interativos.

Dia 13.

Sábado.

10h às 11h

Praça de

Convivência

Dia 14.

Domingo.

10h às 12h

Sala 4 - Auditório

Grátis

Sem retirada

de senhas

Até 6 anos

Bate-papo

**CARA DE QUINTAL -
ABERTURA DO PROCESSO CRIATIVO**

Com Cia Zin

Bate-papo após apresentação do espetáculo.

Dia 13.

Sábado.

11h às 12h

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada

de senhas

AL



Espetáculo Cara de Quintal

Semana Move

A **Semana Move 2025** promoverá ações de maneira a alcançar o maior número possível de lugares, pessoas e cidades, a partir de uma rede de parceiros espalhados pelo Brasil e a América Latina, a fim de propiciar o máximo de oportunidades para engajamento e sensibilização da **importância do hábito da prática de esportes e atividades físicas**. As atividades serão organizadas em 6 blocos respeitando interesses dos participantes, promovendo a interação dos públicos e fomentando a divulgação estratégica de nossos cursos.

Serão eles:

Move Academia, Move Esportes, Move Água,
Move Comunidade, Move Zen e Move Empresa.



Divulgação

Aula aberta Move Zen: Caminhada Consciente

Aula aberta

MOVE ZEN: CAMINHADA CONSCIENTE**Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos**

Participe da Caminhada Comunitária até a Praça dos Mamonas! Um convite ao movimento consciente, com práticas de uma aula especial das Terças Zen. Atividade física leve, segura e integrativa, promovendo saúde, bem-estar e conexão com o território.

Dia 23.**Terça.****7h30 às 9h**

Praça de
Convivência
Grátis

Sem retirada
de senhas
A partir de 12 anos

Aula aberta

**RITMOS: UMA VIAGEM MUSICAL
PELAS GERAÇÕES**

Prepare-se para embarcar em uma jornada sonora que atravessa décadas de história musical! Vamos explorar os estilos e movimentos musicais que marcaram cada geração dos clássicos dançantes dos baby boomers, passando pelo groove dos anos 70, o pop e rock vibrante dos anos 80 e 90, até os batidões e hits digitais que embalam a geração Z e Alpha.

Dias 23 e 25.**Terça e quinta.****18h30 às 19h30****Dias 24 e 26.****Quarta e sexta.****9h30 às 10h30****19h30 às 20h30**

Praça de
Convivência
Grátis

Sem retirada
de senhas
A partir de 12 anos

Aula aberta

SLACKLINE

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Experiência prática e sensorial com o objetivo de apresentar e explorar a modalidade de forma acessível, segura e significativa.

O Slackline é a prática de travessia e equilíbrio sobre uma fita elástica esticada entre dois pontos fixos.

Existem diferentes modalidades (trickline, longline, highline), mas a vivência será na forma mais básica e segura, com a fita numa baixa altura.

Dia 23.

Terça.

11h às 12h

16h30 às 17h30

Dias 24 e 26.

Quarta e sexta.

10h30 às 11h30

18h30 às 19h30

Dia 25.

Quinta.

8h30 às 9h30

19h30 às 20h30

Praça de
Convivência

Grátis

Sem retirada
de senhas

A partir de 12 anos

Torneios e campeonatos

DESAFIO DE REMO

Com Crossfit Saurus

Vivência voltada para o conhecimento, a prática e os benefícios do remo ergômetro - aparelho que simula o movimento do remo em um ambiente fechado (indoor).

A atividade, que é muito utilizada em academias, clubes, escolas e projetos esportivos, promove o condicionamento físico, a consciência corporal, a competição e o trabalho em equipe.

De 23 a 26.

Terça a sexta.

20h30 às 21h30

Dias 23 e 25.

Terça e quinta.

9h30 às 10h30

Dia 27.

Sábado.

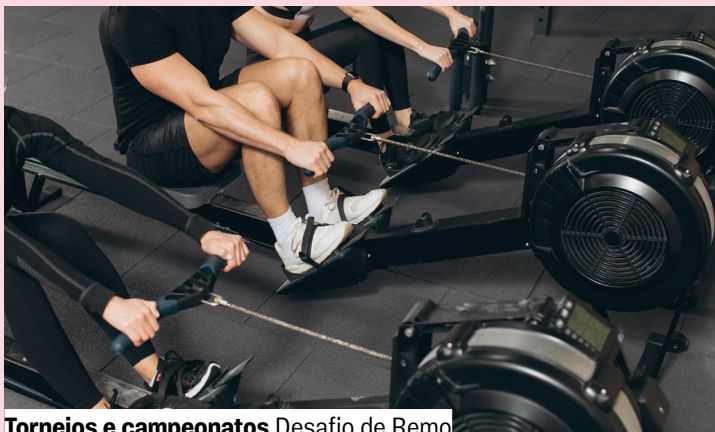
9h30 às 13h30

Praça de
Convivência

Grátis

Sem retirada
de senhas

A partir de 12 anos



Torneios e campeonatos Desafio de Remo

Aula aberta

AQUAYOGA PARA FAMÍLIAS

Com Tia do Yoga

Vivencie momentos de equilíbrio e conexão!

A aula de aquayoga é uma proposta que oferece práticas suaves e acessíveis, unindo respiração, movimento e relaxamento em um ambiente acolhedor e divertido. Ideal para fortalecer vínculos e cuidar do corpo e da mente.

Dias 23 e 25.

Terça e quinta.

15h às 16h

Dias 24 e 26/9.

Quarta e sexta.

10h30 às 11h30

Piscina Coberta

Grátis

Necessário

possuir Credencial

Plena e exame

dermatológico

válidos.

Senhas

30 min. antes

De 3 a 6 anos

Aula aberta

FUTSAL FEMININO

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Venha aprender ou melhorar seu jogo no Futsal.

Este esporte, também chamado de futebol de salão, é um esporte coletivo semelhante ao futebol de campo, mas com algumas diferenças significativas. Nesta aula aberta, exclusiva para o público feminino, você terá a oportunidade de conhecer um pouco mais o esporte.

Dias 23 e 25.

Terça e quinta.

16h às 17h30

Ginásio

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 13 anos

Aula aberta

FUTSAL

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Venha aprender ou melhorar seu jogo no Futsal.

Este esporte, também chamado de futebol de salão, é um esporte coletivo semelhante ao futebol de campo, mas com algumas diferenças significativas. Nesta aula aberta, você terá a oportunidade de conhecer um pouco mais o esporte.

Dias 23 e 25.

Terça e quinta.

18h30 às 20h

Ginásio

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 13 anos

Aula aberta

TERÇA ZEN EM MOVIMENTO

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Venha participar de mais uma edição das Terças Zen, uma aula especial com exercícios que integram técnicas corporais orientais e ocidentais, voltadas para o equilíbrio entre corpo e mente. Em um ambiente acolhedor e acessível, vamos explorar movimentos que desenvolvem força, flexibilidade, ritmo, respiração e concentração, promovendo o autoconhecimento e o bem-estar.

Dia 23.

Terça.

19h às 20h

Piscina

Descoberta

Grátis

Necessário possuir Credencial Plena e exame dermatológico válidos.

Sem retirada

de senhas

A partir de 12 anos

Aula aberta

TREINOS COLETIVOS ABERTOS DE GMF

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Sequência de exercícios com ênfase no desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras, utilizando metodologias e temáticas variadas como, treino coletivo, ciclismo indoor, ritmos, alongamento, entre outros.

