



Novembro 2025

Sesc São Carlos



Guia de Programação



Sesc




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

| | | | |
|---|--|--|---|
|  braile |  legenda closed caption |  audio- descrição |  legenda open caption |
|  legendas |  formato alternativo |  recursos táteis |  libras |
|  cão-guia |  Em estabelecimentos de uso coletivo, é assegurado o acompanhamento de cão-guia. As unidades do Sesc estão preparadas para receber todos os públicos. | | |
|  acessível | | | |



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

Funcionamento

Dias 2, 4, 15 e 20, (feriados), unidade aberta, 9h30 às 18h.

Ingressos

A venda de ingressos para shows e espetáculos no Sesc São Paulo tem início semanalmente, em dois lotes. On-line: às terças-feiras, a partir das 17h. Presencial, nas bilheterias das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h.

| Data da Atividade | Venda On-line | Venda Presencial |
|-------------------|---------------|------------------|
| 27/10 a 2/11 | 21/10 | 22/10 |
| 3/11 a 9/11 | 28/10 | 29/10 |
| 10/11 a 16/11 | 4/11 | 5/11 |
| 17/11 a 23/11 | 11/11 | 12/11 |
| 24/11 a 30/11 | 18/11 | 19/11 |

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

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

Sonora Brasil

8

Shows e Espetáculos

12

Exposição

13

Cinema

14

Cursos, Oficinas

e Encontros

20

Circuito Sesc

de Corridas

25

Esporte e

Atividade Física

29

Crianças

34

Pessoas Idosas

35

Turismo Social

36

Agenda de Destaques

Editorial

São Carlos e o Sesc

Neste mês, São Carlos completa 168 anos. E desde 1956, o Sesc faz parte dessa história, contribuindo para o acesso da população à cultura, educação, saúde e ao lazer. A entidade é reconhecida como um relevante espaço cultural da cidade, e com suas ações e projetos, reafirma e atualiza, diariamente, o seu compromisso com a transformação social e a qualidade de vida de seu público prioritário - trabalhadores no comércio de bens, serviços e turismo e suas famílias - e de toda a comunidade são-carlense.

E para comemorar o aniversário de São Carlos, o Sesc realiza mais uma edição do Circuito Sesc de Corridas: um convite à prática de



Maquete Sesc São Carlos - Arquiteto Sérgio Teperman

atividades físicas, com o intuito de promover a saúde e o bem-estar por meio do esporte. A Etapa São Carlos é um evento tradicional na cidade e muito aguardado, com as provas de 3km e 6km.

E não pense que é só isso! A programação do mês traz também um bate-papo com o consagrado escritor Jeferson Tenório e o lançamento de seu mais recente livro “De onde eles vêm”; e para os fãs de O Teatro Mágico, a apresentação musical de Fernando Anitelli Trio promete reviver toda a magia da trupe. O espetáculo Rendas também marca presença na programação de novembro, resgatando as tradições nordestinas por meio do teatro, da dança e da música.

Novembro está uma festa! Venha festejar com a gente!




SONORA BRASIL 2025

Projeto temático que tem como objetivo apresentar ao público as mais diversas produções culturais do país. Por meio de apresentações musicais e ações formativas, mapeia e incentiva desde manifestações de territórios isolados até novas experiências de fruição musical, aguçando a percepção sobre a pluralidade étnico-culturais no Brasil.

Criado em 1998, o Sonora Brasil é parte integrante da proposta de desenvolvimento cultural e artístico promovida pelo Sesc, de valorização, preservação e difusão do patrimônio cultural-brasileiro.

No biênio 2024/2025, a temática “Encontros, tempos e territórios” destaca um aspecto fundamental do projeto: o olhar, a escuta e a valorização das territorialidades, da diversidade e das memórias por meio da expressão de seus autores e intérpretes.





Ray/son Chaves

Show Geraldo Espindola e Marcelo Loureiro

Show

**GERALDO ESPINDOLA E
MARCELO LOUREIRO (MS)****Saudações Pantaneiras**

Através do projeto Sonora Brasil, o show "Saudações Pantaneiras", idealizado pela produtora cultural Dalila Saldanha e com direção artística e musical de Marcelo Loureiro, levará aos palcos um convite ao público para deleitar-se com a beleza da música sul-mato-grossense. Seu repertório traz arranjos inéditos de Marcelo Loureiro para sucessos de Geraldo Espíndola, como "Vida Cigana", "Kikiô" e "Cunhataí Porã". Marcelo Loureiro também apresentará suas versões instrumentais sofisticadas para músicas como "Pantanal", de Marcus Viana, "Mi dicha Lejana", de Emíldio Ayala Baez, "Cascada", de Dino Garcia, assim como para outros clássicos dos ritmos fronteiriços, com as rearmonizações inigualáveis desse multi-instrumentista.

Dia 9/11.**Domingo, 16h.**

Teatro.

Grátis. Ingressos

1h antes na Loja

Sesc. Lugares

limitados.

AL



Filipe Naves

Show Fernando Anitelli Trio

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Show

QUARTETO FEMININO IRACEMA

Formado por Heloisa Oliveira (violino), Nádia Fonseca (violino), Jennifer Cardoso (viola) e Nathalia Sudário (violoncelo), o quarteto nasceu para unir amizade e excelência musical na música de câmara com foco em compositores brasileiros.

Dia 5/11.

Quarta, 20h.

Teatro.

Grátis. ingressos

1h antes na loja

Sesc. Lugares

limitados.

