

MARÇO
2026

EM cartaz

GUIA DE DESTAQUES DA PROGRAMAÇÃO SESC SÃO PAULO

sesc | 80 ANOS





Acesse a versão PDF
do guia para pessoas
com deficiência visual

Legenda de acessibilidade

 abafadores

 acessível*

 AD) audiodescrição

 braille

 cão-guia*

 dublagem

 formato alternativo

 CC legenda closed caption

 OC legenda open caption

 LSE legendas

 Libras

 recursos táteis

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

Consulte o horário de funcionamento das unidades nos feriados em

sescsp.org.br/feriados

Capa: Imagem de divulgação do espetáculo para crianças "Lua Vermelha", que conta a história de Alex e Kim, jovens astronautas que aprendem lições sobre cooperação e igualdade de gênero ao encontrarem, em Marte, uma sociedade harmoniosa e livre de violências e preconceitos. A obra teatral, dirigida e protagonizada por Nicole Marangoni, é apresentada dia 1/3, no Sesc Vila Mariana. **Foto:** Sofia Inati.

Legenda de 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**

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

L	AL	Livre	14	A14	14 anos
6	A6	6 anos	16	A16	16 anos
10	A10	10 anos	18	A18	18 anos
12	A12	12 anos			



Este guia traz os **destaques** da programação das unidades do Sesc na capital, Santo André e São Caetano. **A programação está sujeita a alterações sem aviso prévio.** Para consultar as atividades na íntegra, de todas as unidades do estado, acesse sescsp.org.br

Sobre o Sesc São Paulo

Há 80 anos, o Serviço Social do Comércio tem como missão contribuir para a qualidade de vida dos trabalhadores dessas categorias, seus dependentes e da sociedade em geral.

No estado de São Paulo, o Sesc conta com uma rede de 44 unidades, incluindo centros culturais e esportivos, bem como unidades especializadas. Oferece programações em diversas linguagens artísticas, atividades físico-esportivas e de turismo social, programas de saúde, educação para sustentabilidade, para a diversidade e para acessibilidade, alimentação, programas especiais para crianças, jovens e pessoas idosas, além do Sesc Mesa Brasil – programa institucional de combate à fome e ao desperdício de alimentos.

Pela Vida das Mulheres! 6

Direitos Humanos para
Todas as Pessoas 8

Shows e Espetáculos 14

Exposições 32

Cinema 34

Cursos, Oficinas
e Encontros 40

Esporte,
Atividade Física
e Piscinas 76

Crianças 80

Pessoas Idosas 92

Turismo Social 98

Bibliotecas 101

Saúde Bucal 102

Alimentação 103

Unidades da Capital
e Grande São Paulo 104

Unidades do Interior
e Litoral 110

Destaques da Grande São
Paulo, Interior e Litoral 112

sesc.digital 113

SescTV 114

Edições Sesc 115

Selo Sesc 116

Lojas Sesc 117

Como se Credenciar 118



Este guia é seu!
Anote suas atividades preferidas
e aproveite o melhor dos espaços
e da programação do Sesc!

ARTE DA RUA PARA TODAS AS PESSOAS

CIRCUITO
Sesc
de ARTES

133
CIDADES

21 DE MARÇO
A 26 DE ABRIL
2026



ATIVIDADES GRATUITAS DE ARTES VISUAIS E
TECNOLOGIA, CINEMA, CIRCO, DANÇA,
LITERATURA, MÚSICA E TEATRO

**ESPETÁCULOS, SHOWS, OFICINAS,
PASSEIOS TURÍSTICOS E FEIRAS DE SABERES
TRANSFORMAM PRAÇAS E PARQUES EM
PALCOS ABERTOS E ESPAÇOS DE CONVIVÊNCIA.**



CONFIRA A PROGRAMAÇÃO COMPLETA E
DESCUBRA QUANDO O CIRCUITO SESC
DE ARTES CHEGA NA SUA CIDADE!

SESCSP.ORG.BR/CIRCUITO

APÓIO

SINDICATOS DO COMÉRCIO
DE BENS, SERVIÇOS E TURISMO
PREFEITURAS MUNICIPAIS

REALIZAÇÃO



Pela Vida das Mulheres!

DESTAQUES DA PROGRAMAÇÃO

24 DE MAIO

Pela Vida das Mulheres! Violência de Gênero e Luta das Mulheres no Brasil

ENCONTRO Artistas, ativistas e representantes de organizações públicas e da sociedade civil reúnem-se com o objetivo de conscientizar, sensibilizar

Atividades educativas e culturais buscam ampliar o debate público para o fim das violências contra as mulheres, fortalecendo redes de apoio e incentivando a construção de uma cultura emancipatória para as mulheres, fundamentada na garantia de direitos, na equidade e na proteção da vida.

A partir de março, em diversas unidades do Sesc.

Saiba mais em sescsp.org.br/pelavidadasmulheres

e mobilizar a população para o enfrentamento das violências contra as mulheres.

Dia 7/3. Sábado, 11h. Todas as idades. GRÁTIS.

Entre Silêncios, Berros e Sussurros

RESIDÊNCIA ARTÍSTICA

Debate e criação a partir do tema "direito ao corpo de mulheres e pessoas de gênero dissidente". Com Coletiva Palabreria.

De 7 a 15/3. Sábados e domingos, 10h às 17h30. A partir de 18 anos.

Inscrições on-line. GRÁTIS.

Feminicídio, Lesbocídio e Transfeminicídio no Brasil: Entre Luto e Luta Coletiva

DEBATE Aborda diferentes formas de resistência e de luta no combate às opressões contra mulheres e a violência misógina.

Com Erika Matheus, Rafaela Nepomucena e Suane Soares. Mediação: Arianne Carvalho.

Dia 17/3. Terça, 19h às 20h30. Todas as idades.

Acessibilidade:  Libras.

Direitos em Foco: Orientação Jurídica para Mulheres

ENCONTRO Esclarecimentos de demandas relacionadas aos direitos das mulheres.

Com Defensoria Pública do Estado de São Paulo.

De 17 a 20/3. Terça a sexta, 13h às 17h. Todas as idades. GRÁTIS.

Garotas Mortas

ESPETÁCULO Adaptação do livro homônimo da escritora argentina Selva Almada narra a investigação de três feminicídios, não resolvidos, ocorridos nos anos 80.

Com Coletiva Palabreria.

De 19 a 21/3. Quinta a sábado, 19h.  Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

Violência de Gênero, Violência Sexual e Punitivismo: O que é Fazer Justiça?

DEBATE Conversa sobre o sistema de justiça brasileiro, as leis que abordam a violência de gênero e perspectivas de abolicionismo penal. Com Isabela del Monte e Dina Alves.

Mediação: Gabriela Rancan.

Dia 24/3. Terça, 19h às 20h30. Todas as idades. GRÁTIS.

Acessibilidade:  Libras.

Caminhos para Denúncia de Violência e Acolhimento das Mulheres

DEBATE Apresentação dos serviços públicos de atendimento e caminhos para denúncias e pedidos

de proteção. Com Vera Aparecida dos Santos e Ana Paula Correia.
Dia 31/3. Terça, 19h às 20h30.
Todas as idades. GRÁTIS.
Acessibilidade:  Libras.

BOM RETIRO

Gertrude Pedra Pedra

APRESENTAÇÃO Performance poético-musical investiga a escrita e o humor como táticas de sobrevivência. Com Angélica Freitas e Juliana Perdigão. Integra o projeto Brejo do Bom.
Dia 26/3. Quinta, 20h.  **GRÁTIS.**

CAMPO LIMPO

Derramãgoa de Mulher

SHOW Clarianas apresentam repertório que une canções inéditas e clássicas do grupo. Integra o projeto Leituras Circulantes.
Dia 26/3. Quinta, 19h.  **GRÁTIS.**

CASA VERDE

Cor-de-(P)rosa – Histórias Escritas Por Mulheres Incriveis

CONTAÇÃO DE HISTÓRIA
 Apresentação de contos de autoras brasileiras. Com A Hora da História.
De 1 a 22/3. Domingos, 14h30 às 15h15.  **GRÁTIS.**

PINHEIROS

Sarau das Yabás – Encontro de Realezas

APRESENTAÇÃO As artistas dialogam a partir dos

arquétipos das Yabás, abordando reflexões sobre os ciclos da vida e situações vivenciadas por mulheres pretas. Com Sarau das Pretas.
Dia 1/3. Domingo, 16h.  **GRÁTIS.**

PIRACICABA

Maria da Penha

CURSO Aula Inaugural da terceira edição do curso de atualização "Educação e transformação: entendendo a Lei Maria da Penha". Com Karina Sabedot e Marilda Soares.
Dia 24/3. Terça, 19h às 22h.
Todas as idades. Senhas 1 hora antes. GRÁTIS.

REGISTRO

Igualdade de Gênero, Raça e Diversidade

BATE-PAPO Encontro de vozes e saberes que se cruzam para dialogar sobre igualdade de gênero. Com Auritha Tabajara, Semayat Oliveira, Simony dos Anjos, Keli de Oliveira e Barbara Carine. Integra o projeto Apaoká – Mulheres que transformam.
Dia 19/3. Quinta, 19h30 às 21h30. Todas as idades. Senhas 1h antes.

SANTO AMARO

Karla

Dir.: Christina Tournatzes, ALE, 2025, 104 min.
EXIBIÇÃO Uma garota de doze anos presta queixa de abuso sexual contra seu próprio pai, e conta com a ajuda de um juiz, que se

torna seu maior confidente. Integra a Mostra Alemã de Cinema: Elas Dirigem!
Dia 4/3. Quarta, 18h.  **GRÁTIS.**

SANTOS

Corpo Feminino em Manifesto: Deslimite-se

BATE-PAPO Reflexões sobre a pluralidade dos corpos femininos, suas trajetórias e potências. Com Rose Maria de Souza, Terezinha Guilhermina e Munique Costa.
Dia 13/3. Sexta, 19h às 21h.
A partir de 12 anos. GRÁTIS.
Acessibilidade:  Libras.

SÃO BENTO

Dedo de Prosa com Amelinha Teles

BATE-PAPO Uma das feministas mais conhecidas do Brasil compartilha sua trajetória de combate à violência contra as mulheres e pelos direitos humanos.
Dia 16/3. Segunda, 14h às 16h30. A partir de 60 anos. Inscrições de 3 a 15/3. GRÁTIS.

SOROCABA

Mulheres na Ciência

BATE-PAPO Desafios, estereótipos e estratégias para conquistar espaço e protagonismo feminino nas ciências e tecnologias. Com Gabrielle Weber, Veronyka Gimenès.
Mediação: Fabiana Cotrim.
Dia 18/3. Quarta, 19h às 21h. A partir de 14 anos. Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

DIREITOS HUMANOS

TERRITORIALIDADES

PARA TODAS AS PESSOAS

4 A 15 DE MARÇO 2026

Realizado de 4 a 15 de março, em 33 unidades do Sesc no estado de São Paulo, o projeto oferece centenas de atividades que refletem sobre como os territórios, em suas múltiplas formas de existência e identidade, são centrais para a construção dos direitos humanos e para a promoção de uma sociedade mais justa, inclusiva e sensível às diversidades. Além de debates, oficinas, cursos, intervenções e circulação de ações artísticas, os **LAB DH (Laboratórios de Direitos Humanos)** se voltam à formação e à troca entre lideranças, coletivos, movimentos sociais, instituições e redes socioassistenciais, enquanto as ações do **Círculo Sesc de Direitos Humanos** alcançam cinco cidades do interior paulista com atividades em parceria com organizações públicas e redes locais. **Programação completa em sescsp.org.br/direitoshumanos**

ABERTURA

Territorialidades na Promoção dos Direitos Humanos

ENCONTRO Reflexões sobre as territorialidades como eixo central da promoção dos direitos humanos. Com Macaé Evaristo, Bel Santos Mayer e Criolo. Apresentação: Dani Nega. Mediação: Thiago Amparo. Bate-papo seguido de pocket show com Criolo. **Dia 4/3. Quarta, 19h. Local: Teatro do Sesc Pompeia. Todas as idades. GRÁTIS.**

DESTAQUES DA PROGRAMAÇÃO

CAPITAL

14 BIS

Feira da Rua Para o Mundo

FEIRA Exposição e venda de alimentos e artesanatos de iniciativas voltadas ao desenvolvimento humano, apoio a pessoas em situação de desproteção social e práticas sustentáveis. Com Cisarte e Pão do Povo da Rua. **Dias 8 e 15/3. Domingos, 11h. Todas as idades. GRÁTIS.**

24 DE MAIO

Rua em Cores

OFICINA Atividades abertas de artes visuais no calçadão do entorno do Sesc 24 de Maio, voltadas à população em situação de rua e ao público em geral. Integra a Articulação PopRua. Com Projeto Psicanálise de Rua e Derek Souza. **De 11/3 a 27/5. Quartas, 10h. Todas as idades. GRÁTIS.**

AVENIDA PAULISTA

Direitos Humanos na Perspectiva Racial de Sueli Carneiro

RODA DE CONVERSA A escritora Cidinha da Silva reflete

sobre a obra “Só Bato em Cachorro Grande” e o Método Sueli Carneiro, abordando amizade entre mulheres negras e direitos humanos. Mediação: Fernanda Sousa.

Dia 11/3. Quarta, 19h30.
Todas as idades. GRÁTIS.

BELENZINHO

São Paulo e Suas Fronteiras: Um Diálogo Sobre a Imigração na Cidade

PALESTRA Bate-papo sobre narrativas de migrantes e o papel das redes e mídias sociais na afirmação de identidades e trajetórias na cidade. Com Denise Cogo, Márcia Rodrigues, Wisnel Joseph. Mediação: Marifer Vargas.

Dia 12/3. Quinta, 19h.
Todas as idades. GRÁTIS.

BOM RETIRO

Circo das Mulheres

ESPETÁCULO Reunião de artistas mulheres do território da Luz e da Cracolândia, celebrando criação coletiva e protagonismo feminino. Direção: Andréa Macera e Cibele Mateus.

Dia 7/3. Sábado, 17h. **A14** GRÁTIS.

CAMPO LIMPO

Mapa da Rede Socioassistencial: Caminhos e Acessos

DEBATE Bate-papo para fortalecer a articulação entre serviços da rede

socioassistencial e outros equipamentos do território, ampliando cuidado e acesso a direitos. Com representantes das instituições que compõem a rede socioassistencial da Zona Sul.

Dia 10/3. Terça, 13h30. A
partir de 16 anos. GRÁTIS.

CASA VERDE

Teimar até que Brote

ESPETÁCULO Obra inspirada na criação de uma horta comunitária na Zona Leste, celebrando resistência, sonho coletivo e transformação do território. Com Coletivo Corpo Aberto e direção de Verônica Avellar.

Dia 14/3. Sábado, 16h.
Ingressos no dia, a partir das 12h. **A14** GRÁTIS.

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Lideranças Comunitárias do Futuro

CURSO Jogo de interpretação de papéis estimula a imaginação política sobre o futuro de favelas e ocupações diante das mudanças climáticas. Com Vinícius Spira, João Sales e Gabriel Teixeira.

De 11 a 27/3. Quartas e sextas, 11h. A partir de 16 anos. Inscrições online a partir de 25/2.
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

INTERLAGOS

Território Como Direito: Experiências, Pertencimento e Colaboração

PALESTRA Encontro discute o território como espaço de vida, memória e resistência, fortalecendo redes locais e iniciativas comunitárias. Com Marcia Marci.

Dia 13/3. Sexta, 10h. A
partir de 18 anos. GRÁTIS.

Territórios que Pulsam

FEIRA Espaço de encontro para coletivos e iniciativas locais compartilharem trabalhos, saberes e economias, fortalecendo redes e o território como lugar de vida e colaboração. Com Rede Nós por Nós.

Dia 14/3. Sábado, 9h30.
Todas as idades. GRÁTIS.

IPIRANGA

A Articulação Territorial nas Periferias na Garantia dos Direitos Humanos

PALESTRA Debate sobre como a articulação territorial fortalece redes, mobiliza políticas públicas e afirma a dignidade humana nas periferias. Com Yane Mendes, Roberto Rocha, Emerson Macarão. Mediação: Rosi Miliotti.

Dia 5/3. Quinta, 20h. A
partir de 12 anos. GRÁTIS.

Feira da Mulher Empreendedora Periférica

FEIRA Reunião de artesãs periféricas para comercialização de produtos e fortalecimento

da autonomia econômica após a pandemia.

Com Empreendedoras de Heliópolis.

Dia 7/3. Sábado, 11h. Todas as idades. GRÁTIS.

ITAQUERA

Josué de Castro e a Atualidade do Livro “Geografia da Fome”

RODA DE CONVERSA Discussão sobre a fome no Brasil e o direito humano à alimentação a partir da obra de Josué de Castro. Com Adriana Salay. Mediação: Cássio Lima.

Dia 12/3. Quinta, 14h. Todas as idades. GRÁTIS.

SANTANA

Alimentação e Cuidados: Direitos de Familiares de Pessoas Egressas

DEBATE A implementação de políticas de segurança alimentar e nutricional como eixo para garantir dignidade, saúde e reintegração social de pessoas egressas do sistema prisional. Com Miriam Duarte e Simone Rego. Mediação: Carolina Lemos.

Dia 8/3. Domingo, 15h. Todas as idades. GRÁTIS.

SÃO BENTO

Mostra de Cinema Território: Ruptura e Resistência

EXIBIÇÃO Curtas-metragens sobre populações do Centro de São Paulo,

com lançamento do minidocumentário “Sob o Chão que nos Abriga”, produzido com frequentadores do CISARTE, seguido de debate.

Dia 9/3. Segunda, 18h. Local – Pátio São Bento – Espaço Ifgênia. A12 GRÁTIS.

Nego Bala – Show Da Boca do Lixo

SHOW Apresentação musical mergulha nas raízes do funk e da cultura periférica, transformando o palco em território e dando voz às histórias da região conhecida

como Boca do Lixo.

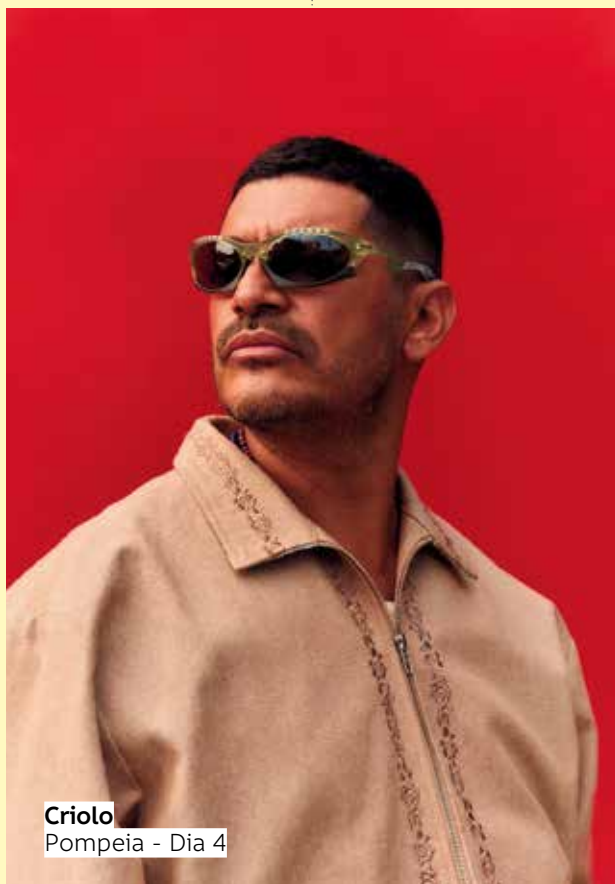
Dia 14/3. Sábado, 16h. Local – Pátio São Bento – Espaço Ifgênia. A1 GRÁTIS.

INTERIOR E LITORAL

SANTOS

A Arte Como Ferramenta de Redução de Danos

RODA DE CONVERSA Bate-papo reúne artistas, redutores de danos e profissionais da saúde mental para discutir como a arte pode



Criolo
Pompeia - Dia 4

Foto: Bruno Machado

transformar territórios vulnerabilizados, fortalecer vínculos e promover resistência, a partir da experiência do projeto Circo das Mulheres. Com Fernanda Almeida, Danee, Dentinho e Andrea Macera.
Dia 14/3. Sábado, 17h. A partir de 16 anos. GRÁTIS.

SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Direitos Humanos e Justiça Espacial: A Política Pública de Acolhimento de Jovens

RODA DE CONVERSA Encontro propõe refletir sobre os caminhos de jovens e adolescentes em

acolhimento institucional. Com João José, Ana Karina Brito e Claudia Lemos. Mediação: Lidianne Maciel.
Dia 7/3. Sábado, 10h30. Todas as idades. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

CIRCUITO SESC DE DIREITOS HUMANOS

Projeto Itinerante de ativação e articulação de parcerias com ações de educação, arte e cultura voltadas à promoção da dignidade, da justiça social e ao fortalecimento dos direitos humanos.

FRANCA

Práticas Antirracistas em Políticas Sociais

OFICINA Espaço formativo voltado à identificação e ao enfrentamento do racismo nos serviços socioassistenciais. Com Alan de Loiola Alves, Edvânia Lourenço, Renata Gonçalves e Rosicler Lemos.
Dia 11/3. Quarta, 9h30. Local: Auditório Secretaria de Desenvolvimento Social de Patrocínio Paulista. A partir de 16 anos. GRÁTIS.

PIRACICABA

Realidades e Enfrentamento da Exploração Sexual de Crianças e Adolescentes

DEBATE Atividade promove reflexões e

destaca a importância da conscientização, da proteção e do fortalecimento das redes de apoio. Com Anna Luiza Calixto. Parceria e atuação territorial com equipe da secretaria municipal de assistência social da cidade de Araras.
Dia 11/3. Quarta, 9h. Local: Centro Cultural de Araras "Leny de Oliveira Zurita". A partir de 18 anos. GRÁTIS.

SÃO CAETANO

Sarau LibertArte

APRESENTAÇÃO Sarau literomusical protagonizado por mulheres negras, imigrantes e egressas do sistema penitenciário. Com Coletivo Poetas do Tietê.
Dia 9/3. Segunda, 9h. Local: Ginásio Ayrton Senna de Diadema. AL GRÁTIS.

SÃO CARLOS

Formativa Pop Rua – Descalvado

RODA DE CONVERSA Ação formativa com Secretaria de Assistência e Desenvolvimento Social de Descalvado sobre desafios e possibilidades de atuação junto à população em situação de rua. Com Fernanda Almeida.
Dia 13/3. Sexta, 8h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

A Questão Social e a População em Situação de Rua

DEBATE Roda de conversa sobre a realidade da população em situação de rua em cidades do interior paulista, desafios e caminhos para políticas públicas em âmbito local e nacional. Com Luciano Márcio, Marília Goulart Silva e Liz Gace Ferreira.
Dia 12/3. Quinta, 19h30. Local: Auditório da Secretaria de Educação de Jacareí. A partir de 18 anos. GRÁTIS.



Cidinha da Silva
Avenida Paulista – Dia 11

LAB DH – LABORATÓRIO DE DIREITOS HUMANOS

Encontros voltados à formação em Direitos Humanos, trocas de experiências e fortalecimento de redes locais.