Dia 23.

Terça.

19h30 às 20h30

Dia 24.

Quarta.

19h às 20h

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 12 anos

Aula aberta

YOGA PARA FAMÍLIAS

Com Tia do Yoga

Atividade lúdica de Yoga para as famílias promove concentração, disciplina, autoconhecimento e respeito. Por meio de posturas, jogos e histórias, os pequenos desenvolvem equilíbrio emocional, autoestima e empatia, aprendendo a lidar com seus sentimentos de forma leve e divertida.

Dias 24 e 26.

Quarta e sexta.

9h30 às 10h30

18h às 19h

Sala 5

Grátis

Senhas

30 min. antes

De 3 a 6 anos

Aula aberta

DESAFIO DE GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Aula aberta, com música e animação, que convida os participantes a testarem seu condicionamento físico e superarem seus limites por meio de provas que trabalham força, equilíbrio, resistência, potência, agilidade e velocidade, desenvolvidas no Programa de GMF.

Dia 27.

Sábado.

9h30 às 13h30

Ginásio

Grátis

Vagas limitadas.

Inscrições

antecipadas, na

Sala de Ginástica

(GMF), no período

de **9 a 25/9.**

A partir de 12 anos

Aula aberta

AULÃO DE CORRIDA

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Prepare-se para acelerar. Participe do aulão de corrida na pista do CECAP e viva uma experiência cheia de energia, técnica e superação. Ideal para todos os níveis, o evento une esporte, saúde e diversão em um só lugar. Traga seu tênis, sua garra e venha correr com a gente.

Dia 28.

Domingo.

7h30 às 8h30

Praça dos

Mamonas

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 16 anos

Torneios e campeonatos

III FAST TRIATLON

Com Fernando Aranha

Participe da empolgante atividade de triatlon!

Uma experiência dinâmica que combina natação, ciclismo e corrida, promovendo saúde, superação e integração. Desafie seus limites em um ambiente acolhedor e motivador.

Venha viver essa experiência, seja você iniciante ou atleta experiente!

Dia 26.

Sexta.

17h30 às 21h30

Piscina

Descoberta

Grátis

Inscrição via

formulário

4 a 11/9

A partir de 16 anos

Aula aberta

FUTSAL INFANTO JUVENIL

Com a Comissão Técnica da Wimpro Guarulhos

Venha aprender ou melhorar seu jogo no Futsal.

Este esporte, também chamado de futebol de salão, é um esporte coletivo semelhante ao futebol de campo, mas com algumas diferenças significativas. Nesta aula aberta com a Comissão Técnica da Wimpro Guarulhos, você terá a oportunidade de conhecer um pouco mais o esporte e jogar bastante futsal, orientado pelos treinadores do melhor time de Guarulhos.

Dia 28.

Domingo.

11h às 12h30

Ginásio

Grátis

Senhas

30 min. antes

De 10 a 15 anos

Vivência

FUTSAL BRASIL

Com Desirée Silva e Rodrigo Capita

Quer jogar futsal com dois atletas renomados da modalidade? Se sim, esta atividade é a sua oportunidade de desfilar seu futsal e de quebra jogar com duas das maiores referências do futsal brasileiro. Desirée Silva e Rodrigo Capita contarão um pouco de suas histórias para nós e jogarão muito futsal com o nosso público neste incrível encontro. Calce seu tênis e traga seu futsal!

Dia 28.

Domingo.

15h30 às 17h30

Ginásio

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 13 anos

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Show

XÊNIA FRANÇA

Em nome da estrela

Neste show, a artista apresenta seu trabalho autoral com o show do seu segundo álbum de estúdio "Em Nome da Estrela" vencedor do Latin Grammy 2023.

Dia 19.

Sexta.

20h às 21h

Teatro

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60

AL

Show

RITMOS CAIPIRAS POR ADRIANA FARIAS

Nesta apresentação, a artista propõe uma mescla entre suas próprias composições e clássicos consagrados da música sertaneja, criando um elo entre a diversidade dentro do gênero musical.

Dia 20.

Sábado.

20h às 21h30

Teatro

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

AL

Show

NILL

O Resgate do Maestro

Davi Rezaque, conhecido como niLL, é um rapper e apresentador, e neste show apresenta seu sétimo álbum "O Resgate do Maestro" que segue a paixão do artista pela cultura geek, música e arte urbana.

Dia 21.

Domingo.

18h às 19h

Teatro

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

AL



Show niLL

TEATRO

Espetáculo

O MERCADOR DE VENEZA

Com Dan Stulbach e grande elenco

A trama acompanha Antônio, um mercador que contrai uma dívida com o agiota Shylock para ajudar seu amigo Bassânio. Como garantia, Antônio oferece uma libra de sua própria carne. Quando a dívida não é paga, o contrato desencadeia um julgamento dramático, colocando em pauta temas como justiça e preconceito.

Dia 5. Sexta.
20h30 às 22h

Dia 6. Sábado.
20h às 21h30

Dia 7. Domingo.
18h às 19h30

Dia 12. Sexta.
20h30 às 21h50

Dia 13. Sábado.
20h às 21h20

Dia 14. Domingo.
18h às 19h20

Teatro
● R\$18
■ R\$30
▲ R\$60

A12

A sessão do dia 13 e 14/9 contarão com tradução em Libras.

Bate-papo

DRAMATURGIA:

ADAPTAÇÃO DE OBRAS CLÁSSICAS

Com Dan Stulbach, Dani Stirbulov e equipe de "O Mercador de Veneza"

Bate-papo com a equipe de adaptação e os atores, aproveitando da experiência dos debatedores com o espetáculo "O Mercador de Veneza", de Shakespeare.

Dia 6. Sábado.
17h30 às 18h30

Teatro
● R\$18
■ R\$30
▲ R\$60
Sem retirada de senhas

A14

ATIVIDADE CANCELADA

SEMANA DA AUTORIA GUARULHENSE

Espetáculo

A CRUZADA DOS CORAÇÕES PUROS (OU QUEM INVENTOU A GUERRA?)

Com Cia. Variante

Para mudar o rumo de suas vidas, um grupo de crianças faz uma expedição para encontrar o autor do livro A História Mundial, que narra acontecimentos sobre o mundo e a humanidade, incluindo a Guerra. Nesse caminho, o grupo desvendará pequenas particularidades que permeiam a vida...

Dia 21. Domingo.
16h às 17h

Praça de Convivência
Grátis
Sem retirada de senhas

AL

Espectáculo

**CANÇÕES PARA ESPANTAR O MEDO -
CONTOS E ACALANTOS LATINO AMERICANOS
QINTI Companhia**

Inspiradas na sua simbologia de alegria, força e cura de "qinti", beija-flor na língua indígena quechua, as artistas Natalia Sarante (Uruguai) e Rosana Reátegui (Peru), criaram sessões de histórias intercalando música, tradição oral e poesia. Propostas lúdicas para conhecer e valorizar o grande continente que nos abraça.

**Dias 6 e 28.
Sábado e
domingo.
16h às 17h**

Praça de
Convivência
Grátis
Sem retirada
de senhas

AL

Espectáculo

**ÀS QUE VIERAM ANTES DE NÓS
(OU CARTAS PRA NÃO ESQUECER)
Com Cia. Variante**

Músicas, lutas, tradições e ancestralidades se manifestam para contar quatro histórias de mulheres fortes e importantes para a história brasileira: Clementina de Jesus, Ada Rogato, Yumiko Kanayama e Nise da Silveira.