A10

Show

FERNANDO ANITELLI TRIO

APRESENTA O TEATRO MÁGICO

Fernando Anitelli, ator, músico, compositor e fundador do grupo Teatro Mágico, apresenta os grandes clássicos da história da trupe, ao lado de seus companheiros de estrada, Thiago Espírito Santo, no baixo e Rafael dos Santos, na bateria.

Dia 13/11.

Quinta, 20h.

Ginásio de eventos.

● R\$18

■ R\$30

▲ R\$60

Venda on-line a partir das 17h de 4/11 e presencial a partir das 17h de 5/11. Lugares limitados.

A12



Rafael Bere

Show Helio Ramalho

TARDES DE QUÊ? DE FUNAJAZZ!

Venha curtir sua tarde de feriado com boa música e animação.

Show

HELIO RAMALHO

Com um trabalho musical que faz conexão entre a ancestralidade africana e a cultura contemporânea brasileira, o músico caboverdiano Hélió Ramalho faz um show que une música eletrônica a ritmos africanos antigos como morna, mazurca e o dançante funaná.

Dia 20/11

(feriado).

Quinta, 16h.

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL

SONS DA TARDE

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

Show

CATIA GONZAGA

Samba

A artista apresenta o show "Tem Que Ser Agora", em que sambas autorais e parcerias potentes se entrelaçam com homenagens a mestres como Cartola, João Bosco e Ivan Lins.

Dia 2/11

(Feriado).

Domingo, 16h.

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL



Show Jack Tekila Acústico

Divulgação

Show

JACK TEKILA ACÚSTICO

Rock nacional

O show traz no repertório interpretação de artistas consagrados como Titãs, Paralamas, Skank, Cidade Negra, Charlie Brown Jr., além de músicas do mais recente álbum da banda: "Deleve".

Dia 16/11.

Domingo, 16h.

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL

show

FRAN NÓBREGA

Forró

A cantora traz o show “Mãe da Lua” que tem como essência a valorização das vozes femininas no forró e em outras manifestações da cultura popular nordestina, celebrando o sagrado feminino e a maternidade como força criadora e ancestral.

Dia 23/11.

Domingo, 16h.

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL

show

MANZANO, MUELLAS E ROCHA

Rock

Com mais de 25 anos de estrada, o grupo de São José do Rio Preto executa versões de pop rock nacionais e internacionais, dos clássicos até atualidade.

Dia 30/11.

Domingo, 16h.

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL



Teatro aleatório

Allis Bezerra

TEATRO

Espectáculo

ALEATÓRIO

Com Érika Rocha

O espetáculo trata de um dia específico na vida de uma família negra. Irmã e irmão acordam em uma manhã fria de primavera e brigam um com o outro antes que ela saia para o trabalho e ele vá para a escola. A mãe, depois de queimar o mingau, passa a assistir TV, enquanto o marido acorda. Essa rotina é interrompida quando a irmã recebe um telefonema e descobre que tudo foi destruído por um ato de violência aleatório.

Dia 19/11.

Quarta, 20h.

Teatro.

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

Venda on-line a partir das 17h de 11/11 e presencial a partir das 17h de 12/11. Lugares limitados.

A16

DANÇA

Espectáculo

RENDAS

Com Cia Palco D'Água

"Rendas" é uma obra única, formada com fragmentos de 15 histórias reais de rendeiras do Nordeste que, juntas, criam a narrativa de Maria, filha de mãe rendeira e pai pescador. A peça integra teatro, dança e música nordestina, rememorando a tradição das rendas de bilros e refletindo sobre a possível extinção desse patrimônio imaterial brasileiro.

Dia 6/11.

Quinta, 20h.

Teatro

● R\$15

■ R\$25

▲ R\$50

Venda on-line a partir das 17h de 28/10 e presencial a partir das 17h de 29/10. Lugares limitados.

A12



Camila Riggati

Intervenção JÁ PENSOU? Ouvir o rio NO QUINTAL

Exposição

IMAGENS TRANSITÓRIAS

Periodicamente, o Sesc convida artistas para apresentarem seus trabalhos nos muros da unidade. Cada nova imagem traz mundos diversos que intervêm na dinâmica dos espaços e criam diálogos com as obras anteriores, que se sobrepõem ao longo do tempo.

Intervenção

JÁ PENSOU? OUVIR O RIO NO QUINTAL

Por Bianca Habib

Com a técnica de estêncil, a artista compõe o mural com bichos, palavras e representações urbanas para deslocar o olhar e o sentir para o nosso habitat compartilhado com a fauna nativa: pássaros, capivaras, saruês, preás e outros tantos, uma vizinhança presente e nem sempre percebida na cidade.

**Terças a sextas,
13h às 21h30.**

**Sábados,
domingos e
feriados, 9h30
às 18h.**

Quintal.
Grátis.

AL



Cinema Medida Provisória

Divulgação

Cinema

Exibição

MEDIDA PROVISÓRIA

BRA, 2020. Cor. Dir.: Lázaro

Ramos. Ficção. 101 min.

Num futuro distópico, uma lei obriga negros a voltarem à África. Antônio, Capitú, André e muitos outros resistem, lutando pelo direito de permanecer no Brasil.

Dia 7/11. Sexta, 19h30.

Teatro.

Grátis. Ingressos

1h antes na

Loja Sesc.

Lugares limitados.