14 BIS E CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Olhares e Escutas do Território

BATE-PAPO Encontro com lideranças locais e representantes da rede socioassistencial que atuam em diferentes frentes dos direitos humanos. Com Fernando Almeida.
Dia 6/3. Sexta, 10h30. A partir de 16 anos. GRÁTIS.

BERTIOGA

Aldeia em Construção

PALESTRA Formação da rede local, com foco nos marcos legais da infância, proteção integral

e práticas intersetoriais conforme a Lei 13.431/2017. Com Sandra Paulino.
Dias 11 e 12/3. Quarta e quinta, 14h. A partir de 16 anos. GRÁTIS.

CASA VERDE

Conexões e Potências nas Garantias de Direitos no Território da Zona Norte

BATE-PAPO Diálogo e integração entre agentes locais, com foco em estratégias de garantia de direitos humanos. Com Gugãa Thaylor e Daiane Cristina. Mediação: Agência Liderando Seu Sucesso.
Dias 6 e 13/3. Sextas, 15h30. A partir de 18 anos. GRÁTIS.

CATANDUVA

Direitos das Crianças e dos Adolescentes: Como Traçar Redes de Cuidado e Combate às Violências

ENCONTRO Formação para identificação e encaminhamento de casos de violência, fortalecendo a rede socioassistencial. Com Viviane de Paula.
Dia 4/3. Quarta, 19h. A partir de 16 anos. GRÁTIS.

FRANCA

Direitos Humanos com Perspectiva de Gênero

OFICINA Espaço de diálogo sobre desigualdades de gênero e políticas públicas, promovendo equidade e justiça social. Com Alan de Loiola Alves, Edvânia Lourenço e Raphaela Fini.
Dia 5/3. Quinta, 9h. A partir de 16 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

GUARULHOS**Refúgio e Migração**

PALESTRA Desafios, histórias e direitos de pessoas em situação de migração e refúgio. Com Marifer Vargas.
Dia 13/3. Sexta, 15h.
 Todas as idades. Senhas 30 min. antes. **GRÁTIS.**

INTERLAGOS**Territorialidades em Foco**

BATE-PAPO Debate sobre possibilidades de atuação conjunta na defesa e promoção dos direitos humanos.
Dia 13/3. Sexta, 14h. A
 partir de 18 anos. **GRÁTIS.**

IPIRANGA**Cultura Como Instrumento de Inclusão Social**

BATE-PAPO Encontro sobre cultura, inclusão e acesso a direitos nas periferias.
Dia 7/3. Sábado, 15h. A
 partir de 12 anos. **GRÁTIS.**

ITAQUERA**Direito Humano à Alimentação Adequada no Brasil**

OFICINA Troca de experiências sobre a atuação das organizações Pão do Povo da Rua, Quebrada Alimentada, Galpão

ZL, Sesc Mesa Brasil de Itaquera e Sesc Mesa Brasil do Carmo.
Dia 13/3. Sexta, 14h. A
 partir de 15 anos. **GRÁTIS.**

PIRACICABA**Diante da Rua, o Que Fazer Além de Olhar?**

OFICINA Direitos humanos na cidade e ações em rede para a população em situação de rua. Mediação: Rafael Gonzaga e Alicia Fernanda do Nascimento Araújo.
Dia 10/3. Terça, 14h. A
 partir de 16 anos. **GRÁTIS.**

RIBEIRÃO PRETO**Aporofobia nas Estruturas da Sociedade: Um Olhar a Partir da População de Rua**

PALESTRA Reflexão sobre a aporofobia e seus impactos na população em situação de rua, com foco em políticas públicas. Com Paulo Escobar.
Dia 12/3. Quinta, 15h. A
 partir de 16 anos. Ingressos 1h antes. **GRÁTIS.**

SANTO ANDRÉ E SÃO CAETANO**Direitos das Mulheres e a Violência Obstétrica**

PALESTRA Conversa sobre a violência obstétrica na região do ABCDMRR. Com

Coletiva Raízes do Parto.
Dia 9/3. Segunda, 18h30. A
 partir de 18 anos. Senhas 30 min. antes. **GRÁTIS.**

SÃO BENTO**Cartografia do Território**

OFICINA Reconhecimento do entorno do Sesc São Bento a partir da teoria de Armando Silva. Com Angela M. Schwengber e Eleilson Leite.
Dia 7/3. Sábado, 10h. A
 partir de 16 anos. **GRÁTIS.**

SÃO CARLOS**Pop Rua**

BATE-PAPO Demandas da população em situação de rua e estratégias de acolhimento humanizado. Com Fernanda Almeida.
Dia 12/3. Quinta, 19h. A
 partir de 12 anos. **GRÁTIS.**

SÃO JOSÉ DOS CAMPOS**Moradia, Território e Irregularidade Fundiária**

BATE-PAPO Debate sobre desafios históricos da moradia, irregularidade fundiária e iniciativas que fortalecem territórios e ampliam possibilidades para famílias. Com lideranças comunitárias, pesquisadores e defensoria pública.
Dia 14/3. Sábado, 10h30.
 A partir de 18 anos. Senhas 30 min. antes. **GRÁTIS.**

Shows e Espetáculos



CRIANÇAS
Consulte destaques da programação de shows e espetáculos voltados ao público infantil na seção Crianças.

Zezé Motta

24 de Maio – Dia 7
Campo Limpo – Dia 6

MÚSICA	14
TEATRO	23
DANÇA	28
CIRCO	29

MÚSICA

14 BIS

Luiz Caldas

Show voz e violão em celebração aos 40 anos do axé music.
Dias 5 e 6/3. Quinta e sexta, 20h. A14
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Xenia França

Apresentação voz e piano com releituras e músicas inéditas. Part. Agnes Nunes.
Dias 7 e 8/3. Sábado, 20h. Domingo, 18h. A14
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Orquestra Paulista de Choro e Caetano Brasil

Concerto em homenagem à obra do maestro, compositor, arranjador e pianista Laércio de Freitas.
Dia 12/3. Quinta, 20h. A14
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Foto: Bruna Damasceno

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 bilheteiras das unidades:** quartas-feiras, a partir das 17h.

Data da atividade	Venda on-line	Venda presencial
2 a 8/3	24/2	25/2
9 a 15/3	3/3	4/3
16 a 22/3	10/3	11/3
23 a 29/3	17/3	18/3
30/3 a 3/4	24/3	25/3

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 site centralrelacionamento.sescsp.org.br, ou presencialmente nas unidades.

Consulte a política de venda de ingressos na seção Termos de Uso em sescsp.org.br

Dora Morelenbaum

A artista traz músicas do álbum de estreia, "Pique". Part. Sophia Chablau.

Dia 13/3. Sexta, 20h. A14
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

24 DE MAIO

Siba

Lançamento do álbum "Máquina de Fazer Festa".

Dias 5 e 6/3. Quinta e sexta, 20h. A12
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Zezé Motta

Homenagem intimista à obra de Caetano Veloso.

Dia 7/3. Sábado, 20h. AL
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Anná

Apresentação do Ato II: Diaba, da trilogia "Deusa Diaba da Terra do Sol".

Dia 8/3. Domingo, 18h. A12
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Doctor MC's

Clássicos do rap da "golden era". Part. Consciência Humana. Integra a programação da exposição "Hip-Hop 80'sp - São Paulo na Onda do Break".

Dia 12/3. Quinta, 19h. A14 GRÁTIS.

Sombra e Cris – SNJ

Repertório revisita clássicos do SNJ e do rap nacional.

Dia 11/3. Quarta, 20h. A16
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Samburbano

Roda de samba celebra a ancestralidade afro-brasileira.

Dia 27/3. Sexta, 18h. AL GRÁTIS.

Doroty Marques e Turma que Faz

Apresentação de repertório sul-americano, canções autorais e saberes tradicionais, reunindo vozes, percussões, violas e danças populares. Integra o projeto Viva Viola!

Doroty Marques 80 anos. Dia 28/3. Sábado, 19h às 20h. AL GRÁTIS.



Grupo Rumo
Belenzinho – Dia 28

AVENIDA PAULISTA

Samba do Cururuquara

Celebração do samba de bumbo como memória viva do bairro do Cururuquara e de suas raízes afro-brasileiras. Com Grupo Treze de Maio (Santana de Parnaíba). **Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 17h. AL GRÁTIS.**

Zumbis do Espaço

Show reúne faixas do novo álbum, “A Fúria Selvagem”, e clássicos do horror punk brasileiro. **Dia 13/3. Sexta, 19h30. A14**
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Lúcio Maia

Novos singles e composições inéditas do

guitarrista em trio.

Dia 14/3. Sábado, 19h30. A14

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Bela Batucada

Apresentação percorre clássicos do pagode dos anos 1990 e atuais.

Dia 15/3. Domingo, 17h. AL GRÁTIS.

Fat Family

Projeto “Fat Family Baile Charme” traz groove, dança e soul brasileiro. **De 26 a 28/3. Quinta a sábado, 19h30. A14**
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Nduduzo Siba

Artista sul-africana de raízes Zulu tem obras marcadas pelo ativismo e pelo diálogo entre

a herança africana e a experiência latino-americana. **Dia 29/3. Domingo, 17h30. AL GRÁTIS.**

BELENZINHO

Lello Bezerra

Lançamento do álbum “Matéria e Memória”. Part. Jorge Du Peixe. **Dia 1/3. Domingo, 18h. A12**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Serginho Madureira

Roda de samba com clássicos do gênero. Part. Yara Rocha, Paulinho Bigail e Ronaldinho (Fundo de Quintal). **Dia 6/3. Sexta, 20h30. A14**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

VERSO LIVRE

Reunião de diferentes gêneros musicais e formatos plurais em transversalidade com a literatura.

Marcelo Rubens Paiva & Lost in Translation

Releituras de clássicos e canções contemporâneas.

Dia 6/3. Sexta, 21h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Jéssica Caitano & Jaraguá Dub

Improviso poético entre oralidade popular e música eletrônica.

Dia 7/3. Sábado, 19h. AL **GRÁTIS.**

Linn da Quebrada

Show da turnê "Trava Línguas", com novas leituras do repertório.

Dia 7/3. Sábado, 20h30. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Buhr

Releitura do álbum "Selvática", que completa 10 anos.

Dia 7/3. Sábado, 21h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

MV Bill

Show com músicas do álbum "Na Visão do Morador" e clássicos da carreira.

Dia 14/3. Sábado, 20h30. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Trovadores do Miocárdio

Performance musical e poética inspirada em John Lennon e Yoko Ono.

Dia 15/3. Domingo, 18h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Arthur Nogueira canta Antonio Cicero

Homenagem a Antonio Cicero em formato intimista.

Dia 20/3. Sexta, 21h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Grupo Rumo

Show celebra cinco décadas de trajetória musical.

Dia 28/3. Sábado, 21h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Tetê Espíndola

No show "Tetê Entre Elas" a cantora apresenta músicas inéditas em homenagem à alma feminina.

Dia 8/3. Domingo, 18h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Ludovic

Antecipação de parte do repertório do novo álbum após duas décadas.

Dia 13/3. Sexta, 20h30. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Pedro Baby

Canções autorais e sucessos em diálogo com sua trajetória familiar.

Dia 13/3. Sexta, 21h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Pedro Iaco

Lançamento do álbum "Sangria". Part. Quarteto de Cordas de São Paulo, Érika Ribeiro e Liuba.

Dia 14/3. Sábado, 21h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Rael

Show do álbum "Onda".

Dias 20 e 21/3. Sexta e sábado, 20h30. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Selvagens à Procura de Lei

Show do álbum "Y".

Part. Jajá Cardoso.

Dia 21/3. Sábado, 21h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Erica Navarro e Maria Clara Valle convidam Aline Falcão

As musicistas apresentam o concerto "Tempo de Maré", num diálogo entre violoncelos e piano em obras autorais e latino-americanas.

Dia 22/3. Domingo, 18h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Mato Seco

Show de carreira com clássicos do reggae nacional.

Dia 27/3. Sexta, 20h30. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Rô Rosa

Canções autorais percorrem fases do amor e da vida.

Dia 27/3. Sexta, 21h. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Facada + D.E.R.

Encontro de duas bandas centrais do grindcore nacional. Integra o projeto Música Extrema.

Dia 28/3. Sábado, 20h30. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Roda de Viola – Viva Doroty Marques!

Homenagem à vida e obra de Doroty Marques. Com João Arruda, Luis Perequê, Geraldo Biason, Noel Andrade, Katya Teixeira e Doroty Marques. Integra o projeto Viva Viola! 80 Anos de Doroty Marques.

Dia 29/3. Domingo, 18h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

BOM RETIRO**Edson Cordeiro**

Acompanhado pelo Trio Gato com Fome, o cantor apresenta um tributo a Carmen Miranda.

Dia 1/3. Domingo, 18h. **A10**

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Luana Bayô Convida Roberta Oliveira e Graça Braga

Noite de samba que atravessa gerações.

Dia 6/3. Sexta, 20h. **A10**

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Tocaia

Baile de forró com repertório autoral e releituras dançantes.

Dia 7/3. Sábado, 20h. **A10**

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Alaíde Costa

Show homenagem Dalva de Oliveira.

Dia 8/3. Domingo, 18h. **A10**

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Ana Cañas

Cantora celebra o legado de Rita Lee.

Dia 11/3. Quarta, 21h. **A18**

▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Julia Mestre

Artista apresenta faixas do álbum retrô pop “Maravilhosamente Bem”.

Dia 13/3. Sexta, 20h. **A10**

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Preta Batuque

Apresentação celebra o samba a partir do protagonismo de mulheres negras. Part. Tia Sahra Brandão (Velha Guarda da Vai-Vai).

Dia 14/3. Sábado, 17h. **AL GRÁTIS.**



Ana Cañas
Bom Retiro – Dia 11

Roberta Campos

Show traz canções do álbum “Coisas de Viver”, que navega por gêneros como o folk, o pop e a MPB.

Dias 14 e 15/3. Sábado, 20h. Domingo, 18h. **A10**

▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Socorro Lira

Cantora revisita diferentes fases da carreira em show intimista, acompanhada pelo violeiro Ricardo Vignini.

Dia 15/3. Domingo, 16h. **AL GRÁTIS.**

Bernadete e Velha Guarda do Peruche

Primeira mulher a interpretar um samba-enredo na passarela do samba convida Velha Guarda da sua escola para celebrar o samba paulista.

Dia 21/3. Sábado, 17h. **AL GRÁTIS.**

Cordel Viajante

Espectáculo musical une forró, poesia de cordel e narrativa popular brasileira. Com Forró de Candeeiro.

Dia 22/3. Domingo, 16h. **AL GRÁTIS.**

CAMPO LIMPO

Zezé Motta Canta Caetano

Releitura de clássicos de Caetano Veloso.

Dia 6/3. Sexta, 20h.

AL GRÁTIS.

Tambor de Crioula Juçaral dos Pretos

A comunidade de Juçaral dos Pretos salvaguarda o Tambor de Crioula e os saberes dos mestres.

Dia 15/3. Domingo,

17h. AL GRÁTIS.

Segue o Baile com Bossa 1

Equipe histórica da Zona Sul inaugura a temporada de bailes do projeto em 2026.

Dia 27/3. Sexta,

19h. AL GRÁTIS.

CASA VERDE

TEM MÚSICA NO MEU CAFÉ

Apresentações musicais em formato intimista, destacando o protagonismo feminino. **Sextas, 17h. AL GRÁTIS.**

Aline Nascimento

Homenagem às vozes femininas da música popular brasileira.

Dia 6/3.

Bia Góes

Show celebra a brasilidade em ritmos afro-brasileiros.

Dia 13/3.

Karol Olivieri & Miltinho Edilberto

Forró e MPB em repertório autoral e releituras.

Dia 20/3.

Choronas

Grupo de choro feminino celebra 30 anos de trajetória.

Dia 27/3.

Os Opalas

Samba-rock em homenagem aos mestres do gênero.

Dia 15/3. Domingo,

16h. AL GRÁTIS.

Uli Costa

Afrosambajazz com releituras de clássicos e contemporâneos.

Dia 21/3. Sábado,

16h. AL GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

INSTRUMENTAL SESC BRASIL

A temporada 2026 inicia homenageando o maestro, compositor e arranjador Moacir Santos.

Terças, 19h. Local:

Teatro Anchieta.

Transmissão ao vivo em youtube.com/instrumentalsescbrasil.

Ingressos no dia do show, 12h (on-line) e 14h (presenciais). AL GRÁTIS.

Jazzmin's Big Band

Big band formada por mulheres apresenta show inédito em homenagem à Moacir Santos.

Dia 3/3.

Alexandre Vianna Trio

Trio interpreta o álbum "Coisas", de Moacir Santos.

Dia 10/3.

Mestre Negro

Sexteto interpreta composições de Moacir Santos.

Dia 17/3.

Andrea Ernst Dias Quarteto

A flautista e biógrafa de Moacir Santos apresenta composições de vários autores, inspiradas na obra do mestre.

Dia 24/3.

Hong Kong Legends

Premiada orquestra de câmara chinesa apresenta repertório que integra o tradicional ao contemporâneo.

Dia 25/3. Quarta, 20h. AL

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Choro da Consolação recebe Quarteto Fora de Contexto

Roda de choro promove encontro entre alunos e músicos convidados.

Dia 28/3. Sábado,

16h. AL GRÁTIS.

Baile da Cor

Show dançante celebra a ancestralidade negra.

Dia 29/3. Domingo,

16h. AL GRÁTIS.

INTERLAGOS

Samba de Agbara

Apresentação percorre a história do samba a partir do protagonismo das mulheres.

Dia 29/3. Domingo, 16h. **AL** GRÁTIS.

ITAQUERA

Fanfarras Obscênicas

Show acústico de sopros e percussão com jazz, samba, funk e música pop.

Dia 8/3. Domingo, 13h. **AL** GRÁTIS.

Funmilayo Afrobeat Orquestra

Lançamento do álbum "Funmilayo". Part. De Ponta a Ponta.

Dia 22/3. Domingo, 15h. **AL** GRÁTIS.

Quixote na Surdina

Apresentação combina música autoral, artes visuais, live painting e dança.

Dia 28/3. Sábado, 15h. **AL** GRÁTIS.

Acessibilidade:  Libras e **AD**) Audiodescrição.

Zélia Duncan

Cantora apresenta a turnê "#Bailão ZD", que celebra mais de 40 anos de carreira.

Dia 29/3. Domingo, 15h. **AL** GRÁTIS.

PINHEIROS

Orquestra Urbana

Concertos inéditos celebram a diversidade e a vitalidade da música brasileira contemporânea. Part.: Mãeana (27/2),

Sued Nunez (28/2) e Jonathan Ferr (1/3).

De 27/2 e 1/3. Sexta e sábado, 20h.

Domingo, 18h. **A12**
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Fábio Torres e Cainã Mendonça Duo

Lançamento do álbum "Deriva".

Dia 4/3. Quarta, 20h30. **A12**
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Drik Barbosa

Show "Aprendi a me amar", apresenta repertório autoral marcado pela força feminina no rap. Part.: Tássia Reis e MC Luanna.

Dias 6 e 7/3. Sexta e sábado, 20h. **A12**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Fruto Proibido

Celebração aos 50 anos do álbum "Fruto Proibido", de Rita Lee e Tutti Frutti. Com Arícia Mess, Bianca Godói, Joana Bergman, Helena Cruz, Sofia Chablau e Mônica Agena. Part. Ná Ozzetti e Lucinha Turnbull.

Dias 14 e 15/3. Sábado, 20h. Domingo, 18h. **A12**
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Siso

Lançamento do álbum "Ferro e Fogo". Part.

Tiê e Virgo Virgo.

Dia 25/3. Quarta, 20h30. **A12**
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Acessibilidade:  Libras.

Vitor Ramil

Show de lançamento do álbum "Mantra Concreto", inspirado na obra de Paulo Leminski.

Dia 27/3. Sexta, 20h. **A12**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Ana Frango Elétrico

Neste novo show, a artista mostra faixas de seus três álbuns, além de músicas inéditas.

28 e 29/3. Sábado, 20h. Domingo, 18h. **A12**
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

POMPEIA

Alzira E

Show do álbum "Senhora do Tempo". Part. Zélia Duncan.

Dias 28/2 e 1/3. Sábado, 20h. Domingo, 18h. **A12**
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Lívia Mattos

A acordeonista apresenta o show "Verve". Part. Roberto Mendes e Lenna Bahule.

Dia 5/3. Quinta, 20h. **A12**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Elba Ramalho

A cantora celebra sua trajetória e os ritmos nordestinos.

De 5 a 7/3. Quinta a sábado, 21h. **A14**
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Jussara Silveira

Show do disco "Brasilin", com repertório em português e crioulo cabo-verdiano.

Dia 6/3. Sexta, 20h. **A12**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Pelados

Banda apresenta o show do álbum "Contato".

Dia 7/3. Sábado, 20h. **A12**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

GIRA NO FLOW

Ações consolidam o hip-hop como espaço de expressão cultural, educação e



Elba Ramalho
Pompeia – De 5 a 7/3

transformação social.
21h. Ingressos 30 min.
antes. **A12** GRÁTIS.

A's Trinca

Apresentação do
EP "Carpe Diem".
Part. Cris SNJ.
Dia 12/3. Quinta.

Torya

Apresentação do
repertório "Altiva" reúne
rap, R&B e afrobeats.
Dia 19/3. Quinta.

Rap Plus Size

Turnê comemorativa
de 10 anos que revisita
discos, singles e
criações recentes.
Dia 26/3. Quinta.

Matriarcas do Rap: Tributo a Dina Di

Homenagem às
matriarcas do
rap nacional.
Dia 28/3. Sábado.

Céu

Apresentação celebra os
20 anos do álbum "Céu".
Dias 13 e 14/3. Sexta
e sábado, 21h. A14
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Bia Ferreira

Lançamento do
álbum "América".
Dia 20/3. Sexta, 21h. A14
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Rakta

Grupo paulistano de
música experimental
convida a percussionista
Valentina Facury e a
cantora Paola Ribeiro.
Dia 21/3. Sábado, 21h. A14
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Mahmundi

Lançamento do álbum
"Bem-vindos de Volta".
Dia 27/3. Sexta, 21h. A14
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

SANTANA

Tribo de Jah

Banda celebra 40 anos
como pioneira do
reggae no Brasil.
De 6 a 8/3. Sexta e sábado,
20h. Domingo, 18h. A12
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Filosofia Reggae convida Marina Peralta e Laylah Arruda

Show especial une
gerações e celebra a força
feminina no reggae.
Dias 13 e 14/3. Sexta
e sábado, 20h. A12
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Erudito & Reggae – Um Encontro Inusitado

O Trio Itá reinterpreta
clássicos da música erudita
com batidas de reggae.
Dia 15/3. Domingo,
17h. AL GRÁTIS.

Lei di Dai inna Dancehall

A cantora celebra 20
anos de carreira.
Dia 29/3. Domingo,
17h. AL GRÁTIS.

Roberta Sá

Vila Mariana – De 6 a 8/3

**SANTO AMARO****SEXTA MAIOR INSTRUMENTAL**

Apresentações de música instrumental brasileira
Sexta, 19h. **AL** GRÁTIS.

Trio Dália

Concerto de música de câmara com repertório clássico e contemporâneo.
Dia 6/3.