**Dia 13.
Sábado.
16h às 17h**

Praça de
Convivência
Grátis
Sem retirada
de senhas

AL

Espectáculo

**OS TR3S PORCOS
A Próxima Companhia**

Espectáculo teatral d'A Próxima Companhia criado a partir da fábula "Os Tr3s Porquinhos". Aborda, de forma inusitada, a questão da moradia, recorrente nos grandes centros urbanos. Nesta adaptação, que teve sua estreia em 2015, o Lobo é uma figura alegórica que representa os detentores dos espaços da cidade, dialogando diretamente com os locais nos quais a peça é encenada.

**Dia 27.
Sábados.
16h às 17h**

Praça de
Convivência
Grátis
Sem retirada
de senhas

AL

Espectáculo

**BLACK POWER DE AKIN
Com texto, direção e roteiro de Kiusam de Oliveira**

O espetáculo é de afro-narração, isto é, uma história é lida, narrada de forma dramática, envolta a muita musicalidade. Kiusam costuma dizer que Akin é Cura, pois é uma criança negra que aprendeu a se amar com o avô Seu Dito Pereira, por conta de tantas violências racistas vividas no espaço escolar. O final é surpreendente!

**Dia 28.
Domingo.
17h30 às 18h30**

Teatro
● R\$12
■ R\$20
▲ R\$40

AL

CIRCO

Espetáculo

UM CURTO-CIRCUITO DE RISOS**Com Palhaço Gambiarra**

Entre números de palhaçaria, mágica e malabarismo, o Palhaço Gambiarra valoriza a cultura popular e a ancestralidade afro-brasileira através da oralidade dos griots. No espetáculo, o riso é utilizado como meio de reflexão sobre a realidade das comunidades marginalizadas.

Dia 7.**Domingo.****16h às 17h**

Praça de
Convivência
Grátis

Sem retirada
de senhas

AL

EXIBIÇÃO

Filme

CINE CONFORTO

**Tarsilinha (Dir: Célia Katundae Kiko
Mistrorigo, 2021, BRA, 93 min., Livre)**

Cine Conforto é uma ação cultural inclusiva com sessões mensais de cinema adaptado, em ambiente acolhedor e descontraído.

Conta com acessibilidade em Libras, audiodescrição e legendas. Voltado a famílias, pessoas com TEA, deficiência e em situação de vulnerabilidade. Animação: Tarsilinha

Dia 13.**Sábado.****11h às 13h**

Teatro
Grátis
Retirada de
ingressos
1h antes,
na Loja Sesc

LLSE Legenda PT Libras**Exibição** Cine Conforto - Tarsilinha

Exposição

ARTES VISUAIS

Exposição

MAXWELL ALEXANDRE

Novo poder: passabilidade

A exposição possui a intenção de gerar diálogo e dar acesso à obra de Maxwell e seu desenvolvimento a longo prazo sobre o conceito de: passabilidade, a caminhada segura e tranquila pelo cubo branco. Na série Novo poder, o artista faz esse cruzamento entre moda e arte contemporânea, denotando os dois campos como plataformas de empoderamento, que oferecem dignidade e autoestima para o indivíduo.

De 2/9 a 1/2.

Terça a sexta.

9h às 21h30

Sábados.

9h às 20h

Domingos e feriados.

9h às 18h

Exposições


Grátis

A partir de 6 anos

 Audioguia

 Libras

 LSE Legenda

 Mapa tátil

Oficina

EXERCÍCIOS DO NOVO PODER:

ESCRITA CRIATIVA E ORALIDADE

Com Wallace Silva e Pedrovisk, educadores da exposição

De onde vem o Novo Poder?

Como ele se apresenta?

A oficina propõe discutir esse conceito central da exposição por meio da combinação entre Escrita Criativa e Oralidade, partindo de uma breve visita à exposição e de uma conversa sobre textos de autoras negras como base para a elaboração de um texto e realização de exercícios corporais.

Dias 6 e 13.

Sábados.

14h30 às 16h

Exposições

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 12 anos

Oficina

DANÇAS DA PASSABILIDADE

Com ADico, educadora da exposição

A exposição "Novo Poder: passabilidade", o artista Maxwell Alexandre retrata diversos corpos em movimentos do dia a dia: a pose, o caminhar para a escola, o correr, o beber...

Gestos comuns que fazemos sem pensar.

Inspirada nessas expressões, esta oficina convida à criação de "Danças da Passabilidade", propondo ampliar a percepção do gesto e da dança em movimentos do nosso cotidiano.

Dias 7 e 14.

Domingos.

14h30 às 16h

Exposições

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 7 anos

Oficina

COLAGEM E PODER:

REIMAGINANDO FOTOGRAFIAS COLONIAIS

Com Victor Lima, educador da exposição

Nesta oficina, o público é convidado a reimaginar antigas fotografias coloniais de pessoas negras, historicamente retratadas a partir de olhares colonizadores. Por meio de colagens com papéis, tecidos e narrativas, a proposta é repensar os modos de representação e atribuir novos poderes às figuras negras.

Dias 20 e 27.

Sábados.

14h30 às 16h

Exposições

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 7 anos

Oficina

BORDANDO NOVOS PODERES:

INTRODUÇÃO AO BORDADO LIVRE

Com Jhow Carvalho e ADico, educadoras da exposição

Nesta ação, o público é convidado a realizar uma visita à exposição, mediada por um jogo educativo. Enquanto compartilhamos nossas reflexões, faremos práticas de desenho com intuito de destravar o traço e em seguida aprenderemos pontos básicos de bordado que confeccionarão os desenhos realizados na etapa anterior.

Dias 21 e 28.

Domingos.

13h às 15h

Exposições

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 7 anos



Exposição Maxwell Alexandre

Cursos, Oficinas e Encontros

MEIO AMBIENTE

FLORESTAR: ÁREAS VERDES EDUCADORAS - AÇÕES REGULARES

O projeto Florestar 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

TÉCNICAS DE PLANTIO DE FRUTÍFERAS

Com André De Marco e Andréia Pimentel do Canto da Horta

Curso teórico-prático sobre técnicas de plantio de espécies frutíferas composto por cinco encontros durante as tardes de sextas-feiras de setembro de 2025.

O Reino Vegetal promove serviços ecossistêmicos e entre eles, produz alimentos como frutas, legumes e verduras dos quais, nós e outras incontáveis espécies se beneficiam. Ao longo desse curso ampliaremos essa discussão.

De 5/9 a 3/10.

Sextas.

16h às 18h

Centro de Educação Ambiental Externo

● R\$10

■ R\$15

▲ R\$30

A partir de 14 anos

Vivência

ENCONTRO DE TROCA DE PLANTAS, MUDAS E SEMENTES

Com Moacyr Turuzawa e Monica Fontes, agentes de Educação Ambiental do Sesc Guarulhos

Tem plantinhas em casa e quer aumentar a diversidade delas? Ou tem tantas plantas que já não tem mais espaço? O encontro busca por meio das plantas e mudas a trocas de experiências, saberes, práticas e cuidados que contribuam para a conservação da biodiversidade.