A14

ITINERÂNCIA 49ª MOSTRA INTERNACIONAL DE CINEMA DE SÃO PAULO

Durante o período de 14/11 a 14/12, a Itinerância da 49ª Mostra Internacional de Cinema de São Paulo leva ao público de dez unidades do Sesc SP uma seleção de lançamentos do cinema contemporâneo mundial que foram destaques na programação da Mostra na capital.

Seis títulos inéditos de diferentes nacionalidades, e que passaram por importantes festivais de cinema internacionais, circulam concomitantemente pelas cidades de Araraquara, Birigui, Campinas, Jundiaí, Piracicaba, Presidente Prudente, Registro, Ribeirão Preto, Rio Preto e São Carlos.

Saiba mais em

sescsp.org.br/

saocarlos



Demonstração Moda indígena e Sustentabilidade

Cursos, Oficinas e Encontros

AÇÕES PARA A CIDADANIA

SABERES INDÍGENAS

De agosto a outubro o Sesc promove oficinas com o movimento YBYRÁ.UFSCar promove oficinas no Sesc, compartilhando saberes e técnicas ancestrais trazidos a São Carlos por estudantes indígenas - mestres, artistas e artesãos em suas comunidades de origem. YBYRÁ.UFSCar nasce do projeto “Empreendedorismo Indígena Universitário”, idealizado e construído coletivamente por estudantes indígenas da UFSCar, com apoio de docentes e servidores da Universidade. Saiba mais em: @ybyra.ufscar

Demonstração

MODA INDÍGENA E SUSTENTABILIDADE

Com We'e'ena Tikuna, estilista, compositora, multiartista indígena nascida na Terra Indígena Tikuna Umariáçu no Amazonas, Alto Rio Solimões

Uma imersão na moda indígena contemporânea, quando a artista compartilhará sua trajetória, além de demonstrar seu processo em uma atividade prática.

Dia 25/11.

Terça, 18h30.

Galpão.

Grátis. Inscrições no local e horário da atividade.

Lugares limitados.

A partir de 14 anos.

Bate-papo

SABERES INDÍGENAS E

EMPREENDEDORISMO SOCIAL

Com We'e'ena Tikuna e Movimento YBYRÁ.

UFSCar. Mediação de Day Molina

Conversa sobre projetos de disseminação de saberes originários e fortalecimento da participação de artistas indígenas na produção de moda e arte contemporânea.

Oficina

ESTAMPARIA ÉTNICA

Com Day Molina, estilista, ativista e pesquisadora indígena das etnias Aymara (Peru) e Fulniô (PE). Fundadora da marca Nalimo

Uma jornada ancestral através dos grafismos indígenas e afrodiáspóricos, que conecta saberes milenares e tecnologias originárias com a prática da criação de estampas.

DANÇA

Oficina

COCO E CACURIÁ

Com Dallyyla Amazzyymba, nordestina, bailarina e arte-educadora especialista em danças regionais brasileiras

Prática voltada à vivência das danças populares brasileiras, promovendo a expressão corporal, a musicalidade e o encontro coletivo por meio do movimento.

Oficina

CORPO ERÓTICO CORPO SOCIAL

Com Clarissa Sacchelli

A oficina propõe explorar o corpo erótico como ferramenta para reativar o corpo social. Porém, o erótico não aponta para relações com atividades sexuais, mas ao ato de desprivatizar os sentidos que nos foram privados, por meio da prática da sensibilização de um corpo cujo estado de presença consegue perceber que é tocado por aquilo que toca.

Para inscrições, acesse o código QR ao lado



Dia 26/11.

Quarta, 19h.

Teatro. Grátis. Ingressos 1h antes na Loja Sesc. Lugares limitados. A partir de 12 anos.

Acessibilidade



Libras

Dia 27/11.

Quinta, 18h30.

Galpão. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. A partir de 14 anos.

Dia 6/11. Quinta, 14h às 16h30.

Sala de atividades corporais. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. A partir de 12 anos.

Dias 15 e 22/11. Sábados, 14h às 18h.

Sala de atividades corporais. Grátis. Para pessoas com algum conhecimento ou vivência em dança, performance ou práticas corporais. A partir de 18 anos.



Carlos Macedo

Literatura A Obra Literária de Jeferson Tenório

LITERATURA

Bate-papo e lançamento de livro

A OBRA LITERÁRIA DE JEFERSON TENÓRIO E LANÇAMENTO DO LIVRO “DE ONDE ELES VÊM”

Com Jeferson Tenório e mediação de Ayodele Floriano Silva

Neste encontro, o autor de *O beijo na parede* (2013), *Estela sem Deus* (2018) e *O avesso da pele* (2020) - obra vencedora do Prêmio Jabuti - fala sobre sua escrita, suas referências literárias e sua trajetória, além de dialogar sobre seu mais recente lançamento, *De Onde Eles Vêm* (outubro de 2024), que tem como pano de fundo a lei de cotas.

Dia 11/11.

Terça, 19h30.

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

A partir de 12 anos.

Acessibilidade

 **Libras**

SAÚDE

Palestra

ESSÊNCIA FEMININA: TERAPIAS HOLÍSTICAS PARA O BEM-ESTAR DE MULHERES

Com Vivian Torresan, terapeuta holística

Um encontro para vivenciar o Sagrado Feminino e a ciclicidade menstrual, conectando corpo, emoções e essência com confiança e autoestima.

Dia 8/11. Sábado, 15h às 17h30.

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

A partir de 12 anos.