Quarteto Kaira

Concerto de música de câmara com repertório clássico e valorização de compositoras.
Dia 13/3.

Spalla Trio de Sopros

Apresentação comentada percorre clássicos e música brasileira.
Dia 20/3.

Sorry Drummer

Show instrumental que cruza hip hop, jazz e improvisação. Com Pedro Semeghini e DJ Erick Jay.
Dia 27/3.

Joni NehRita

Cantora e compositora jamaicana-canadense apresenta composições em estilo R&B afro-caribenho em diálogo com canções brasileiras.
Dia 7/3. Sábado, 17h. **AL** GRÁTIS.

Yassir Chediak

Roda de viola com clássicos da música brasileira e repertório afetivo.
Dia 14/3. Sábado, 17h. **AL** GRÁTIS.

SANTO ANDRÉ**MV Bill**

Rapper celebra 50 anos de vida e de hip-hop.
Dia 13/3. Sexta, 20h. **AL**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Santaninha

Roda de samba com composições autorais e clássicos do gênero.
Dia 18/3. Quarta, 19h30. **AL** GRÁTIS.

SÃO BENTO**Harpa Brasileira: do Erudito ao Popular**

Vinícius Medrado apresenta clássicos da música brasileira em arranjos para harpa solo.
Dia 30/3. Segunda, 12h30. **AL** GRÁTIS.

SÃO CAETANO

Sipho – Coral Afro-Periférico

Coletivo coral negro apresenta repertório inspirado em musicalidades afro-diaspóricas.

Dia 6/3. Sexta, 20h. A12

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Cia Cabelo de Maria

Show apresenta o espetáculo “Cantos de Trabalho II”.

Dia 20/3. Sexta, 20h. A12

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

VILA MARIANA

Tiganá Santana e Banda Aiyê

Show revisita a trajetória do artista e marca o reencontro com a Banda Ilê Aiyê.

Dia 1/3. Domingo, 18h. A12

▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Roberta Sá

Apresentação intimista celebra os 20 anos de carreira em formato voz, violão e bandolim.

De 6 a 8/3. Sexta e sábado,

20h. Domingo, 18h. A12

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Helleno e Os Universais

A banda lança o álbum “Universal Fraturado”. Integra o projeto Palco Novidade.

Dia 12/3. Quinta, 20h30. A12

▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$10

Preta Batuque

Grupo celebra o samba e o pagode raiz em show marcado por ancestralidade e resistência.

Dias 28 e 29/3. Sábado, 15h.

Domingo, 15h. AL GRÁTIS.

TEATRO

14 BIS

Prazer, Zezé!

Musical revisita a trajetória artística e política de Zezé Motta. Direção: Débora Dubois. Dramaturgia: Toni Brandão. 120 min.

De 20/3 a 21/4. Quintas, 15h e 20h. Sextas e sábados, 20h. Exceto dia 3/4.

Domingos e feriados, 18h.

Dia 1/4. Quarta, 20h. A12

▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Acessibilidade:

 Libras de 9 a 12/4.

AD) Audiodescrição dia 11/4.

24 DE MAIO

Conforto

Solo autobiográfico sobre trabalho, dignidade e o desejo de uma vida confortável. Com Ana Flavia Cavalcanti. 100 min.

Dias 13 e 14/3. Sexta

e sábado, 20h. A12

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Quase Todos

Saga familiar atravessa décadas para refletir sobre memória, ausência e mercantilização das lembranças. Com Os Satyros. 100 min.

De 19/3 a 12/4. Quintas a sábados, 20h. Domingos, 18h. Exceto dia 3/4.

Dia 4/4. Sábado, 17h. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Acessibilidade:

 Libras aos sábados.

AVENIDA PAULISTA

Autobiografia do Vermelho

Adaptação cênica inspirada no mito de Gerião abordando identidade, desejo e transformação. Com Bianca Comparato. Dir.: Daniela Thomas. Baseado no romance em verso de Anne Carson. 90 min.

Até 22/3. Quinta a sábado, 20h. Domingo, 18h. Dia

18/3. Quarta, 20h. A14

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

BELENZINHO

Afroargentinas – Uma Peça de Teatro Documental

Espectáculo documental afirma a presença afroargentina contemporânea a partir de relatos biográficos em primeira pessoa. Direção: Lina Lasso. Com Florencia Gomes e Jessica Salinas Lamadrid. 60 min.

Até 1/3. Sexta e sábado,

20h. Domingo, 17h. A14

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

BOM RETIRO

Subversão Kafka

Dois atores transformam atrasos e imprevistos em jogo cênico, narrando histórias absurdas inspiradas no universo do circo. Com Caio Blat e Ricardo Blat. 80 min.

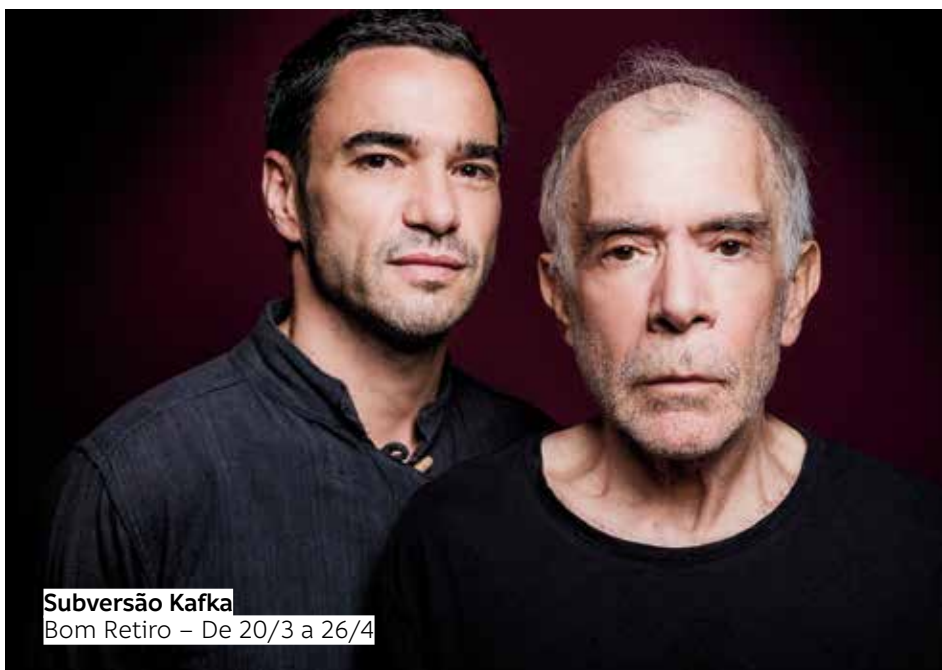
De 20/3 a 26/4. Sextas e sábados, 20h. Domingos,

18h. Exceto dia 3/4. Dia

21/4. Terça, 18h. Dias 17

e 24/4. Sextas, 15h. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18



Subversão Kafka
Bom Retiro – De 20/3 a 26/4

CAMPO LIMPO

Cabo Enrolado

Narrativa reflete sobre a juventude periférica, o trabalho por aplicativo e as heranças coloniais no Brasil. Com Cia da Graxa. 75 min.

Dias 20 e 21/3. Sexta, 20h. Sábado, 18h. A12
Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

Tá na Mesa

Percurso poético investiga os rituais, afetos e questões sociais ligados à alimentação. Com Grupo Matula Teatro. 60 min.

Dia 28/3. Sábado, 16h. AL Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

CASA VERDE

Rendas

Histórias de mulheres rendeiras ganham corpo em dança e memória. Com Coletivo Mangueira. 60 min.

Dias 28 e 29/3. Sábado e domingo, 16h. Ingressos presenciais a partir das 12h. AL GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

Medea

Após anos de convivência em terras gregas com Medea e seus filhos pequenos, Jasão anuncia à mulher a decisão de se casar com a filha de Creonte, rei de Corinto. Diante da traição, Medea reage movida por aquilo que

considera a mais extrema das vinganças. Texto: Sêneca. Dir: Gabriel Villela. Participação especial: Walderez de Barros. 80 min.
Até 15/3. Quintas a sábados, 20h. Domingos, 18h. Dia 14/2. Sábado, 18h. Dias 26/2 e 5/3. Quintas, 15h. A16
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

Acessibilidade:
👤 Libras dia 6/3.

Prisma – Eu Sou Assim

Espectáculo infantojuvenil aborda inclusão e diversidade a partir da perspectiva de uma criança. Idealização: Tertulina Alves. 50 min. Texto: Marcelo Romagnoli. Direção: Cris Lozano.

Até 14/3. Sábados, 11h. ▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12
Acessibilidade:
👤 Libras dias 7 e 14/3.

11ª MITsp – MOSTRA INTERNACIONAL DE TEATRO DE SÃO PAULO

Consulte a programação completa da mostra, que acontece de 5 a 15/3, em mitsp.org. Ingressos on-line.



Quem Matou meu Pai
Pinheiros – De 11 a 13/3

PINHEIROS**Entrevista com Thomas Ostermeier e Édouard Louis**

DEBATE Conversa sobre os cruzamentos entre literatura e teatro, explorando a relação de Édouard Louis com as múltiplas adaptações cênicas de sua obra.

Dia 8/3. Domingo, 14h. A partir de 12 anos. Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

Quem Matou meu Pai (Qui a Tué Mon Père) (França)

ESPETÁCULO Usando o corpo fragilizado de seu pai como ponto de partida, Louis empreende

uma reescrita desafiadora da história política e social recente da França. Com Édouard Louis. Dir.: Thomas Ostermeier.
De 11 a 13/3. Quarta a sexta, 20h. A12
▲ R\$60 ■ ● R\$30

VILA MARIANA**Do Lado de Cá (De Ce Côté) (Congo/França)**

ESPETÁCULO Dido deixa Brazzaville após um episódio violento ocorrido durante uma apresentação e passa a viver na França. Instalado nos fundos de um bar, segue sua rotina longe da família e do teatro.

Texto, direção e atuação: Dieudonné Niangouna.

De 13 a 15/3. Sexta e sábado, 20h. Domingo, 18h. A16
▲ R\$60 ■ ● R\$30

A Palavra em Risco: Conversa com Dieudonné Niangouna

BATE-PAPO Encontro destaca a escrita como lugar de confronto e aborda quais estratégias permitem sustentar complexidade quando a palavra é tratada como ameaça. Mediação: Guilherme Terreri.
Dia 14/3. Sábado, 14h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

Gota D'Água

Com texto de Chico Buarque e Paulo Pontes, espetáculo traz a fábula grega da Medeia de Eurípides para o contexto histórico de uma comunidade periférica do Rio de Janeiro. Com Cia. Coisas Nossas de Teatro. Dir.: Georgette Fadel. 180 min.

De 27/3 a 3/5. Sextas e sábados, 20h. Domingos e feriado, 18h. Dias 9, 16 e 23/4. Quintas, 15h.
▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

IPIRANGA

Coragem – Um Lugar Melhor do que Aqui

Três enfermeiras enfrentam o caos de um hospital público entre urgências, afetos e resistência. Texto e direção: Carla Zanini. Com Lucélia Sergio, Jane Fernandes, Noemi Marinho e Samanta Precioso. 90 minutos.

Até 12/4. Sextas e sábados, 20h. Domingos, 18h. Dia 10/4. Sexta, 15h. A14

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Acessibilidade:
 Libras em 20/3.

Medeia Depois do Sol

Releitura do mito de Medeia em travessia ritual de retorno, resistência e reinvenção. Direção: Ana Cecília Costa e Kátia Daher Com Luciana Lyra e Lisi Andrade. 60 min.

De 6 a 29/3. Sextas, 21h30. Sábados e domingos, 18h30. A14
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

PINHEIROS

A Pediatra

Drama acompanha uma médica neonatologista em conflito ético e emocional ao revisitar escolhas pessoais e profissionais. Baseado no romance de Andréa Del Fuego. Com Débora Lahm e Luis Antonio Fortes. Dir.: Inez Viana. 70 min.

De 12/3 a 18/4. Quintas a sábados, 20h30. Exceto dia 3/4. Dias 27/3, 10 e 17/4. Sextas, 16h e 20h30. A14

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15
Acessibilidade:
 Libras dias 17 e 18/3.

POMPEIA

Pés-Coração

Espectáculo cruza corpo, corrida e imaginários latino-americanos para refletir sobre deslocamento e pertencimento. Dir.: Luiz Fernando Marques (Lubi). Com Coletivo Labirinto. 90 min.

De 12/3 a 5/4. Quintas a sábados, 20h.

Domingos, 18h. Sextas, também 16h. A12
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Rainha Lira

Peça de Roberto Schwarz mistura Shakespeare e Brecht em leitura crítica da sociedade contemporânea. Concepção: Eugenia Andrade. Direção: Kiko Marques. 60 min.
Dia 18/3. Quarta, 20h. A12 GRÁTIS.

SANTANA

O Retorno

Um casal vive um luto interrompido quando seu filho morto reaparece, iniciando um ciclo perturbador de desaparecimentos e retornos inexplicáveis. Com Helena Ranaldi, Leonardo Medeiros e Pedro Waddington. 60 min.

Dia 1/3. Domingo, 18h. A14
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

SANTO AMARO

Princesas Daqui e Dali

Histórias de princesas de diferentes culturas em adaptação de contos tradicionais. Com Teatro por um Triz. 60 min.

Dia 1/3. Domingo, 17h. AL GRÁTIS.
Acessibilidade:  Libras.

Sonho de uma Noite de Verão

Encenação popular da obra de Shakespeare, com música ao vivo, poesia, humor e lirismo. Com a Trupe Ave Lola. 150 min.

Até 5/4. Sextas e sábados, 19h30. Exceto dia 4/3. Domingos, 18h. Dia 13/3. Sexta, 15h. Dia 20/3. Sexta, 15h. A12
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15
Acessibilidade: consultar sessões no portal

Vassilisa, a Sabida

Fábula encenada com objetos sobre coragem e amadurecimento. Com Teatro por um Triz. 60 min.
Dias 8 e 11/3. Domingo, 17h. Quarta, 10h e 15h AL GRÁTIS.
Acessibilidade:  Libras.

Sonho de uma Noite de Verão

Santo Amaro – Até 5/4



Dentro d'Água

Espectáculo sensorial que apresenta o universo das águas para as infâncias. Com Cia Talagadá. 60 min. De 15/3 a 5/4. Domingos, 17h. Dia 18/3. Quarta, 10h e 15h. **AL** GRÁTIS. Acessibilidade: Libras.

SANTO ANDRÉ

Mãe ou Eu Também não Gozei

A obra transforma a experiência de Letícia

Bassit em uma linguagem cênica que universaliza sua angústia e maternidade.

Dias 6 e 7/3. Sexta, 20h.

Sábado, 19h. **A18**

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Urucum – As Árvores não têm Culpa

Uma jovem, sufocada pelo lar, encontra na força ancestral de sua mãe, avó e bisavó o caminho para conquistar sua liberdade. Com Lígia Helena.

De 19 a 21/3. Quinta, 15h.

Sexta, 20h. Sábado, 19h. **A12**

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

SÃO CAETANO

Um Canto para Carolina

Três irmãos revisitam a história da mãe a partir de seu livro-diário, em espetáculo inspirado em “Quarto de Despejo”, de Carolina Maria de Jesus. Com Cia. dos Inventivos. 60 min.

Dia 14/3. Sábado, 16h30. **AL**

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Criaturas Invisíveis

Uma menina de nove anos embarca em uma aventura imaginativa para enfrentar medos e sentimentos ocultos. Com Cia. do Fubá. 60 min.

Dia 21/3. Sábado, 16h30. **AL**

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Joana das Mulheres que Habitam em Mim

Espectáculo narra a trajetória de uma mulher do campo que, guiada por um chamado divino, luta por direitos e autonomia feminina, inspirada na história de Joana d'Arc. Dir. e atuação: Ana

Cristina Freitas. 60 min.

Dia 27/3. Sexta, 20h. **A16**

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

VILA MARIANA**O Céu Fora Daquela Janela**

Drama histórico coloca um júri formado por mulheres diante de um julgamento que confronta ciência, superstição e justiça no século XVIII. Dir.: Johana Albuquerque. 120 min.

De 21/3 a 25/4. Quintas a sábados, 20h.

Domingos, 18h. **A16**

▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

DANÇA**24 DE MAIO****Galpão**

Espectáculo transforma o espaço físico em território de criação e resistência, em que o encontro entre dançarinos constrói um

jogo de tensão e fluidez.

Com Grupo Favela. 50 min.

Dias 28/2 e 1/3. Sábado,

20h. Domingo, 18h. **A12**

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Auto do Bumba-Meu-Boi

Apresentação convida o público a vivenciar a tradição do Bumba-Meu-Boi, destacando musicalidade, teatralidade e indumentária. Com Grupo Cupuaçu.

Integra o projeto Domingos ao Dom José. 90 min.

Dia 29/3. Domingo,

14h. **AL GRÁTIS.**

AVENIDA PAULISTA**OVERTONGUE, Língua em Ruínas**

Espectáculo investiga a voz desencarnada e a confusão de sentidos como resposta ao caos informativo contemporâneo, usando o ventriloquismo. Com Michelle Moura. 45 min.

De 26 a 29/3. Quinta a sábado, 20h.

Domingo, 18h. **A16**

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

CAMPO LIMPO**Pé Grande**

Intervenção dançada transforma o espaço urbano em território de fantasia para as infâncias. Dir.: Clarice Lima. Com Cia. Futura. 30 min.

Dia 7/3. Sábado,

15h. **AL GRÁTIS.**

Bichos Soltos

Criaturas dançantes ocupam a cidade, misturando realidade e imaginação no caminhar coletivo.

Dir.: Clarice Lima. Com

Cia. Futura. 22 min.

Dia 7/3. Sábado,

16h. **AL GRÁTIS.**

INTERLAGOS**Bichos Soltos**

Performance ocupa os espaços com corpos que evocam animais soltos, explorando ruas, praças e brechas urbanas entre o possível e o impossível. Com Clarice Lima. 60 min.

Dia 1/3. Domingo,

15h. **AL GRÁTIS.**

ITAQUERA**KDEIRAZ**

Apresentação de dança para crianças transforma cadeiras em objetos lúdicos, explorando jogos cênicos e imaginação corporal. Com Natália Mendonça.

Integra o projeto Dança na Praça. 45 min.

Dia 14/3. Sábado,

15h. **AL GRÁTIS.**

POMPEIA**E só Melhora**

Solo utiliza humor e cabaré para refletir sobre saúde mental e as pressões do mercado da arte. Com Helena Araújo. 60 min.

De 26 a 29/3. Quinta a sábado, 19h30.

Domingo, 17h30. **A14**

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15



Bichos Soltos
 Campo Limpo – Dia 7
 Interlagos – Dia 1

VILA MARIANA

The Negro Spirituals (Espirituais Negros): Go Down Moses (1932) de Helen Tamiris

Parte de um conjunto de 6 solos intitulado "The Negro Spirituals", coreografado por Helen Tamiris no período de 1927/1932. Coreografia de Helen Tamiris por Holly Cavrell. 60 min.

**Dia 21/3. Sábado,
 19h. A16 GRÁTIS.**

CIRCO

AVENIDA PAULISTA

Dia de Cã

Palhaça vive situações absurdas e cômicas em um dia sem trégua, convidando o público a rir das armadilhas do cotidiano. Com Jéssica Alves. 60 min.

**De 13 a 28/3. Sextas e
 sábados, 20h30. A12**

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Decripolou Totepou

Palhaça enfrenta uma dor inesperada e, com ajuda de um velho amigo, transforma o imprevisto em jogo circense com magias e malabares. Com Odília Nunes. 60 min.

**Dias 21 e 22/3. Sábado e
 domingo, 17h30. A11 GRÁTIS.**

BELENZINHO

GranCirco DuNavô

Espectáculo celebra o encontro, a convivência e os

laços de afeto que constroem famílias de sangue, estrada e coração, unindo magia, música, palhaçaria e riso em uma experiência coletiva e intergeracional. Com Trupe DuNavô. Integra o projeto Tardes no Belenzinho. 60 min.

De 7/3 a 5/4. Sábados e domingos, 16h. AL GRÁTIS.

Acessibilidade:  Libras.

CAMPO LIMPO

Trapaça Honesta

Espectáculo-jogo em que o público aceita ser enganado como parte do prazer da mágica. Com Rudi Solon e Ricardo Malerbi. 60 min.

Dia 1/3. Domingo, 16h. AL GRÁTIS.

O Último Show

Duas palhaças tentam encerrar a carreira em grande estilo ao perceber uma figura importante na plateia. Com Vick & Greta. 60 min.

Dia 29/3. Domingo, 16h. AL GRÁTIS.

CASA VERDE

Dia de Cã

Solo cômico sobre trabalho, honestidade e os absurdos do cotidiano. Com Jéssica Alves. 60 min.

Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 16h. AL

Ingressos presenciais a partir das 12h. GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

O Circo da Lona Torta

Trupe circense enfrenta o dilema de permanecer ou abandonar a arena ao



Choque Rosa ou Com que Armas Lutamos
Itaquera – Dias 28/2 e 1/3

ser confrontada por um suposto dono do espaço, envolvendo público e artistas em jogo cômico e popular. Com Trupe Lona Preta. 60 min.
De 1 a 15/3. Domingos, 16h. AL GRÁTIS.

Karaoke Palombar

Espectáculo popular transforma o clima de bar

e karaokê em cena aberta a performances cômicas e acrobáticas. Com Circo Teatro Palombar. 60 min.
Dia 7/3. Sábado, 16h. AL GRÁTIS.

Esquadrão Bombelhaço

Palhaços-bombeiros encenam um resgate atrapalhado repleto de

quedas, perseguições e humor físico. Com Circo Teatro Palombar. 60 min.
Dia 21/3. Sábado, 16h. **AL** GRÁTIS.

IPIRANGA

Vermelho, Branco e Preto

Solo cruza palhaçaria afrodiaspórica, Cavalo Marinho e narrativas de resistência negra. Com Cibele Mateus. 60 min.

Dia 1/3. Domingo, 18h30. **A12**
 ▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

ITAQUERA

Choque Rosa ou Com que Armas Lutamos

Quatro palhaças rompem a rotina doméstica ao enfrentar o “fora”, refletindo com humor sobre limites impostos às mulheres. Com Circo di Sóladies | Nem Sóladies.

Dias 28/2 e 1/3. Sábado e domingo, 15h. **AL** GRÁTIS.

Acessibilidade:
 AD) Audiodescrição.

SANTANA

Show de Variedades Ilícitas

O palhaço Klaus e seus parceiros apresentam show com humor sarcástico, mágicas ilícitas e música quase autoral. Com Palhaço Klaus. 70 min.

Dia 20/3. Sexta, 20h. **A16**
 ▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

ARTES CÊNICAS À TARDE

O Sesc São Paulo amplia sua oferta de ações em artes cênicas com sessões vespertinas (começando entre 15h e 17h) para espetáculos de teatro, circo e dança. O horário, antes voltado apenas a espetáculos infantis ou a grupos agendados, agora integra a programação regular. A iniciativa visa formação de novos públicos, otimizando produções artísticas e reforçando o compromisso da instituição com a democratização cultural. Confira a programação de cada unidade.