Venha celebrar o início da primavera trazendo suas plantas, mudas e sementes para compartilhar!

Dia 20.

Sábado.

13h às 16h

Jardim Interno

Grátis

Sem retirada de senhas

Todas as idades

Visita mediada

**DESCOBRINDO ÁRVORES
NA REGIÃO DO PARQUE CECAP**

**Com Mário Nascimento e
Natália Paganotti da UMAPAZ**

Você já reparou nas árvores do seu caminho? Sabe os nomes delas? Vamos fazer uma caminhada que abordará os aspectos biológicos e simbólicos das árvores presentes no caminho do Sesc Guarulhos a Praça dos Mamonas no Parque Cecap com o engenheiro ambiental Mário Nascimento e a bióloga Natália Antonucci da UMAPAZ. - Universidade Aberta do Meio Ambiente.

**Dia 21.
Domingo.
10h às 13h**

Ponto de encontro
Centro de
Educação
Ambiental
Grátis
Sem retirada
de senhas
Todas as idades

Ateliê

SER SUSTENTÁVEL: ESCALDA-PÉS

**Com Moacyr Turuzawa e Monica Fontes,
agentes de Educação Ambiental
do Sesc Guarulhos**

Precisando de um momento só seu para relaxar? Descubra como produzir um preparo relaxante (ou energizante) para escalda-pés com ervas desidratadas, plantas aromáticas e óleos essenciais, além de aprender sobre os benefícios de se utilizar produtos naturais tanto para a saúde pessoal, quanto para a ambiental. Obs.: Não recomendado para gestantes e pessoas hipertensas.

**Dias 6 e 7.
Sábado e
domingo.
10h30 às 11h30
13h30 às 14h30
15h30 às 16h30**

Centro de
Educação
Ambiental
Grátis
Senhas
30 min. antes
A partir de 14 anos

Oficina

CESTARIA INDÍGENA

Com Família Awapateinju

Essa oficina visa resgatar algumas técnicas simples do saber tradicional da arte da cestaria, que fazem parte de diferentes povos tradicionais. Sendo os itens elaborados a partir de fibras vegetais uma opção para a não utilização de plástico no nosso dia a dia.

**Dias 13 e 14.
Sábado e
domingo.
14h às 17h**

Centro de
Educação
Ambiental
Grátis
Senhas
30 min. antes
A partir de 14 anos

Oficina

MEIO AMBIENTE E JOGOS DE TABULEIRO

Com Natacha Sales, agente de Educação Ambiental do Sesc Guarulhos

Mediação de jogos de tabuleiro com temáticas relacionadas a biodiversidade, a ciência e a sustentabilidade durante as tardes no Centro de Educação Ambiental. Venha se divertir elaborando estratégias e encarando os desafios socioambientais em grupo. Todo último final de semana do mês.

Dias 27 e 28.

Sábado e domingo.

13h às 17h

Centro de Educação Ambiental
Grátis

Sem retirada de senhas

A partir de 7 anos

DA RISCA AO PONTO

Ateliê

ENTRE AGULHAS E COSTURAS

Com educadores(as) de Tecnologias e Artes do Sesc Guarulhos

Ateliê livre de costura. O público é convidado a aproveitar o espaço, trazer seus materiais e colocar as máquinas de costura para funcionar.

De 4/9 a 9/10.

Quintas.

10h às 12h

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A
Grátis

Sem retirada de senhas

A partir de 12 anos

Oficina

DA RISCA AO PONTO: COSTURA

Com projeto Tear

Da Risca ao Ponto é um projeto de Artes Têxteis, Costura e Moda que visa trabalhar diversas técnicas de construção do vestuário, desde a risca da modelagem até os pontos de costura. Nesta ocasião, propomos uma introdução à costura! Não é preciso conhecimento.

De 4 a 25/9.

Quintas.

15h às 18h

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab A

● R\$10

■ R\$15

▲ R\$30

A partir de 16 anos

Oficina

COLAGEM TÊXTIL

Com Luci Hidaka e Thais Ribeiro

Os participantes vão aprender pontos básicos de costura manual e explorar retalhos para formar uma colagem têxtil.

De 6 a 27/9.

Sábados.

14h às 16h

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B
Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 10 anos

JOVENS

Oficina

FAÇA SUA TIRINHA!**Com Rebeca Armus**

Aprenda os segredos por trás das tirinhas e descubra sua estrutura teórica. De forma simples e divertida, vamos explorar técnicas essenciais para contar histórias curtas. No final, coloque a mão na massa e desenvolva sua própria tirinha, com dicas para aprimorar sua criação. Ideal para iniciantes e fãs de quadrinhos que querem dar os primeiros passos nesse universo criativo!

Dias 14 e 28.**Domingos.****15h às 17h**

Juventudes

Grátis

Sem retirada

de senhas

De 18 a 29 anos

Curso

DIÁRIO VISUAL: NARRATIVAS DO COTIDIANO**Com Gabriela Motta**

Este curso integra o projeto De Olho no Acervo e propõe uma imersão prática no uso do sketchbook como ferramenta de registro criativo, articulando desenho e escrita. A partir de um olhar atento ao cotidiano e ao acervo Sesc de Arte Brasileira, os participantes serão convidados a explorar suas percepções, memórias e vínculos com as obras expostas na unidade, transformando em narrativas visuais.

Os participantes precisam comprar o próprio sketchbook para o curso

De 6 a 27/9.**Sábados.****10h às 13h**

Sala 6

● R\$10

■ R\$15

▲ R\$30

A partir de 14 anos

**Curso** Diário visual: narrativas do cotidiano

SEMANA DA AUTORIA GUARULHENSE

Bate-papo

**LITERATURA GUARULHENSE:
DO LETRAVIVA AO SLAM DO PREGO****Com Isabel Borazanian, Kaylane Ribeiro e
mediação de Janaína Reis**

Neste encontro intergeracional, importantes figuras para a literatura guarulhense trocam experiências sobre a construção de dois coletivos literários: o movimento Letraviva, da década de 1970, e o Slam do Prego, movimento atual de poesia de resistência da cidade.

Dia 18.

Quinta.

19h30 às 21h

Sala 4 - Auditório

Grátis

Sem retirada de
senhas

Todas as idades

Feira

FLEG -

FEIRA DO LIVRO DO ESCRITOR GUARULHENSE**Com Academia Guarulhense de Letras**

Venha conhecer a produção literária da cidade, descobrindo a diversidade de narrativas e criações dos autores e autoras guarulhenses. A feira visa estimular o intercâmbio cultural entre escritores, leitores e agentes da literatura, como a Academia Guarulhense de Letras (AGL) e profissionais independentes.

Dias 20 e 21.

Sábado e

domingo.

12h às 17h

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada de
senhas

Todas as idades

Intervenção

ENTRE PALAVRAS:**UMA EXPERIÊNCIA LITERÁRIA EM MOVIMENTO****Com Edilaine Soares, Gil Miri, Gustavo Luy,
Mônica Bittencourt e Yve de Oliveira**

Esta vivência literária interativa convida o público a mergulhar em cinco universos narrativos por meio do diálogo direto com seus autores. A interação será conduzida por seis perguntas-chave relacionadas a cada livro, estimulando conversas profundas e conexões entre ficção e realidade.

Dia 20.

Sábado.