Henrique Vasconi

Ateliê Atelieta: Práticas Artísticas**TECNOLOGIA E ARTES**

Ateliê

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

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

Sábados. 14h às 16h.

Convivência interna. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. Todas as idades.

Oficina

ABAYOMI**Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes**

Abayomi é uma boneca de pano, feita sem costura e sem cola, criada na década de 1980, em RJ, pela artista e artesã maranhense Lena Martins. Nessa oficina, cada participante irá confeccionar sua própria boneca, utilizando pedaços de tecido.

Dia 13/11. Quinta, 19h às 20h30.

Sala Multiuso. Grátis. Inscrições on-line ou presenciais de 4 a 13/11. Lugares limitados. A partir de 10 anos.

ESPAÇO DE TECNOLOGIAS E ARTES

Misto de laboratório, ateliê e lugar de aprendizado, o ETA incentiva a autonomia criativa e o fazer coletivo por meio de oficinas, cursos e residências. O foco são as atividades relacionadas à cultura e à arte, a partir de ferramentas e suportes das tecnologias ancestrais, digitais, analógicas e sociais. Em diversas unidades.



Oficina Painel Coletivo Símbolos Afro

Divulgação

Oficina

MÁSCARA AFRICANA

Com educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

As máscaras africanas são símbolos ritualísticos que representam uma parte importante da cultura dos povos deste continente, com variedades de estilos e formas. Nesta atividade, criaremos máscaras com esta inspiração, utilizando material reciclável.

Dia 19/11.

Quarta, 18h30 às 20h30.

Sala Multiuso.

Grátis. Senha

30min antes na

Loja Sesc. Lugares limitados.

A partir de 8 anos.

Oficina

PAINEL COLETIVO SÍMBOLOS AFRO

Com Educadores do Espaço de Tecnologias e Artes

Oficina de confecção de carimbo com símbolo africano. Ao término, as pessoas participantes estamparão uma faixa coletiva.

Dia 27/11. Quinta, 19h às 21h.

Sala Multiuso.

Grátis. Senha

30min antes na

Loja Sesc. Lugares limitados.

A partir de 14 anos.



Caroline Pallis

Curso Bordado 3D - Bordando asas**MÃO NA MASSA: TECNOLOGIAS E OFÍCIOS
NO ESPAÇO DE TECNOLOGIAS E ARTES**

Cursos livres no ETA, integrando economia solidária, ofícios manuais e formação prática em diferentes áreas.

Curso

**MÃO NA MASSA: CONSTRUÇÃO
KALIMBA ELETRÔNICA**

**Com Marcelo Muniz - doutor em Neurociências
pela Universidade de São Paulo**

A atividade propõe a construção de uma kalimba, montada sobre uma superfície de acrílico, conectada a um circuito eletrônico que amplifica e processa os sons gerados mecanicamente pelo instrumento (efeito delay/reverb, controles: feedback, mix, tone).

De 9 a 30/11.

**Domingos, 13h30
às 17h30.**

Sala Multiuso.

● R\$9

■ R\$15

▲ R\$30

Inscrições online ou presencial de 28/10 a 2/11 (credencial plena) e de 4 a 9/11 (público em geral). Lugares limitados. A partir de 16 anos.

Curso

**SEXTOU NO ETA: BORDADO
3D - BORDANDO ASAS**

Com Caroline Pallis

Nesta atividade, voltada para pessoas com experiência em bordado e interessadas em explorar uma forma de expressão criativa, aprenda a criar uma mini borboleta bordada em 3D utilizando as técnicas de stumpwork e feltragem.

De 7 a 28/11.

**Sextas, 19h30
às 21h30.**

Sala Multiuso.

● R\$9

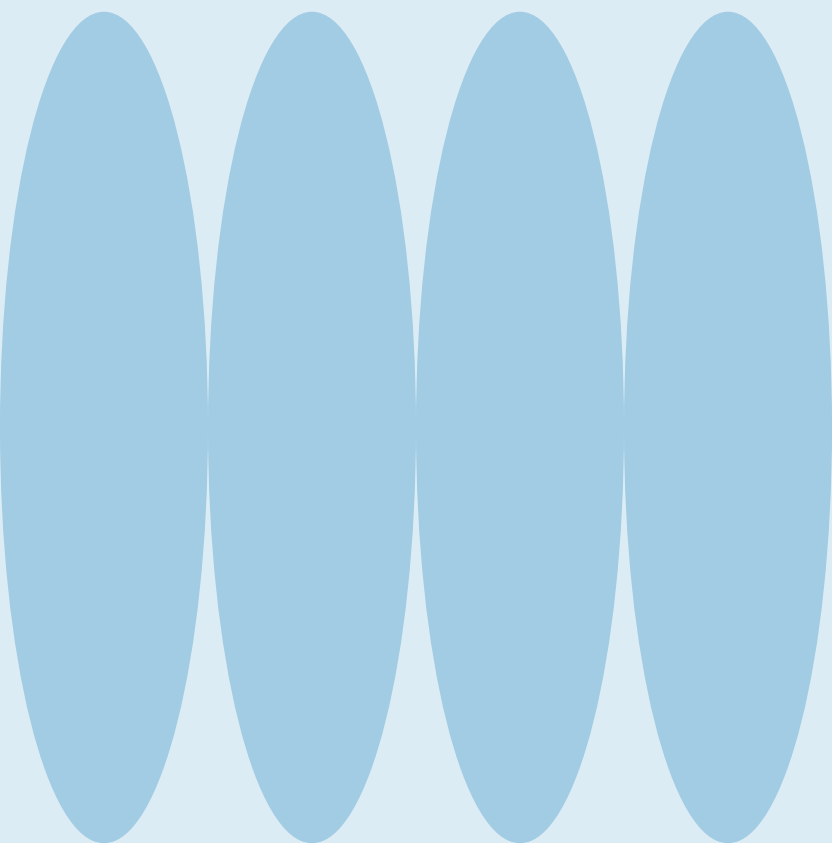
■ R\$15

▲ R\$30

Inscrições online ou presencial de 28 a 31/10 (Credencial Plena) e de 1 a 7/11 (público geral). Lugares limitados. A partir de 18 anos.