Um Truque Novo Prum Cachorro Velho

O Palhaço Klaus tenta criar um novo trabalho enquanto lida com a fome, a morte e o peso do passado. Com Palhaço Klaus. 70min.

Dia 21/3. Sábado, 20h. **A16**
 ▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

SANTO AMARO

Fragmentos em Cena

Show circense reúne equilíbrio, humor, poesia e acrobacias em cenas fragmentadas que se conectam em novos sentidos. Com Artinerant's. 60 min.

Dias 21 e 28/3. Sábados, 17h. **AL** GRÁTIS.

SÃO BENTO

Esfera

Espectáculo solo combina dança, acrobacia, malabarismo e roda Cyr em performance poética que investiga o simbolismo do círculo e os ciclos da vida. Com Pauline Zoé. 40 min.

Dia 31/3. Terça, 14h. **AL** GRÁTIS.

SÃO CAETANO

A História não Contada das Músicas Infantis

Espectáculo revisita personagens de canções infantis para questionar medos, preconceitos e reinventar seus enredos. Com Circo di Sóladies | Nem Sóladies. 45 min.

Dia 7/3. Sábado, 16h30. **AL**
 ▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Proezas & Peripécias

Dupla mistura comicidade e habilidades circenses em números de acrobacia e malabarismo cheios de humor. Com Irmãos Figura. 50 min.

Dia 29/3. Domingo, 11h.
Local: Parque Província de Treviso. **AL** GRÁTIS.

VILA MARIANA

Cabaré Acrobático – Exercício Cênico

Apresentação é resultado do curso e das trocas artísticas entre participantes e artistas convidados. Dir. Cia Zec, com artistas participantes do curso. 50 min.

Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 15h. **AL** GRÁTIS.

Exposições



As exposições podem ser visitadas gratuitamente. Para agendar a visita de grupos, consulte a unidade.



Riscadura de Fogo – Jorge dos Anjos
Pompeia – De 17/3 a 2/8

24 DE MAIO

HIP-HOP 80'sp – São Paulo na Onda do Break

Exposição imersiva revisita os primeiros passos do hip-hop em São Paulo, celebrando seus pilares – MC, DJ, Graffiti e Breaking. Com curadoria de OSGEMEOS, Rooneyoyo O Guardião, KL Jay, Thaíde, Sharylaine, ALAM Beat e Rose MC, a mostra destaca a força criativa de uma geração que transformou as ruas em palco de resistência e expressão.

Até 29/3. Terça a sábado, 9h às 21h.

Domingos e feriados, 9h às 18h. **AL**

Acessibilidade: Braille e texto ampliado, Legenda closed caption, Audiodescrição e audioguia, Recursos táteis e Piso podotátil, Legendas.

AVENIDA PAULISTA

Cartas à Memória

A exposição reúne obras de artistas das Américas e da Ásia que exploram arte, política e identidade na diáspora asiática. Inspirada no livro de Karen Tei Yamashita, a mostra propõe um percurso entre guerras, ativismos e memórias familiares, evocando os fantasmas do passado e reafirmando o direito à memória como princípio cultural. Curadoria: Yudi Rafael.

Até 30/4. Terça a sexta, 10h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. **AL**

Acessibilidade: Braille.

Audiodescrição. Audioguia.

Recursos táteis.

BELENZINHO**Ônã Irin: Caminho de Ferro de Nádía Taquary**

A artista baiana parte da pesquisa da joalheria afro-brasileira e, em especial, as pincas de balangandãs para desenvolver suas esculturas, objetos-esculturas e instalações, criando um espaço imersivo junto a divindades femininas do panteão afro-brasileiro.

Curadoria: Amanda Bonan, Ayrson Heráclito e Marcelo Campos.

Até 26/4. Terça a sábado, 10h às 21h. Domingos e feriados, 10h às 18h. **AL**

IPIRANGA**Letras & Filetes: Memória Afetiva e Latinidades**

A exposição celebra a riqueza gráfica das letras populares, reunindo 60 artistas de diversas regiões do Brasil e da América Latina. Entre cartazistas, letristas, abridores de letra e mestres fileteadores, um panorama vibrante das artes gráficas que colorem mercados, fachadas, barcos e estradas. Curadoria: Filipe Grimaldi e Thiago Nevs.

Até 5/4. Terça a sexta, 9h às 21h30. Sábados, 10h às 20h. Domingos e feriados, 10h às 18h30. **AL**

Acessibilidade:  Braile,  Audiodescrição,  Recursos táteis, Mapa Tátil e Dupla Leitura,  Legendas e Videolibras.

POMPEIA**O Poder de Minhas Mãos**

Mostra reúne obras de 25 artistas mulheres de países africanos e da diáspora, abordando temas como corpo, identidade, maternidade e espiritualidade. Com curadoria de Odile Bureaux (França), Suzana Sousa (Angola) e Aline

FRANÇA
BRASIL
2025

Albuquerque (Brasil). Exposição organizada em colaboração com o Musée d'Art Moderne de Paris, Paris Musées. Integra a Temporada França-Brasil 2025.

Até 26/4. Terça a sexta, 10h às 21h. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h. **AL**

Riscadura de Fogo – Jorge dos Anjos

Mostra individual de Jorge dos Anjos apresenta um panorama ampliado de sua produção, reunindo esculturas, desenhos, pinturas e instalação. Suas obras se utilizam de diferentes materialidades para discutir memória, ancestralidade e processos simbólicos.

De 17/3 a 2/8. Terça a sábado, 10h às 21h. Domingos e feriados, 10h às 18h. **AL**

Acessibilidade:  Libras,  Audiodescrição,  Braile,  Legendas,  Recursos táteis e adaptação sensorial.

SANTO ANDRÉ**Acervo de Histórias: Fazeres em Movimento**

Trabalhos de artistas que já ministraram atividades na unidade, em obras que unem o fazer manual e digital, lançando luz sobre os processos de criação e os diferentes modos de produzir arte na contemporaneidade.

Curadoria: Camila Alcântara.

Até 21/6. Terça a sexta, 10h às 21h30. Sábados e domingos, 10h às 18h30. **AL**

ACERVO SESC DE ARTE

O Sesc possui uma ampla coleção de obras de diversos artistas, em sua maioria nacionais. Essas telas, instalações, esculturas e trabalhos em outros formatos estão em exposição permanente nas unidades de todo o estado, em diferentes espaços. Procure conhecê-las em sua visita!

Cinema



CRIANÇAS

Consulte destaques da programação de cinema voltada ao público infantil na seção Crianças.

CURSOS, OFICINAS E ENCONTROS

Consulte mais atividades ligadas ao universo do cinema na seção Cursos, Oficinas e Encontros.



O Som da Queda

Mostra Alemã de Cinema – Março e Abril

MOSTRA ALEMÃ DE CINEMA: ELAS DIRIGEM!

Parceria entre o Consulado da Alemanha em São Paulo, Goethe-Institut São Paulo e Sesc São Paulo, a mostra de filmes dirigidos por cineastas alemãs acontece nos meses de março e abril, em sete unidades do Sesc.

Consulte formas de acesso no portal SescSP. GRÁTIS.

O Som da Queda

Dir.: Mascha Schilinski, 2025

Uma fazenda alemã esconde segredos geracionais. Quatro mulheres, separadas por décadas, mas unidas por traumas, descobrem a verdade escondida por trás de suas paredes desgastadas.

Dia 3/3. Terça,

19h30. (CineSesc)

Dia 10/3. Terça, 20h. (Sesc Presidente Prudente)

Dia 18/3. Quarta, 20h. (Sesc Rio Preto)

Dia 18/3. Quarta, 18h.

(Sesc Santo Amaro)

Dia 22/3. Domingo, 16h.

(Sesc Piracicaba) 16

Karla

Dir.: Christina

Tournatzés, 2025

Uma garota de doze anos presta queixa de abuso sexual contra seu próprio pai, e conta com a ajuda de um juiz, que se torna seu maior confidente.

Dia 1/3. Domingo, 16h.

(Sesc Piracicaba)

Dia 3/3. Terça, 19h30.

(Sesc Birigui)

Dia 4/3. Quarta, 18h.

(Sesc Santo Amaro)

Dia 14/3. Sábado, 19h30.

(Sesc Ribeirão Preto)

Dia 17/3. Terça, 20h. (Sesc

Presidente Prudente) 12

Esmurrando o Muro

Dir.: Constanze Klaue, 2025

Sem atribuir culpas nem oferecer soluções simples, "Esmurrando o Muro" conta a história de dois irmãos do leste da Alemanha entre 2006 e 2015, e de como, a partir da falta de perspectivas e de um sentimento de abandono, podem surgir frustração e violência.

Dia 3/3. Terça, 19h30.

(Sesc Piracicaba)

Dia 10/3. Terça, 19h30.

(Sesc Birigui) 14

Walchensee

Para Sempre

Dir.: Janna Ji Wonders, 2020

A diretora narra a história das mulheres de sua família, tendo como pano de fundo Walchensee, os sonhos hippies e a comuna que se formou em torno de Rainer Langhans.

Dia 4/3. Quarta, 20h.

(Sesc Rio Preto)

Dia 8/3. Domingo, 16h.

(Sesc Piracicaba)

Dia 17/3. Terça, 19h30.

(Sesc Birigui)

Dia 28/3. Sábado, 19h30.

(Sesc Ribeirão Preto)

Dia 31/3. Terça, 20h. (Sesc

Presidente Prudente) 16

Cigarras

Dir.: Ina Weisse, 2025

Isabell está lutando para cuidar de seus pais idosos e lidar com o

desmoronamento de seu casamento quando conhece Anja, uma mãe solteira. Essa nova amizade a coloca frente a frente com a fragilidade de seu mundo cuidadosamente construído.

Dia 7/3. Sábado, 19h30.

(Sesc Ribeirão Preto)

Dia 11/3. Quarta, 20h.

(Sesc Rio Preto)

Dia 11/3. Quarta, 15h.

(Sesc Santo Amaro)

Dia 15/3. Domingo, 16h.

(Sesc Piracicaba)

Dia 24/3. Terça, 19h30.

(Sesc Presidente

Prudente) 12

Beleza

Dir.: Karoline

Herfurth, 2022

Cinco mulheres muito diferentes com a difícil tarefa de descobrir o que é a beleza. Como mães, filhas e namoradas, buscam uma nova consciência corporal e autoconfiança.

Dia 21. Sábado, 19h30.

(Sesc Ribeirão Preto)

Dia 24/3. Terça, 20h.

(Sesc Rio Preto)

Dia 25/3. Quarta, 15h.

(Sesc Santo Amaro)

Dia 29/3. Domingo,

16h. (Sesc Piracicaba)

Dia 31/3. Terça, 19h30.

(Sesc Birigui) 12

14 BIS

**Cine-concerto
“Cidade de Deus”**

Dir.: Fernando Meirelles
e Kátia Lund, Brasil,
2002, ficção, 130 min.
Exibição do clássico
brasileiro com trilha sonora
executada ao vivo por big
band, mantendo diálogos
e efeitos originais do
filme. Part. Antonio Pinto
e Ed Côrtes. Concepção e
direção: Anselmo Mancini.
Dia 1/3. Domingo, 18h. A16
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

BELENZINHO

**SELEÇÃO PARALELA:
O BRASIL QUE O
OSCAR NÃO VIU**

Mostra de filmes
brasileiros cotados
para o Oscar 2026.
**Quintas, 19h. Ingressos
1h antes. GRÁTIS.**
Acessibilidade:  Libras.

Oeste Outra Vez

Dir.: Erico Rassi, Brasil,
2024, 97 min.
Dois homens
abandonados pela
mesma mulher entram
em rota de violência
no sertão de Goiás.
Dia 12/3. 14

Malu

Dir.: Pedro Freire, Brasil,
2024, 103 min.
Mulher de meia-idade
enfrenta crise pessoal
entre relações familiares
e memória do passado.
Dia 19/3. 16

Baby

Dir.: Marcelo Caetano,
Brasil, 2025, 103 min.
Jovem recém-liberto
tenta sobreviver nas ruas
de São Paulo e encontra
apoio inesperado.
Dia 26/3. L

Cineminha em Curtas

Exibição de quatro curtas
de animação brasileiros:
“A Colmeia de Aziza” (Dir.:
Rodrigo França e Victor Flores,
2024), “A História de Ayana”
(Dir.: Cristiana Giustino e
Luana Dias, 2025), “Temos
Pão Caseiro” (Dir.: Val Rocha
Pires, 2025) e “Lá na Frente”
(Dir.: Márcio Andrade, 2025).
**Dias 28 e 29/3. Sábado e
domingo, 12h. Ingressos
1h antes. L GRÁTIS.**
Acessibilidade:  Libras.

CAMPO LIMPO

**Cine-concerto:
“Beetlejuice – Os
Fantasmas Se
Divertem” (1988)**

Dir.: Tim Burton, EUA,
1988, ficção, 92 min.
Após morrerem em um
acidente, Bárbara e Adam
tentam assombrar a antiga
casa e acabam convocando
o imprevisível Beetlejuice.
Com Banda Mr.80.
Dia 13/3. Sexta, 20h.
A12 GRÁTIS.

**Cine-concerto: “O Rei
Leão” (1994)**

Dir.: Roger Allers e Rob
Minkoff, EUA, 1994,
animação, 88 min.
A jornada de Simba para
assumir seu lugar no reino
após enfrentar as armadilhas
de Scar. Com Coletivo Coruja

em Cena e Graça Cunha.
Dia 14/3. Sábado, 16h. A10
Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

CINE DE QUARTA

Sessões gratuitas
de curtas, médias e
longas-metragens.
**Quartas, 19h. Ingressos
30 min. antes. 16 GRÁTIS.**

Malu

Dir.: Pedro Freire, Brasil,
2024, 100 min.
Atriz de 50 anos tenta
recomeçar a vida
enquanto lida com
conflitos familiares,
memórias e frustrações
do passado.
Dia 4/3.

Avenida Beira-Mar

Dir.: Maju de Paiva
e Bernardo Florim,
Brasil, 2024, 92 min.
Amizade improvável
nasce no subúrbio de
Niterói entre uma menina
reclusa e uma jovem trans
em busca de aceitação.
Dia 11/3.

**O CINEMA DE
SARA GÓMEZ**

Mostra celebra a
obra da diretora e
roteirista cubana.
**Quartas, 19h. Ingressos
30 min. antes. GRÁTIS.**

Curtas-metragens

Sessão apresenta
curtas dirigidos por Sara
Gómez, destacando sua
contribuição ao cinema
político e social.
Dia 18/3. 14



Avenida Beira-mar
Consolação – Dia 11
Santana – Dia 24

De Certa Maneira

Dir.: Sara Gómez,
Cuba, 1977, 78 min.
Romance entre um
operário e uma
professora revela tensões
sociais, morais e políticas
na Cuba pós-revolução.

Dia 25/3. 16

ITAQUERA

Cine Criançada: A Pequena Frida

Dir. Karine Vézina e André
Kadi, 2024, 82 min.

Animação apresenta a
infância de Frida Kahlo,
celebrando imaginação,
sensibilidade e criatividade
desde cedo.

Dia 15/3. Domingo,
13h. L GRÁTIS.

PINHEIROS

Cineclube Pinheiros – O Caso dos Irmãos Naves

Dir.: Luiz Sérgio Person,
Brasil, 1967, 92 min.

Clássico do cinema
brasileiro retrata uma
das maiores injustiças
judiciais do país. Exibição
seguida de bate-papo
com o escritor e cineasta
João Silvério Trevisan.

Dia 24/3. Terça, 19h. Ingressos
1h antes. A12 GRÁTIS.

POMPEIA

Cineclubinho: Selvagens

Dir.: Claude Barras,
Portugal, 2023, 87 min.

Em Bornéu, duas crianças
acolhem um filhote de
orangotango e enfrentam
conflitos entre modos de vida
e a exploração da floresta.

Dia 8/3. Domingo, 16h30.
Ingressos 1h antes. L GRÁTIS.

SANTANA

HORIZONTES FEMININOS

Mostra reúne obras
criadas ou protagonizadas
por mulheres e ampliam
reflexões sobre
gênero e cultura.

Terças, 19h. Domingo, 18h.
Ingressos on-line. GRÁTIS.

Cine debate: Yög Âtak: Meu Pai, Kaïowá

Dir.: Sueli Maxakali,
Israel Maxakali, Roberto
Romero, Luisa Lanna,
Brasil, 2024, 94 min.

A busca de duas mulheres
por seu pai, separado
delas durante a ditadura,
revela as lutas dos povos
indígenas por seus
territórios. Mediação:
Lorenná Montenegro.

Dia 3/3. A12

Que Horas Ela Volta?

Dir.: Anna Muylaert,
Brasil, 2015, 112 min.

A chegada da filha
de uma empregada
doméstica expõe tensões
sociais e questiona
os papéis tradicionais
na família brasileira.

Dia 10/3. 12

Meu Bolo Favorito (Keyke mahboobe man)

Dir.: Maryam Moqadam,
Behtash Sanaeeta,
Irã, 2024, 96 min.

Mahin, 70 anos, decide
recomeçar sua vida
amorosa em Teerã,
explorando desejos e
liberdade em um contexto
político opressor.

Dia 17/3. 12

Avenida Beira-Mar

Dir.: Maju de Paiva e Bernardo Florim, Brasil, 2024, 92 min.
A amizade entre Rebeca e Mika, uma menina trans, revela desafios e força transformadora em meio a questões de identidade e diversidade.
Dia 24/3. 14

Suçuarana

Dir.: Clarissa Campolina e Sérgio Borges, Brasil, 2024, 85 min.
Dora viaja pelas estradas do Brasil em uma jornada de mais de 10 anos em busca de uma terra prometida e de um sentido para a vida.
Dia 31/3. 12

Cine debate:**Um Par pra Chamar de Meu**

Dir.: Kelly Cristina Spinelli, Brasil, 2022, 82 min.
Documentário acompanha mulheres da terceira idade e seus parceiros. Com apresentação da diretora Kelly Cristina Spinelli.
Dia 22/3. A10

SANTO ANDRÉ**CINEMA NO SESC**

Seleção de filmes voltados a todos os públicos.

Quartas. GRÁTIS.

Acessibilidade:
LSE Legendas.

Parasita

Dir.: Bong Joon-ho. Coreia do Sul, 2019, 132 min.
Uma família

desempregada vê na aproximação com uma família rica a chance de ascensão social, mas o plano revela tensões e consequências imprevisíveis.

Dia 4/3, 19h. 16

Cine-piano: Frankenstein

Dir.: James Whale. EUA, 1931, 71 min.
Clássico do cinema de terror exibido com acompanhamento musical ao vivo ao piano, criando diálogo entre imagem e som. Com Tony Berchmans.
Dia 25/3, 19h30. 12

SÃO BENTO**Recife Frio**

Dir.: Kleber Mendonça Filho, Brasil, 2009, 24 min.
Curta imagina uma mudança climática radical que transforma Recife em uma cidade fria, revelando impactos culturais e sociais dessa inversão. Após a exibição, bate-papo sobre mudanças climáticas com Leonardo Varallo.
Dia 23/3. Segunda, 15h. A12 GRÁTIS.

VILA MARIANA**MULHERES NA DIREÇÃO**

Exibição de filmes dirigidos por cineastas de diferentes gerações e contextos culturais, evidenciando a potência e a pluralidade do cinema feito

por mulheres.

De 11 a 20/3. Quartas e sextas, 19h. Ingressos no dia. GRÁTIS.

Meu Bolo Favorito

Dir.: Maryam Moghadam e Behtash Sanaeieha, Irã, França, Suécia, 2024, 97 min.
Aos 70 anos, Mahin decide romper a rotina em Teerã e se abrir para o amor em um encontro inesperado.
Dia 11/3. 12

A Sombra do Pai

Dir.: Gabriela Amaral Almeida, Brasil, 2018, 92 min.
Drama sombrio sobre uma menina que acredita ter poderes para trazer a mãe de volta à vida.
Dia 13/3. 16

Anos Dourados

Dir.: Chantal Akerman, Bélgica, França, 1986, 96 min.
Em um shopping, funcionários e clientes se cruzam entre encontros, sonhos e amores possíveis ou impossíveis.
Dia 18/3. 14

Antônia

Dir.: Tata Amaral, Brasil, 2006, 90 min.
Quatro amigas da periferia formam um grupo de rap e enfrentam desafios para viver da música.
Dia 20/3. 12

CINESESC



Diamantes (2024)
Mostra Farol - De 18/3 a 1/4

Inaugurado em 1979, o CineSesc é um dos cinemas de rua mais tradicionais da cidade de São Paulo. A programação inclui estreias de filmes nacionais e estrangeiros, mostras e festivais de cinema, além de cursos e bate-papos. As exhibições são realizadas em diferentes formatos, como digital e películas em 35 mm, para uma plateia de 279 lugares, que também pode desfrutar de um bar dentro da sala de cinema.

Aos domingos, no CineClubinho, intervenções artísticas e sessões de cinema são gratuitas para as crianças de até 12 anos, acompanhadas de responsáveis.

A programação também conta com a exibição gratuita de filmes em streaming para todo o Brasil, na plataforma e app Sesc Digital.

Segunda a domingo, 13h15 às 22h.

Ingressos: Segunda a quinta: ▲ R\$24 ■ R\$12 ● R\$8

Sexta a domingo: ▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$10

Consulte a classificação indicativa de cada filme.

Programação completa e horários em

sescsp.org.br/cinesesc

DESTAQUES DA PROGRAMAÇÃO

Mostra Farol

Primeira edição do projeto que aponta para o futuro do cinema ao exibir um panorama da produção cinematográfica mundial com filmes inéditos e históricos.

De 18/3 a 1/4. Programação completa no portal Sesc.

Sessão Inéditos

Exibição de produções inéditas, destaques nos festivais de cinema e ainda não lançados comercialmente, entre elas "Alpha" (Julia Ducournau, 2025), "Queerpanorama" (Jun Li, 2025), "A Sombra do Meu Pai" (Akinola Davies Jr, 2025), "Aqui Não Entra Luz" (Karol Maia, 2025) e "O Senhor dos Mortos" (David Cronenberg, 2025).

Sessão Histórica

Exibição das primeiras produções de cineastas que atingiram a maturidade em sua obra, como "Chocolate" (Claire Denis, 1988), "Rio, 40 Graus" (Nelson Pereira dos Santos, 1955), "As Virgens Suicidas" (Sophia Copolla, 1999), "Calafrios" (David Cronenberg, 1975), "A Maçã" (Samira Mackmalbaf, 1998) e "Rocobop, O Policial do Futuro" (Paul Verhoeven, 1987).

PARA VER EM CASA

Mostra Farol

Exibição dos primeiros filmes de grandes cineastas, como "Durval Discos" (Anna Muylaert, 2002), "Eraserhead" (David Lynch, 1977) e "O Crítico" (Kleber Mendonça Filho, 2008).

A partir de 19/3. GRÁTIS.

Cursos, Oficinas e Encontros



Conheça alguns destaques da programação do mês. No portal do Sesc São Paulo, é possível encontrar a programação completa.