13h às 17h

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada de
senhas

Todas as idades

Sarau

SARAU DA LITERATURA GUARULHENSE**2ª edição**

Celebração literária em um encontro com escritores locais, coletivos literários, e membros da Academia Guarulhense de Letras. Durante a atividade haverá declamações poéticas e leitura de trechos literários dos próprios autores.

Dia 20.

Sábado.

17h30 às 19h

Sala 4 - Auditório

Grátis

Sem retirada de
senhas

Todas as idades



Divulgação

Bate-papo Saúde em Foco: TEA, TDAH, o que é isso?

SÁUDE

Bate-papo

SAÚDE EM FOCO: TEA, TDAH, O QUE É ISSO?

Com Érico Ibiapina

Roda de conversa com o psicólogo Érico Ibiapina que irá tirar dúvidas sobre Neurodivergência. A condução da conversa vai passar pelas definições, características, diferenças e desafios das pessoas neurodivergentes.

Dia 27.

Sábado.

13h30 às 15h

Sala 1

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 16 anos

AÇÕES PARA A CIDADANIA

Curso

LABORATÓRIO DE EMPREENDEDORISMO PARA ARTESÃOS

Com Isabella Bonfitto

Descubra, com essa masterclass como transformar sua criatividade em negócio sustentável através de ferramentas essenciais pequenos empreendedores do ramos do artesanato. No primeiro encontro (20/09), vamos explorar os Fundamentos do Empreendedorismo Criativo, com dicas práticas para quem quer iniciar ou fortalecer seu empreendimento no território.

Dia 27.

Sábado.

10h às 13h

Sala 4 - Auditório

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 18 anos



Divulgação

Vivência Conhecendo o Batoque de Umbigada

Vivência

**CONHECENDO O BATUQUE DE UMBIGADA
De Piracicaba**

O Batoque de Umbigada, conhecido também como Tambu ou Caiumba, é uma manifestação que acontece no oeste paulista, tendo sido frequente e amplamente praticado em várias cidades da região. Nesse vivência o público terá a oportunidade de conhecer melhor essa tradição.

Dia 14.**Domingo.****14h às 15h30**

Estúdio 1 -

Sala C.M. Coletivo

Grátis

Senhas

30 min. antes

Todas as idades

Intervenção

**BATUQUE DE UMBIGADA
De Piracicaba**

O Batoque de Umbigada, conhecido também como Tambu ou Caiumba, é uma manifestação que acontece no oeste paulista, tendo sido frequente e amplamente praticado em várias cidades da região.

Dia 14.**Domingo.****16h às 17h**

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada

de senhas

Todas as idades

ALIMENTAÇÃO

Oficina

**OFICINA DE PÃO BRIOCHE COM
FERMENTAÇÃO MISTA
Brioche**

Nesta oficina conduzida pela Chef Mariana Galhardo, os participantes terão a oportunidade de aprofundar seus conhecimentos na produção do brioche com fermentação mista (fermento biológico e fermento natural) e recheios doces e salgados. Todos alunos ganham um fermento natural e uma apostila com receitas.

Dias 27 e 28.**Sábado e****domingo.****14h às 16h**

Sala 3

Grátis

Senhas

30 min. antes

Todas as idades

TECNOLOGIAS E ARTES

Ateliê

**L.A.T.A. - LABORATÓRIO ABERTO DE
TECNOLOGIAS E ARTES****Com educadores(as) de Tecnologias e Artes
do Sesc Guarulhos**

No Laboratório Aberto de Tecnologia e Artes (L.A.T.A.) o espaço de tecnologias e artes é disponibilizado para você utilizar ferramentas que você já conhece para estudar, praticar, criar suas produções artísticas e aprimorar o seu projeto pessoal nas interseções de arte e tecnologias.

**De 3 a 24/9.
Quartas.
14h às 19h****De 7 a 28/9.
Domingos.
10h às 12h**

Espaço de
Tecnologias e
Artes - Lab B
Grátis
Sem retirada
de senhas
A partir de 16 anos

Oficina

COLAGEM AMULETO**Com Mariana Mata**

Nesta oficina a colagem é utilizada para a criação de um amuleto, um objeto que, no imaginário popular, inspira poder pessoal e representa sorte e proteção. A partir da pesquisa imagética durante a atividade, participantes selecionam figuras e compõem colagens que representam elementos de força e desejo de novas realidades.

**De 7 a 28/9.
Domingos.
14h às 16h**

Espaço de
Tecnologias e
Artes - Lab B
Grátis
Sem retirada
de senhas
A partir de 7 anos

Curso

**INCLUSÃO DIGITAL 60+:
TECNOLOGIA NA PRÁTICA****Com Gustavo Bianchi**

O curso oferece um percurso educativo completo, dividido em módulos interativos e práticos, com o objetivo de proporcionar autonomia e confiança no uso de tecnologias. Voltado para pessoas com mais de 60 anos, o programa combina o aprendizado de informática básica e interativo com o uso de dispositivos móveis, sempre promovendo exercícios que estimulam habilidades cognitivas.

**De 9/9 a 4/11.
Terça.****10h às 13h**

Espaço de
Tecnologias e
Artes - Lab A

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

A partir de 60 anos

**Curso** Inclusão Digital 60+: Tecnologia na Prática

Curso

TRADUZINDO MÚSICA EM ARTES VISUAIS

Com Lidia Martiniano e Will Carbônica

Neste curso, os participantes aprenderão como criar design e peças de artes visuais a partir do universo musical. A cada encontro, vamos discutir os fundamentos da comunicação visual e propor exercícios práticos onde os participantes serão desafiados a criar imagens e conceitos visuais baseados no próprio trabalho musical.

ARTES VISUAIS

Curso

PINTURA A ÓLEO - INTERMEDIÁRIO

Com Ana Mazakina Bueno e Max Bueno

O curso busca aprofundar o uso da pintura a óleo com foco na paisagem. Serão trabalhados elementos como luz, profundidade, transparência e composição, a partir de princípios clássicos como a perspectiva linear e atmosférica. A proposta é ampliar o olhar e as possibilidades de expressão por meio da técnica.

MÚSICA

Vivência

ESTÚDIO ABERTO PARA PRÁTICA CONJUNTA E ENCONTROS MUSICAIS

Com Alan de Oliveira

O Centro de Música abre suas portas como um espaço de socialização e desenvolvimento musical em grupo. A atividade propicia aos participantes a experiência de tocar junto, em uma grande "jam session", explorando instrumentos, ritmos, saberes musicais, estilos e ideias diversas, estimulando a formação de laços e afinidades tendo a música como plano de fundo.

De 9 a 30/9.

Terças.

19h às 21h

Espaço de
Tecnologias e

Artes - Lab A

Grátis

Inscrições online

A partir de 14 anos

De 4/9 a 23/10.

Quintas.

19h às 21h30

Sala 6

● R\$30

■ R\$50

▲ R\$100

A partir de 16 anos

Consultar lista de
materias na

Central de

Relacionamento

Digital.

De 7/9 a 30/11.

Domingos.

14h às 17h

Estúdio 2 -

Sala C.M. Coletiva

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 12 anos

Esporte e Atividade Física

COPA SESC

Voltado para as praticantes da modalidade, credenciadas plenos da instituição e componentes das equipes das empresas inscritas na Copa Sesc, a partir de 16 anos. As disputas serão organizadas a partir das inscrições das empresas parceiras. Participe conosco!