CIRCUITO SESC DE CORRIDAS

Projeto composto por uma série de provas para pedestres com percursos e distâncias variadas, realizada em diferentes cidades do estado de São Paulo, objetivando estimular a prática de esporte e atividade física. O evento é uma oportunidade de exercício da cidadania, de descoberta de um bem-estar e da possibilidade de uma melhor qualidade de vida, além de promover a inclusão e a integração de diversos grupos e pessoas.





Paulo Arruda

Corrida Circuito Sesc de Corridas - Etapa São Carlos.

ETAPA SÃO CARLOS 3 KM E 6 KM

Prova de corrida nas distâncias de 3 km e 6 km, com percurso aferido e supervisão técnica pela Federação Paulista de Atletismo, com organização do Sesc. Apoio: Prefeitura Municipal de São Carlos, Sincomércio, EPTV e EP FM.

Dia 23/11.

Domingo, largada às 7h30.

Vagas limitadas.

Inscrições até 16/11 pelo app Credencial Digital ou pelo site central derelacionamento. sescsp.org.br/saocarlos

● R\$20

▲ R\$40

ENTREGA DE KITS

Exclusivo para inscritos no Circuito Sesc de Corridas - Etapa São Carlos 2025.

Dia 21/11. Sexta, 18h às 21h30.

Dia 22/11.

Sábado, 10h às 18h.

Ginásio de eventos.



Paulo Arruda

Bate-papo A Corrida da Minha Vida

Feira

TROCA DE ITENS ESPORTIVOS**Com Grupo Lixo Menos é Mais**

Espaço de troca de roupas esportivas entre participantes, incentivando o consumo consciente, sustentável e inteligente. Traga peças em boas condições e troque por algo que esteja precisando. A participação acontece em duas etapas: triagem prévia das peças e realização da feira. Importante: Não haverá recebimento de peças no dia da feira.

Para mais informações,
acesse o código QR ao lado



**Triagem - Dia
20/11. Quinta,
10h às 14h e
21/11. Sexta,
18h30 às 21h30.**

Corredor do
ginásio

**Feira - Dia
22/11. Sábado,
10h às 14h.**

Ginásio de
eventos. Grátis.
Todas as idades.

Bate-papo

A CORRIDA DA MINHA VIDA

**Com Jéssica Santos, Israel Baffa e Iure
Martins. Mediação de Fernanda Silva.**

Participantes do projeto audiovisual "A Corrida da Minha Vida" compartilham com o público suas trajetórias, desafios superados, motivações para correr e os impactos positivos da atividade física em suas vidas.

**Dia 21/11. Sexta,
19h às 20h30.**

Ginásio de
eventos.

A partir de
16 anos.

Acessibilidade

 **Libras**

Intervenção

AVALIAÇÕES FÍSICAS

Com Instituto Mecca

Conjunto de procedimentos para avaliar a aptidão física dos participantes, tendo como objetivo final a orientação e prescrição adequada, segura e personalizada da prática esportiva da corrida.

Dia 21/11. Sexta, 18h às 21h30.

Dia 22/11.

Sábado, 10h às 18h.

Ginásio de eventos.

Exclusivo para inscritos no Circuito Sesc de Corridas - São Carlos 2025. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. A partir de 16 anos.

Vivência

OCUPAÇÃO LÚDICA: JOGOS

ANALÓGICOS E DIGITAIS

Com coletivo Máquina Tudo

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

Dia 21/11. Sexta, 18h às 21h30.

Dia 22/11.

Sábado, 10h às 18h.

Ginásio de eventos.

Exclusivo para inscritos no Circuito Sesc de Corridas - São Carlos 2025. Grátis. Inscrições no local e horário da atividade. Lugares limitados. Todas as idades.

Vivência

AUTOMASSAGEM MIOFASCIAL

Com educadores do Sesc

Qualquer atleta amador ou profissional já sentiu dores ou algum desconforto muscular após correr. O que nem todos sabem é que estas tensões musculares podem ser sensivelmente amenizadas através de massagens. Nesta vivência, serão ensinadas técnicas para a busca da recuperação mais adequada.

Dia 21/11. Sexta, 20h30 às 21h30.

Ginásio de eventos.

Exclusivo para inscritos no Circuito Sesc de Corridas - São Carlos 2025. Grátis. Senhas no horário e local da atividade. A partir de 16 anos.



Paulo Arruda

Aula aberta Movimento consciente para corredores

Aula aberta

MOVIMENTO CONSCIENTE PARA CORREDORES Com educadores do Sesc

Praticar corrida de rua exige muito do corpo, sendo um esporte completo que utiliza diversos grupos musculares. Para evitar lesões e melhorar o desempenho, o Movimento Consciente específico para corredores ajuda a alcançar equilíbrio e a fortalecer o físico e a mente.