Olhares Indígenas para o Cuidar e o Brincar
14 Bis – Dias 27 e 28

AÇÕES PARA A CIDADANIA	40
ALIMENTAÇÃO	46
ARTES VISUAIS	47
CINEMA	50
CIRCO	51
DANÇA	52
ESPORTE E ATIVIDADE FÍSICA	53
JOVENS	57
LITERATURA	58
MEIO AMBIENTE	62
MÚSICA	66
SAÚDE	68
TEATRO	70
TECNOLOGIAS E ARTES	71

AÇÕES PARA A CIDADANIA

14 BIS

Voltar, Buscar e Trazer em Sankofa: Brincares Afro-indígenas para Bebês

VIVÊNCIA Banhos de ervas, pintura natural e práticas de cuidado fortalecem vínculos entre bebês e pessoas adultas. Com Sankofa Coletiva. Integra o projeto

Foto: Ana Paula Ferreira Fotografia



Bebê Brinca de Quê?
Até 29/3. Sábados e domingos, 10h30 às 12h30.
Até 3 anos. GRÁTIS.

Olhares Indígenas para o Cuidar e o Brincar

BATE-PAPO Conversa sobre cuidado, afeto e brincar a partir da perspectiva Guarani Mbya. Com Simone Takuá. Integra o projeto Rodas de Cuidado.

Dias 27 e 28/3. Sexta e sábado, 10h30 às 12h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

24 DE MAIO

Contando o Brasil: Uma Celebração do Jornalismo que Informa e Mobiliza – 15 Anos da Agência Pública

SEMINÁRIO Reflexões sobre o papel do jornalismo na defesa da democracia, da transparência e dos direitos socioambientais. O evento debate desafios, inovações e caminhos possíveis para o futuro da profissão, com atividades voltadas à educação midiática. Com



DIREITOS HUMANOS PARA TODAS AS PESSOAS
Consulte os destaques da programação a partir da página 8.

Daniela Lima, Nina Santos, Patrícia Campos Mello, Neon Cunha, Raul Santiago, Bruno Fonseca, Carol Pires, Elaine Silva, entre outras pessoas convidadas.

Dia 10/3. Terça, 14h às 21h. A partir de 14 anos. Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

AVENIDA PAULISTA

As Bruxas na Arena Política do Século XXI

CURSO Percurso reflexivo sobre a figura das bruxas, articulando história, conceitos e práticas a questões epistemológicas, éticas e políticas. Com Anastasia Guidi e Marília Mello Pisani.

De 3 a 6/3. Terça a sexta, 19h30 às 21h30. A partir de 18 anos. Inscrições on-line. ▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

Saberes Indígenas: Vozes e Territórios Conversam Sobre o Futuro

BATE-PAPO Conversa sobre cosmopolíticas do cuidado, saúde, alimentação e corpo-território a partir de saberes indígenas em tempos de crise climática. Com Lenin Alfonso Morales, Elizângela da Silva Costa e



Lab Costura: Ateliê Aberto
Casa Verde – De 5 a 26/3

João Paulo Lima Barreto.

Dia 26/3. Quinta, 19h às 21h30. A partir de 18 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

BELENZINHO

Corpo Brinca!

VIVÊNCIA Ativação sensorial de brincadeiras com cores, sons, texturas e imaginação. Com Fio da Meada.

Até 8/3. Sábados e domingos, 10h às 13h e 15h às 18h. Até 6 anos. GRÁTIS.

Todo Canto, Conta

VIVÊNCIA Brincadeiras organizadas em cantos estimulam experiências compartilhadas entre crianças e responsáveis. Com a Companhia Simbora.
De 14 a 29/3. Sábados e domingos, 10h às 13h e 15h às 18h. Até 6 anos. GRÁTIS.

BOM RETIRO

Poesia do Ori ao Py: Bate-papos sobre Modos de Ocupar Territórios Poéticos

ENCONTRO Travessia poética conecta pensamento e

ação, reunindo escritoras e poetas negras e indígenas para refletir sobre oralidade, identidade e criação coletiva.

Dias 4 e 6/3. Quarta e sexta, 19h às 21h. A partir de 16 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Acessibilidade: 🖐️ Libras.

Roda de Poemas: Semba de Griottes

INTERVENÇÃO Encontro de poesia, canto e ancestralidade inspirado nas rodas do Quilombhoje Literatura. Com Iza Fonse, Natasha Alves e Vanessa Cruz. Part. Araju Ara Poty.

Dia 8/3. Domingo, 15h30 às 17h30. Todas as idades. GRÁTIS.

Acessibilidade: 🖐️ Libras.

CAMPO LIMPO

JORNADA DA CAPTAÇÃO DE RECURSOS

Promove o diálogo entre profissionais da área cultural e especialistas para fortalecer redes e pensar em estratégias para a sustentabilidade cultural.

A partir de 16 anos. Inscrições on-line até 3/3. GRÁTIS.

Encontros Formativos

PALESTRA Bate-papo sobre temas relacionados a cultura da captação de recursos. Temas: Panorama e Tendências, com Associação Brasileira dos Captadores de Recursos (ABCR) (3/3) e Caminhos Possíveis,

com Com Jaqueline Viana (Instituto Elo Brasil) (4/3).

Dias 3 e 4/4. Terça e quarta, 18h30 às 20h30.

Oficinas Práticas

OFICINA Mentoria para estruturar projetos, abordar financiadores e ampliar oportunidades de financiamento.

Com Bia Ramsthaler.

De 5 a 18/3. Terça a quinta, 18h30 às 20h30.

CASA VERDE

Escrita de Projetos para Editais Municipais

CURSO Introdução às políticas culturais, editais municipais e estruturação de projetos culturais. Com Bruna Tamires. **Dias 7 e 14/3. Sábados, 10h30 às 17h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.**

▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

Lab Costura: Ateliê Aberto

OFICINA Espaço aberto para aprender costura ou desenvolver projetos próprios com acompanhamento. Com Lina Bordini.

De 5 a 26/3. Quintas, 14h30 às 17h30. A partir de 12 anos. Senhas 15 min. antes. GRÁTIS.

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Contando o Brasil: Como Diferenciar Notícias Falsas de Verdadeiras?

OFICINA A partir de casos reais, a atividade discute estratégias para

identificar notícias falsas e compreender os mecanismos da desinformação. Com Natalia Viana. Integra o projeto Contando o Brasil: Uma Celebração do Jornalismo que Informa e Mobiliza – 15 Anos da Agência Pública.

Dia 11/3. Quarta, 19h às 20h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

Bad Bunny: Quando o Reggaeton se Torna Político?

PALESTRA Análise da trajetória de Bad Bunny e do reggaeton como espaço de disputa política, identitária e cultural no Caribe e no cenário global. Com Arthur Murta.

Dia 27/3. Sexta, 15h30 às 17h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

Estamparias Tradicionais Oeste-Africanas

OFICINA Vivência prática de técnicas de estamparias africanas a partir de referências do Benin e do oeste africano. Com Japhette Osias.

De 7/3 a 25/4. Sábados, 14h30 às 17h30. A partir de 16 anos. Inscrições a partir de 3/3, às 14h.

▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

Mulheres Guardiãs da Cultura: Território, Ancestralidade e Futuro

EXIBIÇÃO Sessão dos filmes “Kunhã Karai” e “Raízes Indígenas das Favelas”, que abordam o protagonismo

feminino indígena em diferentes territórios e contextos urbanos.

Dia 24/3. Terça, 19h30 às 21h30. Todas as idades. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

INTERLAGOS

Captação de Recursos e Sustentabilidade

PALESTRA Estratégias de captação de recursos, prestação de contas com transparência institucional e a importância da gestão e produção de conteúdos para redes sociais. Com João Guerra.

Dia 20/3. Sexta, 10h às 12h. A partir de 18 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

IPIRANGA

Fé nas Folhas

PERFORMANCE Travessia guiada pela flor Dama da Noite, entre ervas, cantigas, rezas e saberes afro-indígenas do Recôncavo da Bahia. Com Yêyê Osunsade. **Dia 14/3. Sábado, 16h às 17h30. Todas as idades. GRÁTIS.**

Compostagem Doméstica

OFICINA Prática introdutória para reduzir resíduos orgânicos e transformar restos de alimentos em adubo. **Dia 29/3. Domingo, 14h às 16h. A partir de 16 anos. Senhas 30 min antes. GRÁTIS.**



Colagem Ancestral: Imagem, Memória e Território
Itaquera – Dia 21

ITAQUERA

Meu Rio Mais Antigo

INTERVENÇÃO Pintura mural homenageia a ancestralidade feminina indígena e a memória do território.

Com Cassis Kariri Xocó.

Dia 21/3. Sábado, 13h às 15h.

Todas as idades. GRÁTIS.

Colagem Ancestral: Imagem, Memória e Território

OFICINA Vivência de colagem articula memórias familiares, ancestralidade e relação simbólica com a terra.

Com Moara Tupinambá.

Dia 21/3. Sábado, 14h às 16h.

Todas as idades. GRÁTIS.

PINHEIROS

Primeiros Passos na Manutenção de Bicicletas

CURSO Introdução à mecânica e manutenção básicas de bicicletas, com foco em rodas, freios e câmbios.

Com Señoritas Courier.

De 5 a 26/3. Quintas, 19h às 21h. A partir de 14 anos.

Inscrições on-line. GRÁTIS.

POMPEIA

GIRA NO FLOW

Ações consolidam o hip-hop como espaço de expressão cultural, educação e transformação social.

Todas as idades. GRÁTIS.

Batalha das Venenosas

ENCONTRO 16 MCs em batalhas de rima celebram a força, a diversidade e o protagonismo de mulheres e pessoas

Foto: Moara Tupinambá

LGBTQIA+ no hip-hop.
Apresentação de Sara
Donato e Jupi77er,
com DJ Tayan.

**Dia 8/3. Domingo,
15h às 18h. Ingressos
30 min. antes.**

Roda de Conversa

BATE-PAPO Encontro para
reflexão sobre a presença
de mulheres na cultura
hip-hop. Com DJ Vivian
Marques, Kika Souza,
Nenesurreal e Sharylaine
**Dia 26/3. Quinta,
18h30 às 20h30.**

SANTANA

Feira Agroecológica e da Agricultura Familiar

FEIRA Alimentos saudáveis
da agricultura familiar.
Com Horta Pro Nobis
e Prato Verde.
**Dias 15 e 29/3. Domingos,
11h às 17h. Todas as
idades. GRÁTIS.**

Teimar Até que Brote

ESPETÁCULO Celebra a
resistência de mulheres
agricultoras urbanas
através da história de uma
horta comunitária. Com
Coletivo Corpo Aberto.
**Dias 27 e 28/3. Sexta e
sábado, 20h às 21h. A14**
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

SANTO AMARO

Vem pra Roda: Roda de Escuta Para Mulheres

ENCONTRO Atividade em
grupo voltada à partilha
de experiências, escuta e
troca entre mulheres.
**Dia 18/3. Quarta, 16h. A
partir de 18 anos. GRÁTIS.**

SANTO ANDRÉ

Educação e Antirracismo

BATE-PAPO Atividade
aborda práticas, reflexões
e estratégias para uma
educação antirracista,
voltada a educadoras
e educadores. Com
Bárbara Carine.

**Dia 17/3. Terça, 20h às 21h30.
A partir de 18 anos. Ingressos
on-line e presenciais a
partir das 12h. GRÁTIS.**
Acessibilidade:  Libras.

Preparação para o Parto e Pintura de Barriga

VIVÊNCIA Encontro de
preparação para o parto com
orientações sobre fisiologia,
posições, uso do rebozo e
momento final de cuidado
com pintura da barriga. Com
Coletiva Raízes do Parto.
**Dia 21/3. Sábado, 14h às 16h.
A partir de 16 anos. Senhas
30 min. antes. GRÁTIS.**

SÃO CAETANO

Introdução ao Desenho com Henna

CURSO Bases culturais da
henna e aprendizado de
técnicas básicas de desenho
em papel e pele. Com Frozan
Sedqi e Anas Obaid.
**De 9 a 12/3. Segunda a
quinta, 19h às 21h. A partir
de 16 anos. Inscrições
on-line. GRÁTIS.**

IRPF Descomplicado: Um Guia Simples para Iniciantes

CURSO Orientações práticas
para quem nunca declarou
ou quer entender o
Imposto de Renda de forma
simples e autônoma. Com

Vitrine Sem Rótulos.

**De 16 a 19/3. Segunda a
quinta, 19h às 21h. A partir
de 18 anos. Inscrições
on-line. GRÁTIS.**

VILA MARIANA

Conversas de Orí: a Saúde Mental da Mulher Negra

VIVÊNCIA Encontro do
projeto “Cuidar é Ancestral”,
dedicado ao cuidado integral
da mulher negra, articulando
saberes ancestrais e
práticas contemporâneas
de promoção da saúde.
Com Alexandra Loras, Lais
Mendes e Thays Esteves.
Mediação: Denise Mariano.
Part. Transistas do Capão,
José Nagua, Ramon
Tavares e João Paulo.
**Dia 14/3. Sábado, 15h às 17h.
Todas as idades. GRÁTIS.**

Plantio Global e os Corredores Verdes

BATE-PAPO Debate sobre
corredores verdes como
infraestrutura para
mitigação da crise climática
e enfrentamento das ilhas
de calor. Com Janaína
Krohling Peruzzo e Laura
Lúcia Vieira Ceneviva
(SVMA). No domingo,
dia 22/3, das 9h às 13h,
acontece o mutirão “Plantio
Global” na Praça do Povo
Húngaro, ação comunitária
de plantio que integra
educação ambiental
a adaptação climática
no território urbano.
**Dia 20/3. Sexta, 19h às 21h.
Todas as idades. GRÁTIS.**

ALIMENTAÇÃO

24 DE MAIO

Métodos de Temperagem de Chocolate

OFICINA Técnicas de aquecimento e resfriamento do chocolate para obter brilho, textura e estalo ideais, com demonstração de métodos. Com Fabricio Zava.
Dia 21/3. Sábado, 14h às 17h.
A partir de 16 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

AVENIDA PAULISTA

Introdução ao Mundo do Café Especial

OFICINA Panorama histórico e cultural do café, com introdução a sabores, harmonizações e métodos de preparo no cotidiano. Com Gi Coutinho.
Dias 19 e 26/3. Quintas, 19h às 21h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

CASA VERDE

Comida e Ancestralidade: da Terra ao Corpo

BATE-PAPO Conversa sobre alimentação brasileira a partir das culturas negras e indígenas. Com Rayane Freitas.
Dia 8/3. Domingo, 15h às 16h30. Todas as idades. GRÁTIS.



Ateliê de Xilogravura
Casa Verde – De 4 a 25/3

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Escutar o Corpo, Saborear a Vida: uma Nova Relação com a Comida

CURSO Práticas de comer consciente, atenção plena e escuta dos sinais do corpo para compreender emoções que influenciam escolhas alimentares. Com Ana Fanelli e Luiza Camargo Mendes.
De 11 a 19/3. Quartas e quintas, 15h às 17h.
A partir de 16 anos.
Inscrições on-line.
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

POMPEIA

Alimentação da Criança Neurodivergente: Desafios, Cuidados e Escolhas Conscientes

BATE-PAPO Os desafios alimentares mais comuns, a importância da rotina, do ambiente e da relação da criança com a comida. Com Carla Massuia, Dyandra Loureiro e Nathália Anastopulos.
Dias 20 e 21/3. Sexta, 16h30 às 19h. Sábado, 10h30 às 13h.
Todas as idades. GRÁTIS.

SANTO AMARO**Visita à Região de Produção de Orgânicos**

VIVÊNCIA Atividades de plantio, colheita e almoço coletivo. Com Albert Sassaki e agricultores(as) da Cooperapas.

Dia 28/3. Sábado, 7h30 às 16h. A partir de 18 anos. Inscrições na Central de Atendimento a partir de 3/3.

▲ R\$80 ■ R\$40 ● R\$24

VILA MARIANA**Culinária no Cárcere: Desejo, Necessidade, Criatividade e Afeto**

VIVÊNCIA Encontro compartilha histórias e sabores criados a partir da inventividade culinária no cárcere. Com Poetas do Tietê.

Dia 25/3. Quarta, 19h às 21h. A partir de 16 anos. GRÁTIS.

ARTES VISUAIS**14 BIS****Introdução à Xilogravura: do Desenho à Impressão**

curso Introdução prática à xilogravura, do desenho à impressão manual, com criação de matriz autoral. Com Guinho Nascimento.

De 4/3 a 8/4. Quarta, 14h às 17h. Inscrições on-line. A partir de 18 anos.

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$20

AVENIDA PAULISTA**Imprinting**

INTERVENÇÃO Ocupação artística inspirada em matrizes de carimbo e referências das culturas asiáticas, dialogando com identidade, gravação e repetição. Com Cristina Suzuki.

Até 3/5. Terça a sexta, 10h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30. Todas as idades. GRÁTIS.

Shirushi – Carimbos e Pergaminhos Japoneses

curso Criação de carimbos autorais e estampas inspiradas no pergaminho japonês, resultando em uma instalação coletiva. Com Cristina Suzuki.

Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 10h30 às 12h30. A partir de 14 anos.

▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

BELENZINHO**Design em Cartaz: a Presença do Design Gráfico em Pôsteres de Cinema**

curso Reflexão prática sobre o design gráfico no cinema a partir da criação e análise de cartazes. Com Fernanda Porto.

De 18/3 a 8/4. Quartas, 19h às 22h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.

▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

Baralho Xilográfico: Desenhando na Madeira

curso Criação de baralho autoral a partir da xilogravura em

matrizes de madeira.

Com Ateliê Nômade.

De 25/3 a 15/4. Quartas, 14h às 17h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.

▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

CASA VERDE**Banca Flananteca: A Leitura da Cidade Através do Skate**

INTERVENÇÃO Skate de rua como ferramenta de leitura, pesquisa e apropriação da cidade. Com Coletivo Flanantes.

Até 29/3. Terça a sexta, 10h às 19h. Sábados e domingos, 10h às 18h.

Todas as idades. GRÁTIS.

Ateliê de Xilogravura

OFICINA Introdução à gravura em relevo com matriz em MDF. Com Carlos Alberto Dias e Victória Antonoff.

De 4 a 25/3. Quartas, 14h30 às 17h30. A partir de 16 anos. Senhas 15 min. antes. GRÁTIS.

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO**A Fotografia e o Corpo: do Corpo Disciplinado ao Corpo Insurgente**

OFICINA Análise das representações fotográficas do corpo e suas relações com identidade, gênero, sexualidade, poder e política. Com Claudia Guimarães.

De 11 a 20/3. Quartas e sextas, 19h às 21h30. A partir de 18 anos.

Inscrições on-line.

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18



Meu Bairro de Madeira
Santana – De 21 a 29/3

Introdução à Museologia Social e Comunitária

curso Fundamentos da museologia social, museus comunitários e ecomuseus, discutindo relações entre museus e território, com visita ao Museu Comunitário do Jardim Vermelho. Com Suzy Santos.

De 25/3 a 8/4. Quartas, 19h às 21h30. Dia 10/4. Sexta, 15h às 17h30. A partir de 18 anos. Inscrições on-line.

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

CONSOLAÇÃO

Linha de Transmissão – Bookscapes

PERFORMANCE Cinema ao vivo articula desenho, objetos, som e projeções,

combinando processos artesanais e tecnológicos. Com Edith Derdyk, Rodrigo Gontijo e Dudu Tsuda.
Dia 7/3. Sábado, 19h30 às 20h. A partir de 16 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

INTERLAGOS

Amor CorreSPondido – Escrita De Cartas

VIVÊNCIA Escrita e envio de cartas em interação com o território, explorando a ideia de amor correspondido e o gesto de confiar afetos ao correio. Com Adelaide Estorvo, Ananda Giuliani, Camila Ribeiro e Carmen Garcia.

Dia 8/3. Domingo, 10h às 14h. Todas as idades. GRÁTIS.

Tecnologias Feministas: Artes, Saberes e Mulheres Plurais

BATE-PAPO Encontro de lançamento e reflexão sobre a publicação digital desenvolvida a partir do curso homônimo e das ações educativas da exposição “NÓS – Arte & Ciência por Mulheres”. Com Lina Moreira, Antônia Moreira, Yas Navarro Canabrava e Cristiane B. Futagawa [Sushi].

Dia 8/3. Domingo, 14h às 16h. Todas as idades. GRÁTIS.
Acessibilidade: 🦿 Libras.

IPIRANGA

Lettering Livre: Explorando Técnicas, Estilos e Processos Criativos

CURSO Referências da caligrafia e do lettering para experimentação de técnicas, estilos e materiais. Com Jady Salvatico.
Dia 6 a 27/3. Sextas, 15h às 18h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 25/2 (Credencial Plena) e 27/2 (público em geral).
▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

Entre Letras e Gestos: o Corpo que Respira Fora do Alfabeto

PERFORMANCE A escrita emerge do corpo e da escuta sensível, em diálogo com a caligrafia japonesa e uma experiência intuitiva latino-brasileira. Com Catarina Gushiken.
Dia 21/3. Sábado, 16h às 17h. Todas as idades. GRÁTIS.

ead.sesc.digital

A plataforma de cursos de educação a distância do Sesc São Paulo oferece ao público cursos livres e gratuitos sobre quadrinhos, música, arquitetura, envelhecimento, sustentabilidade, alimentação e muito mais. Disponível em sescsp.org.br/ead

ITAQUERA

Mostra de Mulheres Indígenas nas Artes Visuais

FEIRA Obras, oficinas e performances de mulheres indígenas, celebrando ancestralidade, criação e resistência. Com Ste Aymara, Leen Vandal, Aua Mendes, Moara Tupinamba, Cassis Guariniçara e Isa Katupyryb. **Dia 21/3. Sábado, 11h às 16h. Todas as idades. GRÁTIS.**

POMPEIA

Visitas Patrimoniais

VISITA MEDIADA Percurso pelo Sesc Pompeia promove a leitura do espaço a partir de sua história, aspectos construtivos e relevância arquitetônica, com foco na obra de Lina Bo Bardi. Com Maria Eduarda Araújo. **De 4/3 a 28/5. Quartas, 11h às 12h30, 14h às 15h30 e 16h às 17h30. Quintas, 15h às 16h30, 17h às 18h30 e 19h às 20h30. Todas as idades. Ingressos 1h antes. GRÁTIS.**

Lugares da Memória – Visitas Temáticas

VISITA MEDIADA Percurso pelo Sesc Pompeia propõe leituras temáticas sobre memória, cidade e arquitetura, ampliando

o olhar sobre a obra de Lina Bo Bardi a partir de diferentes recortes históricos e sociais. Com Sampa Negra.