Torneios e campeonatos

FUTSAL FEMININO

Copa Sesc do Comércio e Serviços

Dia 25/10.

Sábado.

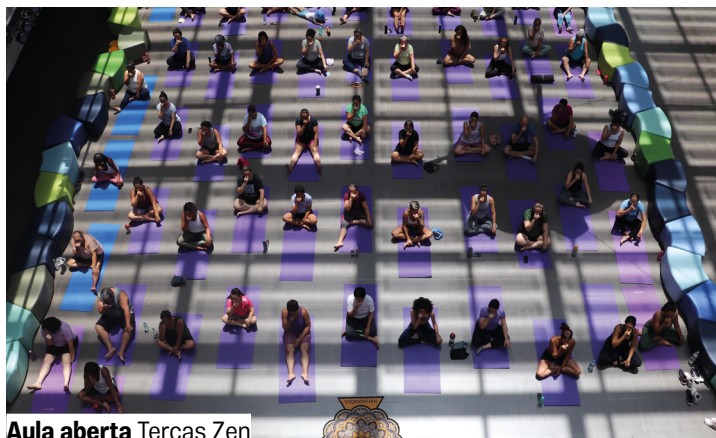
9h às 12h

Campo de Grama Sintética

Grátis

Inscrições grátis, abertas de **2/9 a 21/9**, através do portal Sesc SP.

A partir de 16 anos



Aula aberta Terças Zen

Aula aberta

TERÇAS ZEN

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Exercícios que utilizam diversas técnicas corporais orientais e ocidentais, com movimentos que trabalham força, flexibilidade, ritmos, respiração, concentração, e que colaboram com o autoconhecimento.

De 2 a 30/9.

Terças.

9h30 às 10h30

19h às 20h

Exceto 23/9

Praça de Convivência

Grátis

Sem retirada de senhas

A partir de 12 anos

Curso

CAMINHADA COMUNITÁRIA

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

O desafio de caminhar, de forma correta e segura, ao mesmo tempo em que estimula a percepção e apropriação do meio em que vivemos.

A proposta é estimular a prática de uma atividade física simples e regular, começando de forma mais controlada e menos intensa, voltada para a comunidade do entorno e agregando a proposta da Ginástica Comunitária.

De 3 a 26/9.

Quartas e sextas.

8h às 8h50

Praça de Convivência
Inscrições mediante preenchimento do Par-Q e Termo de Adesão, diretamente com os Educadores.
A partir de 16 anos

Vivência

FUT7 ADULTO MASCULINO

Com disponibilização de bola e coletes, além da mediação dos Educadores (as) do Sesc Guarulhos.

De 6 a 27/9.

Sábados.

9h15 às 13h30

De 3 a 24/9.

Quartas.

19h às 21h20

Campo de Grama Sintética

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 16 anos

Curso

CORPO EM LUTA - MUAY THAI

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Venha aprender Muay Thai com os Educadores (as) do Sesc Guarulhos. Neste curso modular, você aprenderá sobre esta luta e também a conectar seu corpo e mente com a história e o movimento desta tradicional luta tailandesa. Durante as aulas, você terá a oportunidade de vivenciar os fundamentos técnicos do Muay Thai e a desenvolver o condicionamento físico, a força, a resistência e a coordenação.

De 5/9 a 28/11.

Sextas.

8h às 9h20

Sala 3

Grátis

Inscrições pela Central de Relacionamento Digital ou pelo app Credencial Sesc SP.

A partir de 13 anos



Curso Corpo em Luta - Muay Thai



Schimene Weber

Vivência Fut 7 Adulto Feminino

Vivência

FUT 7 ADULTO FEMININO

Com disponibilização de bola e coletes, além da mediação dos Educadores (as) do Sesc Guarulhos.

De 5 a 26/9.**Sextas.****19h às 21h20****De 7 a 28/9.****Domingos.****9h15 às 11h30**

Campo de Grama

Sintética

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 16 anos

Curso

CORPO EM LUTA - CAPOEIRA

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Venha aprender Capoeira com os Educadores (as) do Sesc Guarulhos. Neste curso modular, você aprenderá sobre esta luta e também a conectar seu corpo e mente com a história e o movimento desta tradicional luta afrobrasileira. Durante as aulas, você terá a oportunidade de vivenciar os fundamentos técnicos da capoeira e a desenvolver o condicionamento físico, a força, a resistência e a coordenação.

De 6/9 a 29/11.**Sábados.****10h30 às 12h**

Sala 5

Grátis

Inscrições pela

Central de

Relacionamento

Digital ou pelo

app Credencial

Sesc SP.

A partir de 13 anos

Vivência

MULTIMODALIDADES

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

No Sesc Guarulhos, você vai se divertir enquanto aprende e desenvolve suas habilidades! Venha experimentar diversos esportes diferentes, brincar e fazer amigos, tudo em um ambiente inclusivo e acolhedor. Aqui a diversão e o aprendizado andam juntos!

De 6 a 27/9.**Sábados.****9h15 às 12h****De 7 a 28/9.****Domingos.****9h15 às 15h**

Quadra

Poliesportiva

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 10 anos

Vivência

PICKLEBALL

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Venha se divertir praticando e jogando o Pickleball. Trata-se de um esporte dinâmico que combina elementos do Tênis, Badminton e Tênis de Mesa, sendo jogado em uma quadra menor com raquetes e bolas leves. Com disponibilização de bola e placares.

De 6 a 20/9.

Sábados.

9h15 às 12h

Ginásio

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 13 anos

Aula aberta

CICLO SESC:

RITMO E CONDICIONAMENTO CARDIOVASCULAR

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Vivência que propõe a experimentação do ciclismo indoor, prática que consiste em simular uma pedalada ao ar livre, mas que é feita em local fechado, com a utilização de bicicletas ergométricas.muito enquanto se exercita no meio líquido.

De 6 a 20/9.

Sábados.

10h às 11h

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 12 anos

Aula aberta

NADANDO SEM MEDO

Com educadores de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Essa atividade, foi desenvolvida para ajudar aqueles (as) que enfrentam o medo de nadar e que buscam superar suas inseguranças aquáticas. Sob a orientação dos (as) nossos (as) Educadores (as), os participantes serão guiados por etapas adaptativas, projetadas para desenvolver não apenas habilidades técnicas na água, mas também uma mentalidade confiante.

De 6 a 27/9.

Sábados.

10h30 às 11h30

Piscina Coberta

Grátis

Necessário

possuir Credencial

Plena e exame

dermatológico

válidos.

A partir de 12 anos

Vivência

BASQUETE 3X3

Com disponibilização de bola e coletes, além da mediação dos Educadores (as) do Sesc Guarulhos.

De 6 a 27/9.

Sábados.

12h às 17h30

Quadra

Poliesportiva

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 13 anos

Aula aberta

INICIAÇÃO AO VOLEIBOL

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Serão ministradas aulas abertas de Voleibol com o foco nos iniciantes. Será possível realizar os principais exercícios que são praticados durante o processo de ensino aprendizagem da modalidade. Os Educadores (as) auxiliarão os praticantes durante as atividades e nos ajustes corporais necessários para a realização das ações do jogo.

De 6 a 20/9.

Sábados.