**Dia 22/11.
Sábado, 10h às
11h e 16h30
às 17h30.**

Ginásio de eventos.
Exclusivo para inscritos no Circuito Sesc de Corridas - São Carlos 2025.
A partir de 16 anos.

Aula aberta

AQUECIMENTO Com educadores do Sesc

**Dia 23/11.
Domingo, 7h
às 7h30.**

Ginásio de eventos.
Grátis. Lugares limitados.

show

BATERIA BRASILIANDO Show de encerramento da corrida

Finalização da etapa de corrida com muito carnaval da banda de Araraquara.
Atividade voltada para os atletas participantes da etapa de Corrida do Sesc São Carlos.

**Dia 23/11.
Domingo, 8h15.**

Ginásio de eventos.



Aula aberta Futebol para mulheres

Mariane Camargo Soares

Esporte e Atividade Física

Aula aberta

MOVIMENTO CONSCIENTE

Com educadores físico-esportivos

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

Sábados, 10h.

Galpão. Grátis.
Lugares limitados.
A partir de 12 anos.

Aula aberta

FUTEBOL PARA MULHERES

Com educadores físico-esportivos

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

Sábados, 14h às 16h.

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



Pedro Abude

Vivência Tarde Lúdica

Aula aberta

YOGA**Com educadores físico-esportivos**

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

**Domingos,
(exceto dia
23/11), 9h30
e 10h30.**

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

Aula aberta

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

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

**Domingos,
13h às 15h.**

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

Vivência

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

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

Dias 4 e 20/11.

**Terça e quinta,
15h às 18h.**

Dia 15/11.

**Sábado,
14h às 16h.**

Quadra de tênis.
Grátis. Inscrições
no local e horário
da atividade.
Lugares limitados.
Todas as idades.



Adriano Sobral

Torneios e campeonatos Tênis de mesa

COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS

Competição que acontece em todas as unidades do Sesc e conta com diversas modalidades esportivas. O torneio busca promover a socialização e ampliar o acesso ao lazer e à prática de atividades físicas e esportivas, favorecendo o desenvolvimento integral dos trabalhadores das empresas do comércio de bens, serviços e turismo, bem como de seus dependentes e da comunidade.

Torneios e campeonatos

VÔLEI FEMININO E MASCULINO

De 7 a 28/11.
Sextas,
19h às 22h.
Exceto 21/11.
De 9/11 a 7/12.
Domingos,
12h às 18h.
Exceto 23/11.
Ginásio de eventos. Jogos em andamento.

Torneios e campeonatos

TÊNIS DE MESA

Dia 30/11.
Domingo, 14h
às 18h. Galpão.
Galpão.
Grátis. Inscrições no local e horário da atividade.
Vagas limitadas.
A partir de 12 anos.

**Curso** Yoga

Paulo Arruda

CURSOS PERMANENTES

Com educadores físico-esportivos

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

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

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

Acesse o código QR ao lado para ter acesso aos horários e valores.



Informações para inscrição:

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

Como se inscrever:

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



Paulo Arruda

Oficina Se joga

Crianças

Oficina

PEQUENOS EXPERIMENTOS

Com educadores de Infâncias e Juventudes

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

**Quartas, 16h30
às 18h.**

Espaço de brincar.
Grátis. Lugares
limitados.
Todas as idades.

Oficina

SE JOGA!

Com educadores de Infâncias e Juventudes

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

**Domingos
e feriados,
14h às 16h.**

Convivência
interna. Grátis.
Senha 30 min
antes na Loja
Sesc. Lugares
limitados.
Todas as idades.

ESPAÇO DE BRINCAR

Com atividades livres e mediadas em ambientes lúdicos, o programa valoriza o brincar de forma espontânea e coletiva, acolhendo bebês e crianças de 0 a 6 anos, acompanhadas de responsável. Consulte as páginas das unidades no portal sescsp.org.br para informações de acesso.



Paulo Arruda

Encontro Paternidades em roda

Encontro

PATERNIDADES EM RODA**Com educadores de Infâncias e Juventudes**

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

Dia 12/11.**Quarta,
19h às 20h.**

Espaço de Brincar.
Grátis. Inscrições na hora e local da atividade.
Lugares limitados.
Todas as idades.

Ateliê

COSTURAS E COSTURINHAS - OFICINAS DE COSTURA AFETIVA PARA ADULTOS**Com educadores de Infâncias e Juventudes**

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

**Dia 28/11. Sexta,
14h30 às 17h30.**

Sala Multiuso.
Grátis. Senha 30 min antes na Loja Sesc. Lugares limitados.
A partir de 16 anos.

CURUMIM

O programa contribui para o desenvolvimento integral das crianças de 7 a 12 anos, por meio de experimentações, brincadeiras, convivência e novas amizades. Atividades educativas estimulam autoestima, pensamento crítico, ética, solidariedade e autonomia. As crianças são acompanhadas por uma equipe de educadoras e educadores. Consulte as unidades para informações de acesso. Saiba mais em sescsp.org.br/curumim

Oficina

PINTANDO COM BOLINHA DE SABÃO

Com Tio .faso e Liz Miranda

Há algo de mágico e encantador nas bolinhas de sabão que fazem sorrir desde bebês até velhinhos. Nesta atividade, vamos usá-las pra compor uma bela pintura.

Dia 9/11.

Domingo, 10h30 às 12h30.

Quintal.