De 2 a 29/3. Sábados, 11h às 12h30, 14h às 15h30 e 16h às 17h30. Domingos, 11h às 12h30, 14h às 15h30 e 16h às 17h30. Dia 21/4. Terça, 11h às 12h30, 14h às 15h30 e 16h às 17h30. Todas as idades. Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

SANTANA

Pintura de Retrato em Cerâmica

OFICINA Pintura de peças cerâmicas pré-moldadas, usando a técnica para retratar memórias. Com Babi Lopes e Caluz. **De 1 a 15/3. Sábados e domingos, 15h às 18h. Exceto dias 7 e 8/3. A partir de 14 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.**

Meu Bairro de Madeira

OFICINA Construa seu próprio bairro em miniatura usando madeiras recicladas, tintas e tecidos. Com Manufaturarte. **De 21 a 29/3. Sábados e domingos, 15h às 16h30 e 16h30 às 18h. A partir de 14 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.**

SANTO AMARO

Fabricação de Canetas de Bambu (Bico de Pena) e Desenho

CURSO Introdução técnica e conceitual ao desenho com bico de pena artesanal em bambu. Com André Guiles. **De 1 a 29/3. Domingos, 10h15 às 13h15. A partir de 15 anos. Inscrições on-line a partir de 25/2. GRÁTIS.**

SANTO ANDRÉ

Mediação Cultural “Acervo de Histórias: Fazeres em Movimento”

VISITA MEDIADA Foco em memória, processos criativos e práticas artísticas contemporâneas. Com Camila Alcântara, Renata Saracho, Vitor Furlan Jorge e Vini Souza. **De 5 a 31/3. Terças, 10h às 11h. Quintas, 15h às 16h e 20h às 21h. Todas as idades. Agendamentos on-line. GRÁTIS.**

Colagem Analógica Experimental

OFICINA Colagem como prática criativa e coletiva de experimentação visual. Com Camila Alcântara. **Dia 29/3. Domingo, 14h às 16h. A partir de 12 anos. Inscrições 30 min. antes. GRÁTIS. Acessibilidade:  Libras. AD) Audiodescrição.**

SÃO BENTO

Artesanias em Madeira: Luminária Pet – Turma 1

CURSO Criação de luminárias em madeira a partir de técnicas de corte,



AfroArgentina: Work in Progress Documental
Centro de Pesquisa e Formação – Dia 3

acabamento com cera e noções básicas de elétrica, explorando formas inspiradas em animais. Com Eduardo Paiva.

De 9 a 13/3. Segundas, quartas e sextas, 9h30 às 12h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line até 8/3. GRÁTIS.

Artesanias Em Madeira: Luminária Pet – Turma 2

curso Continuação da proposta de criação de luminárias em madeira, com foco em noções básicas de elétrica. Com Eduardo Paiva.

De 16 a 20/3. Segundas, quartas e sextas, 9h30 às 12h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line de 4 a 15/3. GRÁTIS.

VILA MARIANA

Femenagem a Madrinha Eunice

PERFORMANCE Celebração da trajetória de Madrinha Eunice (1909–1995), pioneira do Carnaval paulista e fundadora da Escola de Samba Lavapés Pirata Negro. Part. Rose Marcondes e Roberta Oliveira.
Dia 15/3. Domingo, 16h às 17h30. Todas as idades. GRÁTIS.

Estamparia Ancestral

CURSO Introdução às expressões gráficas de povos indígenas da América do Sul, articulando história, cosmologias e prática de grafismos ancestrais em diálogo com educadores

indígenas. Com Dayana Molina e Limbert Mamani.
Dias 28 e 29/3. Sábado e domingo, 14h às 17h. A partir de 18 anos. GRÁTIS.

CINEMA

AVENIDA PAULISTA

Imersão em Figurino para Cinema Noir

CURSO Fundamentos teóricos e práticos da criação de figurino no cinema noir, com estudos de referências históricas, silhuetas, paletas e desenvolvimento de moodboards. Com Nina Maria.

De 25/3 a 20/5. Quartas, 19h30 às 21h30. Dia 18/4. Sábado, 10h às 13h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line a partir de 11/3. ▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

AfroArgentina: Work in Progress Documental

BATE-PAPO Exibição comentada de documentário em desenvolvimento sobre mulheres negras, memória afrodescendente e invisibilização racial na Argentina contemporânea. Com Florencia Gomes, Jessica Salinas Lamadrid, Lina Lasso e Naiara Roque Ferreira.

Dia 3/3. Terça, 19h às 21h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

Cine-debate: "À Procura de Martina"

BATE-PAPO Exibição do filme seguida de debate sobre memória, ditadura e direitos humanos. Com Marcia Faria.
Dia 21/3. Sábado, 15h às 18h. A partir de 16 anos.
Inscrições on-line. GRÁTIS.

SANTANA

Na Trilha do Cinema: A Trilha Sonora como Parte da Construção da Narrativa

CURSO Análise de trilha sonora como elemento essencial na narrativa audiovisual, com obras de Tarantino, Almodóvar, Ennio Morricone e John Williams. Com Simone Jablkowicz.
De 4 a 25/3. Quartas, 19h às 21h. A partir de 14 anos.
▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

SANTO AMARO

Akira Kurosawa: Guerras, Espadas e Sonhos

CURSO Panorama cronológico da obra de Akira Kurosawa, com debates e exibição de trechos para discutir estilo, autoria e impacto do cineasta. Com Vanderlei Henrique Mastropaulo.
De 5/3 a 2/4. Quintas, 19h às 21h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line até 19/3. GRÁTIS.

Cinema Para Crianças

OFICINA Noções de linguagem cinematográfica por meio de animação, brinquedos ópticos e criação audiovisual.

Com Matiz Filmes.
De 28/3 a 25/4. Sábados, 15h30 às 17h30. Todas as idades. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

VILA MARIANA

MULHERES NA DIREÇÃO

Exibição de filmes dirigidos por cineastas de diferentes gerações e contextos culturais, evidenciando a potência e a pluralidade do cinema feito por mulheres.

Masterclass – O Desafio de Retratar uma Mulher em Poder

ENCONTRO Apresentação dos bastidores do documentário "House of Hilton", que retrata a trajetória de Erika Hilton. Com Chica Andrade.
Dia 6/3. Sexta, 19h.
Ingressos on-line e presenciais a partir de 5/3. **A16 GRÁTIS.**
Acessibilidade:  Libras.

Entre Elas: Encontros com Mulheres Diretoras

BATE-PAPO Conversas promovem a troca entre mulheres diretoras e realizadoras sobre processos criativos e trajetórias no audiovisual. Com Chica Andrade.
Dias 13 e 20/3. Sextas, 14h. Inscrições on-line. A partir de 16 anos.
▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

CIRCO

CASA VERDE

Palhaçaria: e a Palhaça, o que é?

OFICINA Vivência investiga a palhaçaria feminina nas relações entre corpo, riso e política. Com Jéssica Alves.
Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 10h30 às 12h30. A partir de 16 anos. Senhas 15 min. antes. GRÁTIS.

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Polifonia de Vozes: o Corpo Multidão e os Processos de Criação no Circo

CURSO Discussão sobre processos criativos do circo contemporâneo a partir do espetáculo "Mina – Corpo Multidão" e do legado de Ermínia Silva. Com Giulia Nina, Daniel Carvalho Lopes e convidados.
Dia 7/3. Sábado, 10h30 às 18h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Materialidades Circenses: Cenários Visíveis e Invisíveis nas Artes do Circo

CURSO Reflexão sobre os elementos materiais e imateriais da cena circense e suas relações com espaço, corpo e criação artística. Com Beatriz Evrard.
De 10 a 19/3. Terças e quintas, 11h às 13h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

ITAQUERA

Palhaçaria é Jogo

OFICINA Jogos despertam o corpo cômico, o entrosamento do grupo e a desinibição. Com Circo di Sóladies | Nem Sóladies.
Dias 28/2 e 1/3. Sábado e domingo, 11h às 12h.
Todas as idades. GRÁTIS.

DANÇA

14 BIS

Dança de Salão

VIVÊNCIA Introdução aos fundamentos da dança de salão. Com Hugo Frade.
De 7 a 28/3. Sábados, 17h30 às 18h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

24 DE MAIO

Corpo, Jogo & Jornada

CURSO A partir de procedimentos de improviso, jogos e mapeamento anatômico experiencial, a prática instrumentaliza participantes a habitarem sua autenticidade, seu pulso. Com Rafaela Sahyoun.
De 24 a 27/3. Terça a sexta, 18h às 21h. A partir de 18 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

BELENZINHO

No Ritmo do Afrobeats

OFICINA Vivência corporal a partir do afrobeats e de danças africanas. Com Mary Style.
Até 8/3. Sábados e domingos, 14h às 15h.
Todas as idades. GRÁTIS.

Da Zazueira à Beleza Pura – Ritmos

AULA ABERTA Prática de dança com música brasileira, inspirada em samba e axé. Com Bloco Benjores e Gal Total.
De 7 a 28/3. Sábados, 15h30 às 17h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

CAMPO LIMPO

Ritmo Sertanejo

VIVÊNCIA Prática de dança valoriza sociabilidade, expressão corporal e ritmos do interior. Com Junior Arruda.
De 1/3 a 19/4. Domingos, 10h30 às 12h. A partir de 14 anos. GRÁTIS.

Dança de Salão

OFICINA Forró e sertanejo como prática social e corporal. Com Junior Arruda.
De 5/3 a 29/4. Quartas, 19h às 20h30. A partir de 14 anos. GRÁTIS.

CASA VERDE

Ritmos na Casa Verde: Charme

VIVÊNCIA Aula de dança charme estimula expressão corporal, autoestima e socialização. Com Ascensão Charme.
Dia 7/3. Sábado, 14h às 15h.
Todas as idades. GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

Bachata

AULA ABERTA Dança da República Dominicana marcada por movimentos suaves e ritmo envolvente.

Com Marcelo Rolon.

De 1/3 a 26/4. Domingos, 14h30 às 16h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

Jazz

AULA ABERTA Linguagem afro-diaspórica da dança, marcada por musicalidade, improviso e presença corporal. Com Fla Pê.
De 7 a 28/3. Sábados, 14h30 às 16h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

IPIRANGA

Corpo Em Movimento: Samba Reggae, Afoxé e Ijexá

VIVÊNCIA Imersão musical e corporal nas tradições afro-brasileiras por meio do samba-reggae, afoxé e ijexá. Com Mestre Marlon e Samba de Roda do Recôncavo.
De 7 a 28/3. Sábados, 14h às 15h. Todas as idades. GRÁTIS.

Dance! Danças Regionais Brasileiras

VIVÊNCIA Danças tradicionais celebram identidades regionais e diversidade cultural do Brasil.
Dia 27/3. Sexta, 18h30 às 20h. Todas as idades. GRÁTIS.

SANTANA

Dancehall

AULA ABERTA Oficina prática de dancehall. Com Ng Coquinho.
Dia 29/3. Domingo, 15h às 16h30. Todas as idades. GRÁTIS.



Ritmos na Casa Verde: Charme
Casa Verde – Dia 7

SÃO BENTO

Dança Afro Brasileira

VIVÊNCIA Prática baseada na estética afro-brasileira de matriz baiana, explorando movimentos, simbologias dos orixás e heranças ancestrais. Com Priscila Borges. **De 2 a 30/3. Segundas e quartas, 13h às 14h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

VILA MARIANA

Go Down Moses (1932): The Negro Spirituals (Espirituais Negros)

AULA-ESPETÁCULO Imersão de dança moderna contextualiza a obra de Helen Tamiris e ensina

o solo “Go Down Moses (1932)”. Coreografia de Helen Tamiris por Holly Cavrell. **Dias 20/3. Sexta, 14h às 20h. A partir de 16 anos. Inscrições a partir de 10/3. GRÁTIS.**

ESPORTE E ATIVIDADE FÍSICA

14 BIS

Vinyasa Yoga

VIVÊNCIA Prática dinâmica integra movimento e respiração em sequências fluidas. Com Sarah Araújo. **De 1 a 29/3. Domingos, 10h30 às 11h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

Lian Gong

VIVÊNCIA Repertório de exercícios para mobilidade, flexibilidade, força e estabilidade. Com Geislaine Lucena. **De 7 a 28/3. Sábados, 10h30 às 11h30. A partir de 10 anos. GRÁTIS.**

24 DE MAIO

Yoga Acessível

AULA ABERTA Prática de hatha yoga inclusiva. Com Leandro Pereira. **De 1 a 29/3. Domingos, 11h30 às 12h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.** Acessibilidade: 🦿 Libras.

Perspectivas em Primeira Pessoa

ENCONTRO Roda de conversa sobre vivências, direitos e inclusão com pessoas com deficiência. Com Instituto Inspira.
Dia 28/3. Sábado, 11h30 às 13h. Todas as idades. GRÁTIS.
Acessibilidade:  Libras.

AVENIDA PAULISTA

Ritmos Glamorosos

AULA ABERTA Prática de dança para desenvolver expressão, consciência corporal e socialização.
De 3 a 28/3. Terças e quintas, 12h às 13h. Sábados, 12h às 12h50. A partir de 12 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Treinando com a Atleta – Jiu-jitsu

VIVÊNCIA Aula de jiu-jitsu estimula trocas, inclusão e aprendizado corporal. Com Carina Santi.
De 3 a 31/3. Terças e quintas, 17h às 18h. Todas as idades. GRÁTIS.

BELENZINHO

Aprendendo a Pedalar

VIVÊNCIA Iniciação ao ciclismo, fortalecendo a mobilidade ativa e ampliando o acesso ao aprendizado sobre rodas. Com Equipe Sphawks.
De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 10h às 17h. A partir de 5 anos. GRÁTIS.

BOM RETIRO

Dabke Flux – Dança Árabe

AULA ABERTA Leitura contemporânea do Dabke como fenômeno cultural dinâmico. Com Daniela Signorini Marcilio.
De 3 a 31/3. Terças, 9h30 às 10h30 e 19h às 20h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.



ESPORTE, ATIVIDADE FÍSICA E PISCINAS
Consulte informações sobre cursos permanentes e o acesso às piscinas na seção Esporte, Atividade Física e Piscinas.



Basquete 3x3 Feminino
Campo Limpo – De 3/3 a 28/5

Foto: Zé Barretta

Yoga para Todos

AULA ABERTA Promoção da diversidade e inclusão de diferentes corpos na prática de yoga, com posturas alternativas para que todos possam praticar. **De 7/3 a 25/4. Sábados, 10h30 às 11h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

CAMPO LIMPO

Tênis de Mesa

VIVÊNCIA Jogos, desafios esportivos e empréstimo de raquetes e bolinhas. Com Abajur Eventos. **Até 17/5. Quartas e sextas, 14h15 às 20h30. Domingos, 12h15 às 18h30. Dias 21/4 e 1/5. Feriados, 12h15 às 18h30. A partir de 10 anos. GRÁTIS.**

Basquete 3x3 Feminino

AULA ABERTA Aulas e jogos estimulam o trabalho em equipe e a cidadania. Com Eduarda Cristina. **De 3/3 a 28/5. Terças e quintas, 19h às 20h30. A partir de 12 anos. Senhas no local. GRÁTIS.**

CASA VERDE

CASA ZEN

Vivências corporais voltadas ao bem-estar, equilíbrio e saúde integral. **Domingos, 10h30 às 11h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

Pilates de Solo

AULA ABERTA Prática focada na melhoria de força, alongamento, bem-estar e consciência corporal. **Dias 1, 15 e 29/3.**

Hatha Yoga e Vinyasa Flow

AULA ABERTA Práticas auxiliam no equilíbrio entre o corpo e a mente. **Dia 22/3.**

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Mulheres com Deficiência e os Desafios na Gestão do Esporte

CURSO Os desafios enfrentados por mulheres no paradesporto, explorando interseccionalidade, capacitismo e violências, além de analisar políticas públicas, representatividade na gestão e estratégias de advocacy para transformação. Público: mulheres com deficiência, atletas, gestoras e profissionais do paradesporto. Com Ruth Cidade. **Dias 13 e 14/3. Sexta, 18h30 às 21h30. Sábado, 10h às 17h30. A partir de 18 anos. Inscrições on-line. ▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18** Acessibilidade:  Libras.

CONSOLAÇÃO

Treinando Longas Distâncias

AULA ABERTA Atividade prática para aprimorar técnicas de nado e estimular treinos em longas distâncias. Com educadores(as) do Sesc. **De 7/3 a 25/4. Sábados, 15h30 às 17h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

Hatha Yoga

AULA ABERTA Prática oriental voltada ao autoconhecimento, com técnicas de respiração, posturas, relaxamento e concentração. **De 21/2 a 28/3. Sábados, 10h15 às 11h15. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

INTERLAGOS

Caiaque e Stand up Paddle (SUP)

VIVÊNCIA Práticas aquáticas com noções básicas de equilíbrio, remada e segurança. **De 1 a 29/3. Domingos, 10h às 11h30. A partir de 10 anos. GRÁTIS.**

Trekking

VIVÊNCIA Percurso pelas trilhas do Sesc Interlagos, incluindo a Trilha Billings e trechos desafiadores da unidade. **Dia 22/3. Domingo, 9h30 às 11h30. A partir de 13 anos. GRÁTIS.**

IPIRANGA

Quintal de Jogos

VIVÊNCIA Versões artesanais de jogos clássicos estimulam interação, habilidade e brincadeira compartilhada. **De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 10h às 17h. Todas as idades. GRÁTIS.**

ITAQUERA

Dança de Salão

VIVÊNCIA Experiência em ritmos variados. Com



Marshmallow Battle – Batalha de Dança
24 de Maio – Dia 13

Guilherme Barbosa.

De 4/3 a 26/3. Quartas,
10h30 às 11h30. **Quintas,**
9h30 às 10h30. A partir
de 12 anos. **GRÁTIS.**

No Passo do Samba

VIVÊNCIA Aulas abertas
de samba.

De 7/3 a 11/4. Sábados,
9h30 às 11h30. A partir
de 12 anos. **GRÁTIS.**

PINHEIROS

Conhecendo as Práticas Aquáticas

AULA ABERTA Atividades
individuais e coletivas
para vivência de
diferentes habilidades
aquáticas. Necessário

Credencial Plena e exame
dermatológico válidos.

De 7/3 a 27/6. Sábados,
12h30 às 13h30. A partir
de 12 anos. Senhas 30
min. antes. **GRÁTIS.**

Brincando de Ginástica

VIVÊNCIA Atividades lúdicas
de ginástica artística e
rítmica para crianças.
Dias 14 e 15/3. Sábado e
domingo, 14h30 às 17h. A
partir de 6 anos. GRÁTIS.

POMPEIA

Cross Training

AULA ABERTA Vivência da
modalidade com diferentes
exercícios físicos que
estimulam força, resistência

e coordenação motora.
Com Via Esportiva.
Dias 7 e 14/3. Sábados,
11h30 às 12h30. A partir
de 12 anos. **GRÁTIS.**

Pilates de Solo

AULA ABERTA Prática corporal
utiliza o peso do corpo e
acessórios para fortalecer
a musculatura, ampliar a
flexibilidade, melhorar o
equilíbrio e a postura.
Dia 21/3. Sábado, 11h30
às 12h30. A partir de
12 anos. GRÁTIS.

SANTANA

Maratona de Revezamento Equipado

TORNEIO Vivência
coletiva de natação
em equipes mistas.
Dia 22/3. Domingo,
10h30 às 15h. A partir
de 12 anos. **GRÁTIS.**

SANTO AMARO

Esportes de Tacos e Raquetes

VIVÊNCIA Recreação
esportiva com integração
intergeracional.
Com Atíviva.
De 7 a 29/3. Sábados e
domingos, 15h30 às 18h30.
A partir de 6 anos. GRÁTIS.

SANTO ANDRÉ

Que Esporte é Esse? Pickleball

VIVÊNCIA Introdução ao
pickleball, esporte de
raquetes que mistura
elementos do tênis,

do badminton e do tênis de mesa. Com Ricardo Tonicelo.

De 21 a 29/3. Sábados e domingos, 13h às 17h. Dias 25 e 27/3. Quarta e sexta, 16h30 às 18h30. A partir de 6 anos. GRÁTIS.

SÃO BENTO

Testes Físicos para Corredores

ENCONTRO Atividade aborda avaliação do condicionamento, melhoria de desempenho e prevenção de lesões.

Dia 21/3. Sábado, 9h às 18h. Local: Vale do Anhangabaú. Todas as idades. GRÁTIS.

SÃO CAETANO

Sesc no Parque

VIVÊNCIA Atividades esportivas, recreativas, jogos, brincadeiras, intervenções artísticas, apresentações e oficinas tem como objetivo promover a socialização, o acesso ao lazer, à atividade física e à fruição das artes no ambiente da rua. A ação acontece em um domingo do mês.

Dia 29/3. Domingo, 9h às 13h. Local: Parque Província de Treviso. Todas as idades. GRÁTIS.

VILA MARIANA

A Poética do Corpo Feminino: Consciência e Movimento

AULA ABERTA Prática de consciência corporal

explora a expressão e a potência do movimento do corpo feminino.

Com Milena Cazarotto e Vanessa Rodrigues.

De 6 a 27/3. Sextas, 10h30 às 11h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

Acessibilidade:

 **Legendas ao vivo e adaptações de plano.**

Comunicadoras do Esporte: Comunicação, Narração e Entrevista

CURSO Formação prática em comunicação esportiva com foco em narração, entrevista e atuação em transmissões. Com Milla Garcia e Anderson Cheni.

De 10 a 31/3. Terças e quintas, 19h às 21h30. A partir de 16 anos. Inscrições a partir de 3/3 (Credencial Plena) e 5/3 (público em geral).

JOVENS

24 DE MAIO

Marshmallow Battle: Batalha de Dança

INTERVENÇÃO Atividade especial marca a abertura anual do Programa Juventudes do Sesc 24 de Maio.

Dia 13/3. Sexta, 18h às 19h30. Todas as idades. GRÁTIS.

ConVivências

ENCONTRO Espaços de convívio com jogos coletivos e troca de ideias entre as pessoas jovens.

Dias 14 e 28/2. Sábados, 14h30 às 17h. A partir de 16 anos. Senhas 30min. antes. GRÁTIS.

AVENIDA PAULISTA

Curta, Comente e Compartilhe: “Cores e Botas”, de Juliana Vicente

EXIBIÇÃO Sessão de cineclube com exibição do curta-metragem e debate mediado. Com Cecília Mogadouro.

Dia 11/3. Quarta, 18h às 20h. A partir de 16 anos. Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

Parentalidade e Cuidados na Adolescência

BATE-PAPO Encontro sobre os desafios do cuidado na adolescência e conflitos geracionais. Com Elânia Francisca.

Dia 21/3. Sábado, 10h30 às 13h30. A partir de 29 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Acessibilidade:  **Libras.**

CAMPO LIMPO

A Paixão Segundo G.H. (1964)

AULA ABERTA Encontro debate o romance de Clarice Lispector, obra recorrente em vestibulares. Com Maria Celeste de Souza. Integra o projeto A Quebrada no Vestibular.

Dia 14/3. Sábado, 10h30 às 12h30. A partir de 15 anos. GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

Juventudes – Iniciação ao Teatro

CURSO Práticas de expressão e consciência corporal, jogos

teatrais, improvisações e criação de cenas.

De 3/3 a 30/6. Terças, 15h às 18h30. De 13 a 17 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

LAMA – Jogos de Improvisação Teatral

CURSO Por meio de jogos teatrais, a construção da escuta, da disponibilidade e adaptabilidade são exercitadas. Com Rita Grillo e Eduardo Leite.

De 5/3 a 25/6. Quintas, 15h às 18h30. De 18 a 24 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

SANTO AMARO

Potterários

OFICINA Montagem de terrários temáticos inspirados no universo de Harry Potter. Com Vi Verde Urbana Plantaria Urbana.
Dias 15 e 22/3. Domingos, 11h às 13h. A partir de 7 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Minijardins: Suculentas

OFICINA Atividade prática para criação de arranjos vivos com suculentas. Com Kika Correa.
Dia 29/3. Domingo, 11h às 13h. A partir de 7 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

JUVENTUDES

Programa para adolescentes e jovens de 13 a 29 anos com oficinas, cursos, rodas de conversa, experimentações artísticas e projetos que visam promover a convivência saudável e o respeito à diversidade, onde podem expressar suas ideias, descobrir talentos e construir redes. Em diversas unidades. Saiba mais em sescsp.org.br/juventudes

LITERATURA

14 BIS

Bora Trocar Livros!