12h30 às 13h50

Ginásio

Grátis

Senhas

30 min. antes

A partir de 13 anos

Vivência

FUT 7 INFANTO JUVENIL

Com disponibilização de bola e coletes, além da mediação dos Educadores (as) do Sesc Guarulhos.

De 6 a 27/9.

Sábados.

13h30 às 15h30

Dia 7.

Domingo.

11h30 às 15h30

Campo de Grama

Sintética

Grátis

Sem retirada

de senhas

De 10 a 15 anos

Aula aberta

RECREÁGUA

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

Venha se divertir com desafios e brincadeiras na água! Temos jogos e esportes aquáticos que ajudam a fazer novos amigos e brincar juntos. Você vai se movimentar, pular e rir muito enquanto se exercita no meio líquido.

De 6 a 27/9.

Sábados.

14h às 15h

Piscina Coberta

Grátis

Necessário

possuir Credencial

Plena e exame

dermatológico

válidos.

A partir de 3 anos



Vivência Basquete 3x3



Vivência Ashtanga Yoga

Divulgação

Vivência

ASHTANGA YOGA

Sagar Karahe

Ashtanga Yoga é uma prática dinâmica que une respiração, movimento e foco. Seguindo uma sequência tradicional de posturas, ela fortalece o corpo, purifica internamente e acalma a mente. Com técnicas como Vinyasa, Ujjayi, Bandhas e Drishti, promove equilíbrio físico e mental.

De 7 a 21/9.

Domingos.

9h30 às 11h

Praça de
Convivência
Grátis

Sem retirada
de senhas
A partir de 12 anos

Aula aberta

NADO ORIENTADO

**Com educadores(as) de atividades
físico-esportivas do Sesc Guarulhos**

Vamos aprimorar nossas habilidades na piscina! Com a ajuda dos educadores do Sesc Guarulhos, você vai aprender e praticar técnicas de nado, melhorando seus movimentos e corrigindo erros. É uma ótima oportunidade para se divertir, treinar e se tornar um(a) nadador(a).

De 7 a 28/9.

Domingos.

9h30 às 10h30

Piscina Coberta
Grátis

Necessário
possuir Credencial
Plena e exame
dermatológico
válidos.

A partir de 12 anos

Aula aberta

ANIMÁGUA

**Com educadores(as) de atividades
físico-esportivas do Sesc Guarulhos**

Exercícios físicos com caráter recreativo utilizando a água como meio para a busca do condicionamento físico aliado ao elemento lúdico.

De 7 a 28/9.

Domingos.

14h às 15h

Piscina Coberta
Grátis

Necessário
possuir Credencial
Plena e exame
dermatológico
válidos.

A partir de 12 anos

Vivência

ESPORTES DE REBATER

Com educadores(as) de atividades físico-esportivas do Sesc Guarulhos

No Sesc Guarulhos, você vai se divertir enquanto pratica e desenvolve suas habilidades! Venha experimentar diversos esportes de rebater, brincar e fazer amigos, em um ambiente inclusivo e acolhedor. Aqui a diversão e a prática andam juntos! Nesta atividade, você poderá vivenciar Mini Tênis, Peteca, Pickleball, Touch Tennis, Badminton e muitas outras possibilidades de esportes de rebater.

De 7 a 28/9.

Domingos.

15h30 às 17h30

Quadra

Poliesportiva

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 3 anos

Vivência

POLO AQUÁTICO

Prepare-se para uma atividade cheia de energia!

O polo aquático é um esporte dinâmico que une natação, estratégia e trabalho em equipe.

Venha se divertir, melhorar seu condicionamento físico e viver esse desafio aquático com a gente!

Não fique de fora!

Traga sua energia e venha fazer parte desse time!

Dia 27.

Sábado.

9h30 às 10h30

14h às 15h

Piscina Coberta

Grátis

Necessário

possuir Credencial

Plena e exame

dermatológico

válidos.

A partir de 6 anos

Vivência

VOLEIBOL ADULTO

Com disponibilização de bola e placares, além da mediação dos Educadores (as) do Sesc Guarulhos.

De 6 a 27/9.

Sábados.

14h às 17h30

Ginásio

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 16 anos

Aula aberta

MOVE ZEN: ENCONTRO FLOW

Com Eden Carlos e Sagar Karahe

Desperte o corpo, conecte a mente e liberte o movimento para uma experiência única que une duas práticas que se complementam: Animal Flow e Ashtanga Yoga. Duas aulas, um só propósito: reconectar você com o seu corpo de forma consciente, fluida e cheia de energia.

Dia 28.

Domingo.

9h30 às 11h30

Praça de

Convivência

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 12 anos

Crianças

PEQUENINOS

Vivência

CESTO DOS TESOUROS

Com educadores(as) do Espaço de Brincar do Sesc Guarulhos

Empurrar, puxar. Abrir, fechar e abrir de novo. Espiar. Descobrir. O que tem lá? Bebês são genuinamente curiosos e essa natureza investigativa guia o desenvolvimento de um cem número de habilidades e saberes. Nessa atividade exclusiva para bebês de 0 a 2 anos trazemos uma variedade de cestos e outros recipientes com objetos cheios de possibilidades para serem exploradas e experimentadas.

De 6 a 27/9.

Sábados.

14h às 15h30

Exceto 13/9

Sala 4 - Auditório

Grátis

Senhas

30 min. antes.

Até 2 anos

Espectáculo

BÁ - EXPERIMENTO CÊNICO PARA BEBÊS

Com Cia Zin

Os bebês são acomodados sobre um espaço cênico de chão macio. A partir do lúdico cenário branco, saem objetos como, por exemplo, molas, tecidos e fios, em que os bebês são convidados a interagir de forma livre e espontânea. "Bá" pretende despertar a curiosidade e a interação com o espaço, o plano baixo e o movimento, para aguçar a percepção, a criatividade e a experimentação de cada um dos bebês.

Dia 13.

Sábado.

14h às 15h

Sala 3

Grátis

Senhas

30 min. antes

Até 2 anos



Oficina Ervas e cheiros "A Garrafa Mágica de Dona Alcina"



Alexandre Leopoldino

Vivência Ateliê de tintas naturais

SEXTOU!

Vivência

ATELIÊ DE TINTAS NATURAIS

Com educadores(as) do Espaço de Brincar do Sesc Guarulhos

Usando o corpo ou o pincel, bebês e crianças poderão experimentar fazer suas obras de arte com tintas produzidas através de pigmentos naturais.

De 5 a 26/9.

Sextas.

10h30 às 11h30

15h às 16h

Exceto 12/9

Espaço de Brincar

Grátis

Senhas

30 min. antes.

Até 6 anos

Oficina

ERVAS E CHEIROS

"A GARRAFA MÁGICA DE DONA ALCINA"

Com Alakoro Produções

Já imaginou sentir o aroma das ervas, criar sua própria água de cheiro e mergulhar nos saberes ancestrais em um quintal, praça ou espaço cultural perto de você?

A oficina leva a esse encontro de cheiros, memórias e histórias para diferentes lugares.

De 6 a 27/9.

Sábados.

14h às 16h

Sala 2 - Curumim

Grátis

Senhas

30 min. antes.

De 7 a 12 anos

Oficina

BRINQUEDOS DA NATUREZA

Com educadores(as) do programa Curumim do Sesc Guarulhos

O Programa Curumim convida as crianças para uma vivência especial de conexão com a natureza e com a própria criatividade. Nesta oficina, os participantes serão convidados a imaginar, criar e construir brinquedos utilizando elementos naturais como folhas, gravetos, pedras, sementes, argila e outros materiais coletados de forma consciente.