Grátis. Senha

30min antes no

local da atividade.

Lugares limitados.

Todas as idades.

Oficina

COCÓ-PARADE

Com Tio .faso e Liz Miranda

Nessa oficina, as crianças pintam panos de prato, carimbando suas mãozinhas no tecido e transformando as imagens em galinhas.

Dia 16/11.

Domingo, 10h30 às 12h30.

Sala de atividades corporais.

Grátis. Senha

30min antes no

local da atividade.

Lugares limitados.

Todas as idades.

Bate-papo

VAMOS CONVERSAR SOBRE PARENTALIDADES ATÍPICAS?

Com Tio .faso e Liz Miranda

Roda de conversa sobre vivências e inclusão nas parentalidades atípicas, propondo trocas sensíveis e reflexões sobre como ampliar o acolhimento e a compreensão das múltiplas infâncias. Convite aberto a todas as famílias.

Dia 23/11.

Domingo, 10h30 às 12h30.

Sala de atividades corporais.

Grátis. Senha

30min antes no

local da atividade.

Lugares limitados.

Todas as idades.

Oficina

QUEM PLANTA SEUS MALES ESPANTA

Com Tio .faso e Liz Miranda

Nesta atividade, as crianças plantam uma mudinha num vaso e a levam para casa para cuidar e acompanhar seu desenvolvimento. Quem participar recebe um bottom e um certificado de protetor da natureza!

Dia 30/11.

Domingo, 10h30 às 12h30.

Quintal.

Grátis. Senha

30min antes no

local da atividade.

Lugares limitados.

Todas as idades.

**Circo** Cabarézin da Nega

Davi Maia

LITERATURA

Contação de história

RECORDA, RESPIRA E VAI

Com grupo Tá na Boca do Conto

Aprender a respirar para deixar as preocupações de lado e dar espaço para o novo: com leveza, música, diversão e criatividade, a contação convida o público a lidar com sentimentos como ansiedade, mau humor e saudade.

Dia 1/11.

Sábado, 16h.

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL

CIRCO

Espetáculo

CABARÉZIN DA NEGA

Com Nega Criações Artísticas

Seis artistas exploram as variedades circenses ao som de uma trilha sonora tocada ao vivo, apresentando suas habilidades individuais que prometem impressionar e mexer com os sentidos do público. É o primeiro cabaré circense no Brasil conduzido por uma Maestra Palhaça preta.

Dia 4/11.

(Feriado). Terça, 16h às 17h.

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL

Espetáculo

AIPIM, O PALHAÇO DAS PERNAS DE PAU

Com Trupe Raiz do Circo

Em números interativos, com acrobacias surreais, humor e senso crítico, Aipim, o palhaço das pernas de pau, chama atenção para a valorização da arte e do artista de rua.

Dia 22/11.

Sábado, 16h.

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL

TEATRO

Espetáculo**POVO POLVO****Com Núcleo VRAAA**

Uma criatura marinha gigante surge no asfalto e tem medo de tudo: quando se assusta jorra tinta colorida. Crianças e artistas se unem para ajudá-la, manipulando seus tentáculos e se tornando parte desta obra-festa chamada POVO POLVO!

Dia 8/11.**Sábado, 16h.**

Convivência interna.

Grátis. Lugares limitados.

AL

Espetáculo**JOGO DE IMAGINAR****Com Cia Barracão Cultural**

Na busca por descobrir quem era seu avô, Eulindo, um menino negro que não conhece a sua ancestralidade, vai parar dentro de um teatro e vive uma aventura deliciosa e engraçada através das origens do teatro.

Dia 15/11.**Sábado, 16h.****Teatro.**

Teatro.

● R\$12

■ R\$20

▲ R\$40

Grátis para crianças até 12 anos.

Venda on-line a partir das 17h de 4/11 e presencial a partir das 17h de 5/11. Lugares limitados.

AL

CINEMA

Exibição**FLOW****BEL/FRA/LET. 2024. Cor. Dir.: Gints****Zilbalodis. Animação. 85 min.**

Num mundo pós apocalíptico, coberto apenas por vestígios da presença humana, um gato é perseguido por uma manada de cães e vê seu lar ser devastado por uma enchente. Buscando uma forma de sobreviver, ele encontra refúgio em um pequeno barco povoado por diversas espécies. Fugindo de toda essa situação hostil, os animais terão que se unir apesar de suas diferenças. Nesse veleiro, eles passam pelos desafios da adaptação a este novo cenário.

Dia 29/11.**Sábado, 16h.**

Teatro.

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

AL



Mariane Camargo Soares

Oficina Revolução grisalha: rompendo padrões estéticos na velhice

Pessoas Idosas

Palestra

PONTO DE ENCONTRO - CABELOS BRANCOS E GRISALHOS SEM TABU

Com Bárbara Aires

Esse Ponto de Encontro é para as mulheres que desejam saber mais sobre o movimento social feminino denominado Revolução Grisalha: para as que já assumiram seus cabelos brancos e grisalhos, para as que desejam assumir e para as simpatizantes do assunto.

**Dia 8/11. Sábado,
10h às 12h30.**

Teatro.

Grátis. Lugares limitados.

Prioritário para público a partir de 60 anos.

Oficina

REVOLUÇÃO GRISALHA: ROMPENDO PADRÕES ESTÉTICOS NA VELHICE

Com Bárbara Aires

Atividades práticas em que as mulheres participantes poderão simular como ficariam com cabelos grisalhos, utilizando mechas com diferentes porcentagens de fios brancos.