FEIRA Banca de troca de livros estimula o intercâmbio e a sensibilização para novas experiências literárias. Com Livraria Miúda.

Dias 28 e 29/3. Sábado, 14h às 17h. Domingo, 14h às 17h. Todas as idades. GRÁTIS.

Clube do Livro: O Invencível Verão de Lílina

BATE-PAPO Encontro de leitura e conversa sobre o livro "O invencível verão de Lílina", de Cristina Rivera Garza, que combina arquivo e luto familiar para relatar a morte da irmã da autora. Mediação: Joselia Aguiar.
Dia 31/3. Terça, 19h30 às 21h. A partir de 14 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

24 DE MAIO

Iara Rennó e Thalma de Freitas leem "Macunaíma", de Mário de Andrade

LEITURA DRAMÁTICA Na piscina da unidade, as artistas leem trechos do livro que narra as aventuras fantásticas de um

anti-herói preguiçoso, sem moral e sem piedade. Integra o projeto Ler à Luz da Lua.

Dia 25/3. Quarta, 20h às 21h. A partir de 14 anos. Ingressos 1h antes. GRÁTIS. Acessibilidade:  **Libras.**

AVENIDA PAULISTA

Tecendo o Sensível

CURSO Técnicas de escrita de ficção a partir da pesquisa etnográfica, observação e escuta do cotidiano. Com Monique Malcher.
De 5 a 26/3. Quintas, 19h30 às 21h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. ▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

Njila – Uma Poética de Resistência

VIVÊNCIA Bate-papo com poesia, música e reflexão sobre escrita feminina, diáspora e identidade africana. Com Mwana Ngola, Rafa Mungongo, Mariana Mendes e Joyce Castro.
Dia 18/3. Quarta, 19h30 às 20h30. A partir de 14 anos. GRÁTIS.

BELENZINHO

Criando Mundos: Construção de Universos em Ficção Especulativa

CURSO Introdução à criação de universos ficcionais em fantasia e ficção científica, com Laura Pohl.
De 25/3 a 15/4. Quartas, 19h às 22h. Inscrições on-line e presenciais a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral). A partir de 16 anos. GRÁTIS.



Minijardins – Suculentas
Santo Amaro – Dia 29

Clube de Leitura

BATE-PAPO Encontros dedicados à leitura e discussão de obras de mulheres contemporâneas. Obra do mês: “Coração Azedo”, de Jenny Zhang. Com Carolina Ferreira.
Dia 28/3. Sábados, 15h às 17h.
A partir de 18 anos. GRÁTIS.

BOM RETIRO

As Travessias do Bom Retiro

BATE-PAPO Encontro de abertura do projeto Travessias Literárias, refletindo sobre literatura, migração, diáspora e deslocamentos contemporâneos. Com Noemi Jaffe. Mediação: Carolina Ferreira.
Dia 7/3. Sábado, 14h às 15h30.
Todas as idades. GRÁTIS.
Acessibilidade: 🐾 Libras

Leitura em Travessia: “Como Tigres na Neve”, de Juhea Kim

ENCONTRO Leitura comentada da obra de Juhea Kim, com análise literária e debate sobre temas da narrativa contemporânea. Com Cacau Ideguchi e Carolina Ferreira.
Dia 25/3. Quarta, 19h às 21h.
Todas as idades. Inscrições on-line de 3 a 25/3. GRÁTIS.

CAMPO LIMPO

Sarau LibertArte

SARAU Atividade poético-musical reúne poemas autorais e cantos africanos para narrar vivências de mulheres negras, imigrantes e egressas do cárcere.
Dia 8/3. Domingo, 17h às 18h. Todas as idades. GRÁTIS.

CARMO

Clube de Leitura: “Diário da Tristeza Comum”, de Mahmud Darwich

ENCONTRO Espaço de leitura e reflexão sobre o livro de ensaios autobiográficos do autor, que revisita suas memórias na Palestina ocupada. Com Maria Carolina Casati.
Dia 16/3. Segunda, 18h às 19h30. A partir de 14 anos. GRÁTIS.

CASA VERDE

Cataversos

INTERVENÇÃO Criações de poetisas brasileiras apresentados de forma lúdica e interativa. Com Cia. A Hora da História.
Dias 21 e 28/3. Sábados, 14h30 às 15h30. Todas as idades. GRÁTIS.

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Os Arquivos da Teoria Crítica

PALESTRA Lançamento e debate do livro “Os Arquivos da Teoria Crítica”, que reflete sobre os acervos dos pensadores da Escola de Frankfurt. Com Marcos Nobre e Taisa Palhares. Mediação: Raphael Concli.
Dia 26/3. Quinta, 19h às 21h. A partir de 18 anos.
Inscrições on-line. GRÁTIS.

Tem Graça, mas é Sério

PALESTRA Debate sobre o papel do humor na difusão social do conhecimento, especialmente o científico, a partir de uma perspectiva histórica e da criação de cartuns em veículos jornalísticos. Com Elias Thomé Saliba, Cynthia Bonacossa, Tiago Marconi. Mediação: Mariluce Moura.
Dia 31/3. Terça, 19h às 21h. A partir de 18 anos.
Inscrições on-line. GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

LivRETA Recebe Marcelo da Silva Antunes

CURSO Exercícios práticos de escrita criativa a partir dos processos da criação literária. Com Marcelo da Silva Antunes.
De 10/3 a 12/5. Terças, 19h às 21h. Exceto dia 21/4. A partir de 16 anos.
Inscrições a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral).
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

LEITURAS CIRCULANTES

Todo mês, um autor ou autora da literatura brasileira circula por unidades do Sesc, compartilhando reflexões sobre produção literária e suas obras mais recentes. Os bate-papos são inspirados por clubes de leitura que acontecem no mês que antecede essas conversas. Em março, Itamar Vieira Jr., autor de “Torto Arado” (2019) e vencedor dos prêmios LeYa, Oceanos, Montluc e Jabuti, conversa com o público sobre sua nova obra, “Coração sem Medo” (Todavia, 2025).

Coração sem Medo

Itamar Vieira Jr., um dos autores mais lidos do país, visita quatro unidades do Sesc São Paulo para falar de sua mais recente produção, que encerra a Trilogia da Terra. Os bate-papos são mediados por Fernanda Cabral (Taubaté), Alex Francisco (Guarulhos), Luciany Aparecida, com pocket show de Leticia Fialho (Pompeia) e Helena Silvestre (Campo Limpo).
Dia 17/3. Terça, 19h30. Local: Sesc Taubaté. Todas as idades. GRÁTIS. Acessibilidade:  Libras.
Dia 18/3. Quarta, 19h30. Local: Sesc Guarulhos. A partir de 16 anos. Ingressos 1 hora antes. GRÁTIS.
Dia 25/3. Quarta, 19h. Local: Sesc Pompeia. Todas as idades. Ingressos 30 min. antes. GRÁTIS.
Dia 26/3. Quinta, 20h. Local: Sesc Campo Limpo. Todas as idades. GRÁTIS.

Em abril, a autora **Aline Bei** conversa com o público de unidades do Sesc sobre seu mais recente livro, “Uma delicada coleção de ausências” (Cia. das Letras, 2025).

Saiba mais sobre o projeto em sescsp.org.br/leiturascirculantes

INTERLAGOS

Projeto Sol.te

CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS
 Cada semana, uma história diferente: “Meninas Maluquinhas” (7/3); “O Coelho Agradável” (14/3); “O Monstro da Solidão” (21/3) e “Zoic e o Destino do Planeta” (28/3). Com Projeto Sol.te.
De 7 a 28/3. Sábados, 14h às 15h. Todas as idades. GRÁTIS.

ITAQUERA

Pé de Histórias

MEDIAÇÃO DE LEITURA Prática sensorial transforma a narrativa em experiência imersiva por meio de sons, aromas e brincadeiras. Com Cia. Volta e Meia.
Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 11h às 15h. A partir de 3 anos. GRÁTIS.



Itamar Vieira Jr.
Leituras Circulantes – De 17 a 26/3

Poeira das Estrelas

APRESENTAÇÃO Espetáculo literário-teatral aborda inclusão e diversidade a partir da jornada de um menino que descobre a potência da diferença. Com Cia. Asfalto da Poesia. Dia 15/3. Domingo, 15h às 16h. **AL GRÁTIS.**

PINHEIROS

Escrita Ancestral: Tecendo Palavras com os Quatro Elementos
CURSO Criação literária inspirada nos elementos da natureza e em saberes

afro-brasileiros e indígenas. Com Elizandra Souza. De 4/3 a 1/4. Quartas, 19h30 às 21h30. A partir de 14 anos. Inscrições on-line. ▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Lendo a América Latina: “A Puta e o Furão”, de Martha Luísa Hernández Cadenas

ENCONTRO Leitura e debate de obra que aborda corpo, erotismo e vigilância na Cuba contemporânea. Com Vinicius Barbosa. Dia 19/3. Quinta, 19h30 às 21h30. A partir de 14 anos. Inscrições on-line. **GRÁTIS.**

POMPEIA

Livro “São Paulo Negra” e Caminhada Negra sobre Tebas

BATE-PAPO Apresentação e debate do livro “São Paulo Negra”, que reúne narrativas do Guia Negro desde 2018, ampliando leituras sobre a presença negra na história da cidade. A programação inclui caminhada dedicada ao arquiteto Joaquim Pinto de Oliveira (Tebas). Dias 4, 5 e 7/3. Quarta e quinta, 19h30 às 21h. Sábado, 14h às 17h. Todas as idades. **GRÁTIS.**

SANTANA

As Vozes Femininas do Mundo

CONTAÇÃO DE HISTÓRIA Apresenta trajetórias biográficas de mulheres fundamentais como Nise da Silveira e Chiquinha Gonzaga. Com Cia. As Clês. Dias 7, 10 e 19/3. Sábado, 12h às 13h. Terças a quintas, 14h às 15h. A partir de 4 anos. **GRÁTIS.**

Feira de Troca BiblioSesc

VIVÊNCIA Espaço de troca de livros. Com equipe do BiblioSesc. De 11/1 a 23/8. Domingos, 13h30 às 17h30. Todas as idades. **GRÁTIS.**

SANTO AMARO

Papo Entre Livros: bell hooks

BIBLIOTECA Encontro debate a obra de bell hooks, abordando

raça, classe, gênero e relações de opressão. Com Maria Carolina Casati (Encruzilinhas). **De 4 a 25/3. Quartas, 19h às 21h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

SANTO ANDRÉ

Contos de Kukukaya

PERFORMANCE Com narração e música ao vivo. Com Coletivo Festerê.

Dias 7 e 21/3. Sábados, 16h às 17h. Todas as idades. GRÁTIS.

A Palavra como Matéria

BATE-PAPO Debate sobre a palavra como elemento visual na literatura, no design e nas artes. Com Gráfica Experimental. Atividade marca a abertura do projeto O Corpo da Palavra.

Dia 11/3. Quarta, 19h às 21h. Todas as idades. GRÁTIS.

Acessibilidade:  Libras. AD) Audiodescrição.

SÃO CAETANO

As Moiras

ESPETÁCULO Três irmãs desafiam o destino ao contar histórias com a ajuda da plateia, entre bordados, cores e invenção. Com Cia. Blimunda.

Dia 13/3. Sexta, 20h às 21h. Ingressos 1h antes. A12 GRÁTIS.

Ficção Científica: Escrever Futuros Possíveis

CURSO Introdução ao gênero, técnicas narrativas e escrita de histórias para pensar futuros a partir do presente.

Com Stella D'Avansso.

De 14/3 a 11/4. Sábados, 11h às 13h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

VILA MARIANA

A Prática da Poesia

CURSO Experimentos de escuta, leitura e escrita para aprofundar a relação com a linguagem poética. Com Angélica Freitas.

De 27/3 a 24/4. Sextas, 10h30 às 12h30. Exceto dia 3/4. A partir de 16 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 18/3, 14h.

▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

Ler é Libertar-se: a Importância da Literatura no Cárcere

SARAU Roda de conversa sobre leitura como ferramenta de transformação individual e social dentro e fora do cárcere. Com Cissa Lourenço, Gih Trajano, Mirian Cambolo e Thata Oliveiros.

Dia 22/3. Domingo, 15h às 16h30. Todas as idades. GRÁTIS.

MEIO AMBIENTE

14 BIS

Vem Fazer a Feira! Agroecologia Hoje para Garantir o Amanhã

FEIRA Comercialização de alimentos, ervas, artesanatos e produtos agroecológicos.

De 1/3 a 26/4. Domingos, 11h às 15h. Dia 21/4. Terça, 11h às 15h. Todas as idades. GRÁTIS.

Na Feira Também Tem! Música e o Trabalho na Terra

VIVÊNCIA Atividades musicais com artistas que trabalham na terra e utilizam a música como forma de ressignificar o trabalho, fortalecer vínculos e imaginar futuros mais justos.

Dias 1 e 22/3, 12, 19 e 26/4. Domingos, 13h30 às 14h30. Todas as idades. GRÁTIS.

24 DE MAIO

Entre Rios

DEBATE Exibição do documentário "Entre Rios", seguida de conversa sobre a história de São Paulo a partir de seus rios. Com Caio Silva Ferraz e Rafael Funari. Integra o projeto Eco Sistemico.

Dia 18/3. Quarta, 18h30 às 20h. Todas as idades. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Acessibilidade:  Libras.

Água Doce

ESPETÁCULO Inspirada na cultura popular, peça aborda a relação entre seres humanos, rios e águas brasileiras. Com Cia. da Tribo. Integra o projeto Eco Sistemico.

Dias 21 e 22/3. Sábado e domingo, 16h às 17h. A1 GRÁTIS.

AVENIDA PAULISTA

Painel em Macramê

OFICINA Vivência de macramê para criação de um painel decorativo em bambu. Com Jéssica Rampim.

De 5/3 a 16/4. Quintas, 10h30 às 12h30. A partir de 14 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Minimutirão Preparar Plantar e Colher

VIVÊNCIA Atividade prática de manuseio da terra, plantio e colheita de espécies na horta da unidade. Com Arboreser.

Dia 10/3. Terça, 14h às 18h.
Todas as idades. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

BELENZINHO

Feira de Troca de Mudanças e Sementes em Roda

VIVÊNCIA Troca de mudas e sementes com rodas de conversa sobre cultivo agroecológico e preservação da agrobiodiversidade.

Com 2 Rios Agroflorestas.
Dias 14 e 15/3. Sábado e domingo, 11h às 14h.
Todas as idades. GRÁTIS.

Sementes e Mudanças: Guardiãs da Biodiversidade

BATE-PAPO Conversa sobre resgate e multiplicação de sementes ancestrais, biodiversidade e sistemas alimentares sustentáveis. Com 2 Rios Agroflorestas.
Dias 14 e 15/3. Sábado e domingo, 13h às 14h.
Todas as idades. GRÁTIS.

CAMPO LIMPO

Reconhecendo Ervas Medicinais e Seus Usos no Dia a Dia

OFICINA Vivência sobre reconhecimento de ervas medicinais, seus usos tradicionais, preparo e cuidados no autocuidado cotidiano. Com Maria Clara

Scobar e Raphael Martins.
De 1 a 29/3. Domingos, 11h às 13h. Todas as idades. GRÁTIS.

Vamos Fazer Feira?

FEIRA Alimentos orgânicos e agroecológicos da Zona Sul.
Dia 15/3. Domingo, 10h30 às 16h. Todas as idades. GRÁTIS.

CASA VERDE

Florescer o Tempo: Plantio de Flores Funcionais e Reconexão com a Terra

OFICINA Prática de plantio coletivo com princípios da agroecologia, focada em flores funcionais e cuidado com o solo. Com ArboreSer.
Dias 8 e 15/3. Domingos, 11h às 13h. A partir de 15 anos.
Senhas 15 min. antes. GRÁTIS.



As Moiras
São Caetano – Dia 13



Iniciação às Práticas Herbalistas
Interlagos – De 14/3 a 4/4

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Permacultura na Cidade: Módulo 2, Águas

CURSO Formação em permacultura urbana com foco no manejo integrado das águas, incluindo visita monitorada ao Parque da Joia, captação de água da chuva e manejo de jardim de chuva. Com Vini de Souza e Marcio Lozano. **Dias 25, 26 e 18/3. Quarta e quinta, 19h às 21h30. Sábado, 8h30 às 17h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.**
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

CONSOLAÇÃO

Introdução à Permacultura Urbana

CURSO Introdução aos princípios da permacultura e suas aplicações na regeneração de áreas urbanas e no cotidiano. Com Permacultores Urbanos. **Dias 10 e 17/3. Terças, 19h às 21h30. Dias 14 e 21/3. Sábados, 10h às 16h. A partir de 14 anos. Inscrições a partir de 3/3, às 14h.**
▲ R\$24 ■ R\$12 ● R\$10

INTERLAGOS

Adote uma Árvore: Árvores de Brincar

BATE-PAPO Conversa sobre as “árvores de brincar” como espaços de imaginação, vínculo e aprendizado a partir do contato com a natureza. **Dia 1/3. Domingo, 14h às 16h. A partir de 12 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.**

Iniciação às Práticas Herbalistas

CURSO Introdução às práticas herbalistas a partir do cultivo e uso de plantas medicinais e produtos naturais. Com

CENTRO DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL

Espaço para reflexões sobre questões socioambientais. Recursos audiovisuais e materiais pedagógicos convidam a experiências de integração com o meio, responsabilidade e respeito às formas de vida. Nas unidades Bertiooga, Guarulhos e Mogi das Cruzes.

Mandrágoras da Terra.
De 14/3 a 4/4. Sábados, 10h às 14h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line a partir de 4/3. GRÁTIS.

UPIRANGA

Que Cidreira é Essa?

OFICINA Saberes tradicionais sobre ervas cidreiras, cultivo e preparo. Com Loba Soares.
Dia 11/3. Quarta, 18h30 às 20h. A partir de 16 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Anfíbios do Ipiranga

VIVÊNCIA Introdução aos anfíbios anuros e à biodiversidade local, com escuta de sons e observação.
Dia 20/3. Sexta, 18h30 às 20h30. A partir de 14 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

ITAQUERA

Ciclos: O Tempo Feminino da Agroecologia – 10 anos

FEIRA Atividade agroecológica celebra o protagonismo feminino na produção sustentável. Com Rappa (Rede de Agricultoras Paulistas Periféricas Agroecológicas),

Canto de Cabocla, Ciranda (Feira Popular de Mulheres), Coletivo das Marias, Horta do Luiggi, Academia Carolinas e Coletivo M.A.N.A.S (Mães Artistas na Sagacidade).
Dias 28 e 29/3. Sábado e domingo, 10h às 16h. Todas as idades. GRÁTIS.

Feminismos e Agroecologia

ENCONTRO Bate-papo sobre o papel das mulheres na agroecologia, sustentabilidade e soberania alimentar. Com Rappa, Rama (Rede de Apoio a Mulheres Agroflorestoras) e Ciranda.
Dia 28/3. Sábado, 14h às 16h. A partir de 7 anos. GRÁTIS.

PINHEIROS

Aromas no Jardim

VIVÊNCIA Convite para conhecer aromas e inventar brincadeiras a partir da relação com a natureza.
Dia 1/3. Domingo, 15h às 16h30. Até 6 anos. GRÁTIS.

SANTANA

Agricultura Periurbana e Alimentação Saudável

BATE-PAPO Discute práticas agrícolas sustentáveis e

segurança alimentar na produção local. Com Horta Pro Nobis e Prato Verde.

Dia 15/3. Domingo, 13h às 14h. Todas as idades. GRÁTIS.

Agricultura Urbana e o Protagonismo das Periferias

BATE-PAPO Aborda a agricultura urbana como forma de cidadania e apropriação do espaço nas periferias. Com Vilma Martins, Cristiane Valdemarin e Rafa Cristiano.
Dia 28/3. Sábado, 16h às 17h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

SANTO AMARO

Quadro de Plantas Naturais

OFICINA Criação de quadros vivos com suculentas e plantas aéreas. Com Estúdio Enquadro Ecoarte.
Dias 1 e 8/3. Domingos, 11h às 13h30. A partir de 16 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Alimentos Orgânicos e Agroecológicos

FEIRA Barracas de produtores do extremo sul de São Paulo, com alimentos orgânicos, frescos e sazonais, além de vivências sobre os processos de produção agroecológica. Com produtores da zona sul de São Paulo.
Dias 5, 11, 19 e 25/3. Quartas, 11h às 16h30. Quintas, 11h às 16h30. A partir de 2 anos. GRÁTIS.

SANTO ANDRÉ

Introdução ao Meliponário

CURSO Introdução à biologia das abelhas nativas sem ferrão, com noções de manejo urbano, caixas, legislação e manutenção. Com Abelhas do Brasil / Sítio São João.

Dias 28/2 e 1/3. Sábado e domingo, 10h30 às 13h. Todas as idades. GRÁTIS.

Mutirão no Jardim

VIVÊNCIA Cuidado com os espaços verdes, envolvendo preparo do solo, plantio, manejo e colheita em ambiente urbano. Com Notas de Uma Busca.

Dias 22 e 26/3. Domingo, 10h30 às 12h30. Quinta, 15h às 17h. A partir de 7 anos. GRÁTIS.

VILA MARIANA

Mutirão de Cuidados no Quintal Secreto

MUTIRÃO Encontro coletivo para manejo do Quintal Secreto a partir de práticas afroecológicas e fundamentos da agroecologia urbana. Com Alex Magri.

De 4/3 a 20/5. Quartas, 14h às 18h. Dia 8/4. Quarta, 10h30 às 15h30. A partir de 5 anos. GRÁTIS.

Oriri Erê: Brincadeiras e Cores da Ancestralidade no Quintal Secreto

VIVÊNCIA Espaço sensorial para crianças integra corpo, natureza e ancestralidade por meio de brincadeiras e materiais naturais.

Até 29/3. Domingos, 11h às 13h. Até 6 anos. GRÁTIS.

MÚSICA

24 DE MAIO

Por Dentro do Movimento: Uma Imersão na História das Mulheres no Hip-Hop

CURSO Estudo teórico-prático sobre a história do hip-hop a partir das mulheres.

De 10 a 12/3. Terça a quinta, 18h às 21h.

Inscrições a partir de 4/3.  GRÁTIS.

Viva Doroty Marques! A Educação Pela Viola

DEBATE Encontro celebra a trajetória de Doroty Marques na música e na arte-educação. Com Alda Marco Antonio, Jefferson Passos e Letícia Bertelli.

Mediação: Bárbara Esmeria. Integra o projeto Viva Viola! 80 Anos de Doroty Marques.

Dia 28/3. Sábado, 17h às 18h30. Todas as idades. GRÁTIS.

Acessibilidade:  Libras.

BELENZINHO

VERSO LIVRE

Programação reúne diferentes gêneros musicais e formatos plurais em transversalidade com a literatura.