De 7 a 28/9.

Domingos.

14h às 16h

Centro de

Educação

Ambiental Externo

Grátis

Senhas

30 min. antes.

De 7 a 12 anos

Pessoas Idosas

Vivência

VOZES DA EXPERIÊNCIA: MICROFONE ABERTO **Com Participantes do Trabalho Social** **com Pessoas Idosas**

Nessa atividade, convidamos as pessoas idosas a se expressar por meio de poesias, músicas, histórias ou outras formas artísticas. O objetivo é incentivar o protagonismo e a criatividade, fortalecer vínculos e valorizar as singularidades de cada participante, transformando suas expressões artísticas em momentos de celebração.

Dia 24.

Quarta.

14h às 16h

Sala 4 - Auditório

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 60 anos

Bate-papo

PONTO DE ENCONTRO

Reunião do Trabalho Social

com Pessoas Idosas no Sesc Guarulhos

Junte-se a nós para o encontro mensal do programa TSPI: "Trabalho Social com Pessoas Idosas", descubra como fortalecer sua autonomia, explorar novas habilidades e possibilidades e se envolver ativamente em sua própria jornada de envelhecimento.

Dia 24.

Quarta.

14h às 16h

Sala 4 - Auditório

Grátis

Sem retirada

de senhas

A partir de 60 anos



Vivência Vozes da Experiência: Microfone Aberto

Turismo Social

Excursão

TERRITÓRIOS CAIÇARAS E QUILOMBOLAS DO LAGAMAR

Cananéia e Ilha do Cardoso (SP)

O Lagamar é um grande conjunto de Unidades de Conservação e áreas protegidas. As grandes áreas de manguezais e os ecossistemas associados à Mata Atlântica mostram ao visitante a transição que acontece entre a floresta e o mar. A cultura tradicional caiçara mostra-se presente na pesca artesanal, na culinária e na música e dança características, o Fandango.

De 23/10 a 26/10.
Quinta a Domingo.
AÇÃO EXTERNA

Inscrições online
no Portal Sesc SP
a partir das 14h
do dia 16/9.

● R\$1.350,00

■ R\$1.485,00

▲ R\$2.025,00

A partir de 7 anos



Excursão Territórios Caiçaras e Quilombolas Do Lagamar

AGENDA DE DESTAQUES

Laura Aldar



TERÇA

2

Aula aberta

Terças Zen

QUARTA

3

Ateliê

L.A.T.A. - Laboratório
Aberto de Tecnologias
e Artes

QUINTA

4

Exposição

Maxwell Alexandre
Novo poder:
passabilidade

Divulgação



9

Vivência

Experimentações
Juventudes

10

Encontro

Clube de Leitura:
Textos cruéis
demais para serem
lidos rapidamente

11

Espetáculo

Com as coisas

Alexandre Leopoldino



16

Vivência

Brincantes!

17

Vivência

Fut7 Adulto
Masculino

18

Bate-papo

Literatura
Guarulhense:
Do Letraviva Ao
Slam Do Prego

Divulgação



23

Aula aberta

Ritmos: Uma
Viagem Musical
pelas Gerações

24

Aula aberta

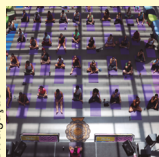
Slackline

25

Vivência

Polo Aquático

Divulgação



30

Aula aberta

Terças Zen

SEXTA

5

Espetáculo

O Mercador de Veneza

12

Performance

Tramas

19

Show

Xênia França

26

**Torneios e
campeonatos**

Desafio de Remo

SÁBADO

6

Espetáculo

Canções para Espantar
o Medo - Contos e
Acalantos Latino
Americanos

13

Aula aberta

Ciclo Sesc: ritmo e
condicionamento
cardiovascular

20

Show

Ritmos Caipiras
por Adriana Farias

27

Bate-papo

Saúde em Foco:
TEA, TDAH, o que é
isso?

DOMINGO

7

Oficina

Ser Sustentável:
Escalda-pés

14

Intervenção

Batuque de
Umbigada

21

Show

niLL

28

Espetáculo

Black Power
de Akin

Divulgação



Divulgação



Divulgação



Jo Bitencourt Akin



Sesc.digital

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

Disponível gratuitamente em sescsp.org.br/sescdigital

SescTV

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

Assista também em sesc.tv.org.br/noar

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

Selo Sesc

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

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

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

sescsp.org.br/loja

Faça sua Credencial Plena

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



Consulte a relação de documentos necessários

Sobre o Sesc São Paulo

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

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

Informações e horários

Biblioteca

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h30

Bicicletário

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado: 9h às 20h
Domingo e feriado: 9h às 18h
*Obrigatório uso de corrente

Cafeteria

Terça a sexta: 9h30 às 11h
e 15h30 às 20h30
Sábado: 9h30 às 11h e 15h30 às 20h
Domingo e feriado: 9h30 às 11h e
15h30 às 18h

Central de Atendimento*

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado, domingo e feriado: 9h às 17h
*Agendamento por meio do site
centralrelacionamento.sescsp.org.br
ou pelo APP - Credencial Sesc SP.

Centro de Educação Ambiental

Terça a sexta: 9h às 21h
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h30

Comedoria

Terça a sexta: 11h às 14h
Sábado, domingo e feriado:
11h às 14h

Espaço de Brincar

Terça a domingo: 10h às 13h30
e das 14h às 17h30

Espaço de Tecnologias e Artes

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h

Exame Dermatológico

Terça a sexta: 9h às 21h,
com intervalo das 16h às 17h
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h, com intervalo
das 13h às 14h

Estacionamento

315 vagas para carros e 42 para motos
Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado: 9h às 20h
Domingo e feriado: 9h às 18h
Preços:
Credencial Plena. Primeira hora:
R\$ 7. Hora adicional: R\$ 2
Público geral. Primeira hora: R\$ 14
Hora adicional: R\$ 3,50

Ginástica Multifuncional

Terça a sexta: 7h15 às 21h30
Sábados: 9h às 16h
Domingo e feriado: 9h às 14h

Juventudes

Terça a sexta: 11h às 21h
Sábado, domingo e feriado:
11h às 17h30

Odontologia

Terça a sexta: 7h20 às 20h40
Sábado: 9h às 14h20
Exclusivo para trabalhadores
no comércio de bens, turismo
e serviços credenciados e
dependentes. Atendimento com
inscrição prévia. Vagas limitadas.

Piscina Externa

Terça a domingo: 9h às 17h30

Piscina Interna

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h30

Programa de Relacionamento com Empresas

Credenciamento Sesc e ações junto às
empresas.
Telefone: (11) 2475-5717
E-mail: relacionamentocomempresas.
guarulhos@sescsp.org.br

Agendamento de Grupos


Participação de grupos em atividades
presenciais e online.
Telefone: (11) 2475-5712.
E-mail: agendamento.guarulhos@
sescsp.org.br

faça sua
credencial
sesc



SESC GUARULHOS

Rua Guilherme Lino dos Santos, 1200
Jardim Flor do Campo, Guarulhos
Tel.: (11) 2475-5550

 [@sescguarulhos](https://www.facebook.com/sescguarulhos)

sescsp.org.br/guarulhos