Dia 9/11.

**Domingo,
10h às 13h.**

Sala de atividades corporais.

Grátis. Senha

30min antes na

Loja Sesc. Lugares limitados.

Prioritário para público a partir de 60 anos.

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



Nelson Kong

Excursão Sesc 24 de Maio

Turismo Social

Excursão

ARTE EM SÃO PAULO - SP

Visita à Bienal de Artes, no Parque do Ibirapuera, à exposição exposição HIP-HOP 80'sp – São Paulo na Onda do Break, no Sesc 24 de Maio, marco da arquitetura contemporânea e ao Sesc Avenida Paulista com seu mirante no 17º andar, que permite observar a paisagem urbana. Hospedagem no Hotel Massis. Meia pensão.

De 16 a 18/12, terça a quinta.

● R\$600

▲ R\$900

Inscrições online

19/11, quarta, 16h.

Pagamento presencial

De 21 a 30/11.

Inscrições não confirmadas serão automaticamente canceladas. 40 vagas.

Passeio

EQUILÍBRIO COMUNIDADE - NATUREZA, EXISTE CIDADE PARA ISSO?

Visita à MoradaYDU, casa que adota o conceito de sustentabilidade, utilizando em sua construção um amplo repertório de técnicas bioclimáticas e bioecológicas, além de uma pequena imersão na natureza em meio a paisagem urbana.

Dia 15/11, sábado.

Informações sobre valores e horários na Central de Relacionamento.

Inscrições online

5/11, quarta, às 16h.

Pagamento presencial

De 5 a 11/11.

Inscrições não confirmadas serão automaticamente canceladas. 20 vagas.

AGENDA DE DESTAQUES

TERÇA

QUARTA

QUINTA

Davi Maia



4

Esporte e Atividade física

Tarde Lúdica

Circo

Cabarézim da Nega

5

Música

Quarteto Feminino
Iracema

6

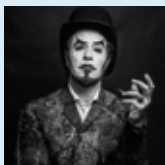
Dança

Coco e Cacuriá

Dança

Rendas

Filipe Nevares



11

Literatura

A Obra Literária de
Jeferson Tenório
e Lançamento
do Livro De
Onde Eles Vêm

12

Crianças

Paternidades
em roda

13

Música

Fernando Anitelli
Trio apresenta O
Teatro Mágico

Rafael Bere



18

Biblioteca

Consulta de
livros e revistas

19

Crianças

Pequenos
Experimentos

20

Música

Helio Ramalho

Divulgação



25

Ações para a Cidadania

Moda Indígena e
Sustentabilidade

26

Ações para a Cidadania

Saberes indígenas

27

Ações para a Cidadania

Estamparia Étnica

Cinema e Vídeo

Mostra
Internacional
de Cinema

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

1

Esporte e Atividade física

Futebol para
mulheres

Literatura

Recorda,
Respira e Vai

2

Tecnologias e Artes

Mão na Massa:
Customização
de Tênis

Música

Catia Gonzaga



Mariane Camargo Soares

7

Cinema e Vídeo

Medida provisória

8

Teatro

Polvo

9

Tecnologias e Artes

Mão na Massa:
Construção
Kalimba Eletrônica



Divulgação

14

Cinema e Vídeo

Mostra
Internacional
de Cinema

15

Crianças

Jogo de imaginar

16

Crianças

Cocó-Parade

Música

Jack Tekila
Acustico



Divulgação

21

Cinema e Vídeo

Mostra
Internacional
de Cinema

22

Circo

Aipim, o palhaço
das pernas de pau

23

Esporte e Atividade física

Circuito Sesc de
Corridas - Etapa
São Carlos



Paulo Arruda

28

Artes Manuais

Costuras e
Costurinhas

Cinema e Vídeo

Mostra
Internacional
de Cinema

29

Tecnologias e Artes

AteliETA: Práticas
artísticas

Cinema e Vídeo

Flow

30

Crianças

Quem planta seus
males espanta

Música

Manzano, Muellas
e Rocha



Paulo Arruda

Sesc.digital

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

Disponível gratuitamente em sescsp.org.br/sescdigital

SescTV

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

Assista também em sesc.tv.br/agorantv

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

Selo Sesc

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

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 40 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

sescsp.org.br/loja

Faça sua Credencial Plena

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



Consulte a relação de documentos necessários

Sobre o Sesc São Paulo

Com mais de 79 anos de atuação, o Sesc – Serviço Social do Comércio conta com uma rede de 43 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

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

Informações e horários

Sesc São Carlos

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

Central de atendimento

Tel.: 16 3373-2333

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

Loja Sesc

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

Biblioteca

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

Espaço de Brincar

Terça a sexta, 14h às 19h
Sábados, domingos e feriados, 10h30 às 16h30

Quadras e Ginásio

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

Exame dermatológico

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

Parque aquático

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

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

Vestiários

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

Cafeteria

Terça a sexta, 8h às 21h15.
Sábados, domingos e feriados, 9h30 às 18h.
Em dias de shows/espetáculos, a Cafeteria poderá atender com cardápio alterado ou reduzido.

Bicicletário

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

Odontologia

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

Brigada de incêndio

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

Quintal e Redário

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

SESC SÃO CARLOS

Av. Comendador Alfredo Maffei, 700

Tel.: +55 16 3373-2333

  /sescsaocarlos

sescsp.org.br/saocarlos

**faça sua
credencial
sesc**