Todas as idades. GRÁTIS.

Palavras em Transe

BATE-PAPO Encontro entre música e literatura. Com Marcelo Rubens Paiva, Linn da Quebrada

e Buhr. Mediação: Roberta Martinelli.
Dia 5/3. Quinta, 19h às 22h.

Olhares Literários: MV Bill

BATE-PAPO Conversa com MV Bill sobre música, literatura e trajetória artística. Mediação: Renan Inquérito.

Dia 14/3. Sábado, 15h às 17h.

CAMPO LIMPO

Tambor de Crioula: Dança, Toques e Cantoria

OFICINA Atividade educativa com a comunidade de Juçaral dos Pretos.

Dia 15/3. Domingo, 14h30 às 16h30. Todas as idades. Inscrições no local. GRÁTIS.

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

EM PRIMEIRA PESSOA

Bate-papos com artistas e gestores sobre suas trajetórias profissionais.
19h30 às 21h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

Luiz Caldas

PALESTRA Bate-papo em que Luiz Caldas revisita sua trajetória, os 40 anos do Axé Music e os bastidores do disco "Magia" (1985), marco do gênero.
Dia 4/3. Quarta.

MV Bill

PALESTRA Conversa sobre a trajetória de MV Bill na música, literatura,

**MV Bill**

Centro de Pesquisa e Formação – Dia 12
Belenzinho – Dia 14

cinema e ativismo, incluindo o documentário “Falcão – Meninos do Tráfico”. Com MV Bill. Dia 12/3. Quinta.

CONSOLAÇÃO

Pífano Brasileiro

curso História, confecção e prática do pífano brasileiro.

Com Alexandre Rodrigues. De 18/3 a 24/6. Quartas, 19h às 21h. A partir de 13 anos. Inscrições a partir de 3/3, às 14h (credencial plena) e 4/3, às 14h (público em geral). ▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Os Fios da Trama: Grandes Temas da Música Popular Tradicional Brasileira

CURSO Apresenta temas centrais da música popular tradicional brasileira com apoio audiovisual. Com Paulo Dias.

De 25/3 a 10/6. Quartas, 19h às 21h30. A partir de 13 anos. Inscrições a partir de 17/3, às 14h (credencial plena) e 18/3, às 14h (público em geral). ▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

INTERLAGOS

Produção Musical

CURSO Introdução às práticas de criação musical com beats, melodias e sintetizadores virtuais, abordando edição de áudio, loops e samples. Com Pedra Branca.

De 7 a 28/3. Sábados, 14h às 17h. A partir de 15 anos. Inscrições online a partir de 1/3. ▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

IPIRANGA

Vamos Conversar Sobre Música: Capas de Disco e Arte Política Negra

AULA-ESPETÁCULO

Arte política negra, afrofuturismo e música, com conversa e pocket show. Com Mayara Lacerda e Senzala Hi-Tech. Dia 28/3. Sábado, 16h às 17h. **AL** GRÁTIS.

POMPEIA**Construção de Berimbau: Gunga É Meu**

CURSO Vivência prática e oral sobre a feitura do berimbau e os fundamentos da Capoeira Angola.

Com Mestre Topete.

De 11/3 a 1/4. Quartas, 19h às 22h. A partir de 12 anos. Inscrições on-line de até 10/3.

▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

No Gogó – Samba no Deck com Resenha de Crioulas

APRESENTAÇÃO Roda de samba tradicional, sem microfones, resgata as origens do gênero a partir de um repertório feminino.

Dia 28/3. Sábado, 16h às 18h. Todas as idades. GRÁTIS.

SANTO ANDRÉ**Ritmos Cromáticos: Música Visual**

OFICINA Vivência traduz sons e ritmos em pinturas e composições visuais. Com Rhay.

Dia 19/3. Quinta, 19h às 21h. A partir de 12 anos.

Inscrições 30 min. antes.

GRÁTIS. Acessibilidade:  Libras.

AD) Audiodescrição.

VILA MARIANA**Como Nasce um Show – Tiganá Santana Revisita sua Obra e Reencontra o Ilê Aiyê**

BATE-PAPO Encontro sobre os processos criativos e técnicos do espetáculo de Tiganá Santana. Com

Tiganá Santana, André Magalhães e Mário Pam. Mediação de Adriana Couto.

Dia 1/3. Domingo, 15h às 16h. A partir de 12 anos.

Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

SAÚDE**AVENIDA PAULISTA****Conversas Públicas no Bulevar: O que é Saúde Mental?**

VIVÊNCIA Troca de experiências e construção coletiva de sentidos sobre saúde mental e cuidado comunitário. Com Coletivo Margens Clínicas.

Dia 28/3. Sábado, 11h às 13h. Todas as idades. GRÁTIS.

BELENZINHO**Vinyasa Flow com Finalização Meditativa**

VIVÊNCIA Prática combina sequências fluidas de vinyasa flow com meditação. Com Laura Mellim.

De 1 a 29/3. Domingos, 11h às 12h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

CAMPO LIMPO**Yoga**

AULA ABERTA Prática de yoga com posturas, respiração e relaxamento. Com Rafael Santana.

De 7 a 28/3. Sábados, 10h15 às 12h. A partir de 12 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

CASA VERDE**Lian Gong**

AULA ABERTA Prática corporal chinesa voltada à saúde, equilíbrio e prevenção de dores. Integra o projeto Casa Zen.

Dia 8/3. Domingo, 10h30 às 11h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO**Cosméticos e Ginecologia Natural Para Mulheres no Climatério**

CURSO Abordagem prática e integrada sobre cuidados com o corpo feminino no climatério, entendendo o período como transição natural dos ritmos do corpo. Com Suzana da Costa Longo e Ma Devi Murti.

Dias 13 e 14/3. Sexta e sábado, 11h às 18h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.

▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

Corpos que Comunicam

CURSO Prática para aprimorar a comunicação não verbal por meio de exercícios de expressão corporal, postura e escuta ativa.

Com Marcia Matias Elme.

Dia 14/3. Sábado, 10h30 às 13h. A partir de 16 anos.

Inscrições on-line.

▲ R\$35 ■ R\$17,50 ● R\$10,50

PINHEIROS**Corpo-eu Corpo-nós: Sexualidade, Relações e Cuidados**

ENCONTRO As ações dialogam sobre sexualidade,



Yoga

Santo Amaro – De 1 a 29/3
Campo Limpo – De 7 a 24/3

corporalidades e cuidados a partir de práticas acessíveis e conversas mediadas. Com Marisa Dantas e Jan Billand. **De 4/3 a 29/4. Quartas, 10h30 às 12h. Inscrições on-line. GRÁTIS.**

SANTANA

Yoga Restaurativo com Sound Healing

AULA ABERTA Combina yoga restaurativa com vibrações terapêuticas do som de cristais para uma experiência de relaxamento e bem-estar. Com Pollyana Grotti. **De 1 a 29/3. Domingos, 10h30 às 11h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

SANTO AMARO

Yoga

AULA ABERTA Prática de hatha yoga. Com

educadores(as) do Sesc. **De 1 a 29/3. Sábados e domingos, 11h30 às 12h30. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

SANTO ANDRÉ

Saúde Mental e Periferias ABCDMRR

BATE-PAPO Encontros com profissionais da saúde mental para debater desafios, estratégias e saberes do cuidado nas periferias do ABCDMRR. Com Ju Dendê, Daniel de Souza e Iara Rodrigues Santos (7/3), Deivison Faustino, Daniel de Souza e Iara Rodrigues Santos (14/3), Maria Lucia da Silva, Daniel de Souza e Iara Rodrigues Santos (21/3), Jean Fernando dos Santos, Daniel de Souza e Iara Rodrigues Santos (28/3). **De 7 a 28/3. Sábados, 10h30 às 12h30. A partir de 18 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.**

Rodas de Trocas e Saberes Sobre Gestação e Puerpério

BATE-PAPO Rodas de escuta e troca sobre gestação, parto e pós-parto, voltadas a famílias gestantes ou puérperas usuárias do suS no território do ABCDMRR. Com Coletiva Raízes do Parto. **Dia 16/3. Segunda, 14h às 17h. A partir de 16 anos. GRÁTIS.**

SÃO BENTO

Breathwork

VIVÊNCIA Prática de respiração funcional voltada ao foco, equilíbrio emocional e recuperação fisiológica. Com Pollyanna Grotti. **De 3 a 31/3. Terças e quintas, 13h às 14h. Exceto dia 12/3. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**



**Expansão Medea – O Tempo no Palco:
Mulheres, Teatro e Envelhecimento**
Consolação – Dia 7

SÃO CAETANO

Yoga no Parque

AULA ABERTA Prática de yoga ao ar livre para respirar, alongar e cultivar presença. De 7/3 a 28/3. Sábados, 9h às 9h50. Local: Espaço Verde Chico Mendes. A partir de 12 anos. GRÁTIS.

Saúde Mental e Atividade Física

BATE-PAPO Conversa sobre bem-estar emocional, ansiedade e a relação entre

prática corporal e saúde mental. Com Luiz Praxedes e Greice Fernandes.

Dia 11/3. Quarta, 19h às 20h. A partir de 18 anos. GRÁTIS.

VILA MARIANA

Saúde da Mulher: Qi Gong e Menopausa

CURSO Prática de Qi Gong voltada ao cuidado integral durante a menopausa, integrando movimento, respiração e atenção

corporal. Com Josy Arakawa. De 3 a 31/3. Terças e quintas, 7h30 às 8h20. A partir de 12 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

Acessibilidade:
LSE Legendas ao vivo.

Remédio: Não Usou, Descartou!

ENCONTRO Evento de lançamento da campanha que alerta sobre os riscos do descarte inadequado de medicamentos e promove práticas responsáveis.

Dia 19/3. Quinta, 19h às 20h30. A partir de 16 anos. Ingressos 1h antes. GRÁTIS. Acessibilidade: 🦿 Libras.

TEATRO

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

Pedagogias da Ação: Tradição Artístico-Pedagógica do Teatro Russo

CURSO Imersão na tradição do teatro russo, com foco na ação como fundamento da criação cênica e no Sistema de Stanislávski. Com Viviane Dias.

Dias 10 e 11/3. Terça e quarta, 19h às 21h. A partir de 18 anos. Inscrições on-line. ▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

CONSOLAÇÃO

Expansão Medea – O Tempo no Palco: Mulheres, Teatro e Envelhecimento

BATE-PAPO Encontro entre as atrizes que interpretam Medea (Walderez de Barros,

Rosana Stavits e Mariana Muniz e Georgette Fadel aborda o envelhecimento da mulher atuante em cena no Brasil e suas percepções sobre a personagem.

Dia 7/3. Sábado,
14h30 às 16h. **A14**

Abertura Residência Gota D'Água

DEMONSTRAÇÃO

Compartilhamento com o público do processo criativo desenvolvido na residência artística.

De 31/3 a 2/4. Terça a quinta,
19h às 21h. A partir de 16 anos.
Ingressos 1h antes. **GRÁTIS.**

ITAQUERA

Primeiro-ato: Iniciação ao Teatro de Rua

curso Introdução teórica e prática aos fundamentos do teatro de rua, explorando a linguagem a partir da festividade, da comunidade e da representatividade. Integra o projeto Primeiro Ato. Com Trupe em Trânsito.
De 5 a 26/3. Quintas, 14h às 17h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

SÃO BENTO

Teatro de Rua: Corpo Urbano e a Cidade em Cena

curso Compartilhamento de técnicas e processos criativos do teatro de rua, criação e apresentação de um exercício cênico coletivo. Com Brava Companhia.
De 16/3 a 6/4. Segundas, 17h30 às 20h. A partir de 16 anos. Inscrições até 13/3. GRÁTIS.

TECNOLOGIAS E ARTES

24 DE MAIO

Introdução à Serigrafia

CURSO Criação de matrizes e impressão em papel e tecido. Com Thayná Miguel.
De 11 a 27/3. Quartas e sextas, 10h às 13h. A partir de 16 anos. Inscrições a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral).
▲ R\$24 ■ R\$12 ● R\$7

Corpo & Costura – Modelagem de Corset

CURSO Introdução prática à modelagem e costura de corset. Com Nilo Mendes Cavalcanti.
De 11/3 a 29/4. Quartas, 14h às 16h. A partir de 16 anos. Inscrições a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral).
▲ R\$24 ■ R\$12 ● R\$7

AVENIDA PAULISTA

Stencil no Cáucaso: Arte Armênia e Grafismos

CURSO Introdução à criação de estênceis a partir de grafismos da cultura armênia. Com Aram Poladian.
De 8 a 29/3. Domingos, 10h30 às 13h. A partir de 14 anos. Inscrições on-line até 5/3.
▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

Cartografias da Diáspora Asiática: Arte, Política e Memória no Brasil

CURSO Trajetórias e produções artísticas da diáspora asiática no Brasil,

com abordagem histórica e cultural. Com Alex Tso.

De 10 a 31/3. Terças, 19h30 às 21h30. A partir de 14 anos. Inscrições on-line até 6/3.
▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

BELENZINHO

Marcenaria para Mulheres

CURSO Criação de peça utilitária, promovendo autonomia, técnica e apropriação do fazer manual. Com Ana Oliveira.
De 11/3 a 1/4. Quartas e sextas, 15h30 às 18h. A partir de 18 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral). GRÁTIS.

Digital sem Medo: Inteligência Artificial no Dia a Dia

CURSO Uso prático e ético da inteligência artificial como ferramenta de produtividade e criatividade. Com Wellington Jorge.
De 25/3 a 15/4. Quartas, 19h às 22h. A partir de 14 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral).
▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

BOM RETIRO

CRIA – Ateliê Para Criações: Cabimentos

ATELIÊ Ateliê artístico coletivo propõe diálogo com obras e artistas e estimula pintura, colagem, construção, desenho e experimentação. Nesta edição, inspiração na obra "Muitos Nomes",



Construção de Objetos Sonoros
Carmo – De 2 a 30/3

de Sallisa Rosa.

De 1/3 a 26/4. Domingos,
13h30 às 15h. **Dia 21/4.**
Terça, 13h30 às 15h.
Até 12 anos. GRÁTIS.

Lambe-Lambe

OFICINA Confeção de
lambe-lambes relacionados
à temática do evento
“Esportivas: Jogar,
Liderar e Transformar”.
Com Marina Cruz.
Dia 29/3. Domingo,
11h às 17h. **Todas as**
idades. GRÁTIS.

CARMO

Construção de Objetos Sonoros

ATELIÊ Criação de objetos
sonoros por meio
de técnicas mistas e
experimentação musical.

Com Jerona Ruyce.

De 2 a 30/3. Segundas,
16h às 18h30. **A partir**
de 16 anos. Senhas 30
min. antes. GRÁTIS.

Bordado em Fotos

CURSO União de bordado e
fotografia, transformando
imagens impressas em
tecido por meio de pontos,
cores e texturas que
dialogam com memória e
afeto. Com Carminha de
Souza e Danilo Medeiros.
De 5 a 26/3. Quintas, 10h
às 12h. A partir de 16 anos.
Inscrições até 5/3. GRÁTIS.

CASA VERDE

ENTRE NÓS

Oficinas e aulas abertas
promovem a prática

de técnicas têxteis.

Senhas 15 min.
antes. GRÁTIS.

Macramê

OFICINA Introdução ao
macramê por meio da
criação prática de peças e
aprendizado progressivo
de nós e técnicas.
Com Melissa Maia.
De 8 a 29/3. Domingos,
14h30 às 17h30. **A**
partir de 16 anos.

Assemblagem Têxtil

OFICINA Experimentações
com colagem, tecidos,
costura e bordado
em criações autorais
e coletivas. Com
Raquel Rodrigues.
Dias 21 e 28/3. Sábados,
10h30 às 13h30 e 14h30 às
17h30. **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, vivências, aulas abertas e residências. Com uma equipe educativa e diversos instrumentos e ferramentas, nos ETAs é possível experimentar atividades relacionadas à cultura e à arte com suporte de tecnologias ancestrais, digitais, analógicas e sociais. Em diversas unidades. @ /etasescsp

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO

IA, Sociedade e Subjetividade: As Big Techs e o Colonialismo Digital

CURSO Análise crítica da inteligência artificial, big data e racismo algorítmico, discutindo colonialismo digital e acumulação de dados. Com Deivison Faustino. De 18 a 20/3. Quarta a sexta, 19h às 21h30. A partir de 12 anos. Inscrições on-line. ▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

CONSOLAÇÃO

Iemanjá, Rainha do Mar: Bordado e Aquarela

CURSO Criação de obra em aquarela e bordado inspirada em Iemanjá, celebrando tradição, ancestralidades, cotidianos e coletividade. Com Kevin da Silva. De 14/3 a 11/4. Sábados, 10h30 às 13h30. A partir de 16 anos. Inscrições de 4 a 13/3. ▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Linhas e Linhagens: Investigações Visuais e Processos Criativos

RESIDÊNCIA Imersão em práticas têxteis que articulam memória, ancestralidade, imagem e narrativa em um percurso de criação poética. Com Camila Morita. De 18/3 a 5/6. Quartas e quintas, 14h30 às 17h30. A partir de 18 anos. Inscrições de 4 a 11/3. ▲ R\$70 ■ R\$35 ● R\$21

INTERLAGOS

Inventar Jogos: Design de Jogos de Tabuleiro

CURSO Idealize e crie jogos de tabuleiro autorais, por meio de vivências acessíveis e criativas. Com Pedro Podboy. De 1 a 22/3. Domingos, 10h30 às 13h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. ▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

IPIRANGA

Livro Com Tipos Ilustrados

OFICINA Criação de ilustrações com carimbos tipográficos para a

confeção de um pequeno livro. Com Estúdio Dupla.

De 1 a 29/3. Domingos, 15h às 18h. A partir de 10 anos. Senhas 30 min. Antes. GRÁTIS.

Lombada Aparente: Costura Copta

CURSO Introdução à encadernação copta, com confecção de caderno artesanal de abertura total. Com Diana Lanças. Dias 4 e 11/3. Quartas, 15h às 18h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 25/2 (Credencial Plena) e 27/2 (público em geral). ▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

ITAQUERA

Ateliê Aberto

OFICINA Prática contínua de experimentação artística com mediação dos(as) educadores(as) do Espaço de Tecnologias e Artes (ETA). De 5/3 a 25/6. Quintas, 10h às 13h. A partir de 14 anos. GRÁTIS.

Criação de Bonecos em Técnica Mista

CURSO Atividade formativa percorre feltragem, cerâmica fria e costura até a criação de um boneco autoral. De 6/3 a 17/7. Sextas, 10h às 12h30. Exceto dia 3/4. A partir de 16 anos. Inscrições on-line a partir de 18/2. GRÁTIS.



Introdução às Técnicas em Aquarela
Santo André – Dia 14

PINHEIROS

Primeiro Projeto de Marcenaria

OFICINA Introdução prática à marcenaria para criação de uma peça decorativa com corte, montagem e acabamento. Com Flora Valentini.

De 3/3 a 7/4. Terças, 10h30 às 13h30. A partir de 16 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Cerâmica como Linguagem

curso Experimentação da cerâmica como linguagem escultórica, do modelado às técnicas de acabamento.

Com Nádia Bosquê.

De 3/3 a 7/4. Terças, 18h30 às 21h30. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.
▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

POMPEIA

Oficinas para Iniciantes 2026.1

VIVÊNCIA Técnicas e processos criativos em artes visuais, fotografia, costura, cerâmica, marchetaria, estamparia e práticas manuais, voltadas a pessoas iniciantes.

De 7/3 a 11/4. Sábados, 14h às 17h. A partir de 13 anos. Senhas a partir das 12h. GRÁTIS.

Oficinas de Criatividade

CURSO Atividades regulares promovem experiências artísticas em linguagens como desenho, cerâmica, fotografia, costura, gravura, marcenaria, pintura e têxtil.

De 4 a 13/3. Diversos horários. A partir de 16 anos. Inscrições on-line.
▲ R\$100 ■ R\$50 ● R\$30

SANTANA

Eletrônica Criativa – Projetos para o Dia a Dia

CURSO Soluções eletrônicas com Arduino para criar alarmes, jogos e sensores.

Com Cristiano Tito.

De 3/3 a 28/4. Terças, 19h30 às 21h30. A partir de 14 anos.
▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

Livro de Receitas: Encadernação Afetiva

curso Aprenda a criar livros especiais com encadernação única para guardar receitas de família. Com Joice Feitosa.

De 4/3 a 29/4. Quartas, 10h30 às 12h30. A partir de 14 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

SANTO AMARO

Construção de Theremin

curso Construção de theremin com eletrônica analógica e introdução à relação entre som, ciência e cognição musical. Com Marcelo Muniz.

De 4/3 a 1/4. Quartas, 11h30 às 13h30. A partir de 13 anos. Inscrições on-line a partir de 25/2.
▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

Faça Você Mesmo: Banquinho com Papelão

curso Construção de banquinhos a partir de papelão reutilizado. Com Fabio Bridges.

De 4 a 25/3. Quartas, 18h às 20h. A partir de 14 anos. GRÁTIS.

SANTO ANDRÉ

Ornamento de Caixas com Pirogravura

curso Introdução à pirogravura para criar padrões e ornamentos

em caixas de madeira.

Com Fábio Justino.

De 6 a 27/3. Sextas, 15h às 17h. A partir de 16 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

Introdução às Técnicas em Aquarela

OFICINA Vivência prática de aquarela com exercícios guiados e pintura final.

Com Aline Santos Arte.

Dia 14/3. Sábado, 11h às 13h.

A partir de 12 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Acessibilidade:  Libras. AD)) Audiodescrição.

SÃO BENTO

O Futuro é Ancestral – Tecnologias, Autonomia e Coletividades

PALESTRA Reflexão sobre como as ancestralidades oferecem caminhos para enfrentar desafios contemporâneos e evitar futuros distópicos, articulando tecnologia, resistência e coletividade. Com TC Silva.

Dia 2/3. Segunda, 16h às 18h. Local: Pátio São Bento – Colmeia. Todas as idades. GRÁTIS.

Bordando Retratos com Auxílio de IA

CURSO Uso de ferramentas de inteligência artificial para transformar retratos em desenhos prontos para bordado, combinando tecnologia digital e técnicas manuais de bordado. Com Patrícia Campos.

De 10 a 26/3. Terças e quintas, 15h às 17h. A partir de 14 anos. Inscrições on-line de 4 a 9/3. GRÁTIS.

SÃO CAETANO

Introdução à Serigrafia

CURSO Aprendizado de técnicas acessíveis de serigrafia artesanal para estampar diferentes suportes. Com Alcides Rodrigues.

De 24 a 31/3. Terça a quinta, 19h às 21h. A partir de 15 anos. Inscrições on-line.
▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$8

VILA MARIANA

Letramento Digital: YouTube com Afeto e Consciência

CURSO Introdução ao uso crítico do YouTube para pessoas em processo de letramento digital. Com Coletivo Biscos.

De 12/3 a 2/4. Quintas, 11h às 13h. A partir de 16 anos. Inscrições a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral).
▲ R\$20 ■ R\$10 ● R\$6

Patchwork e Fuxicos

CURSO Vivência em técnicas têxteis tradicionais brasileiras com enfoque criativo e sustentável. Com Sandro Freitas e Manu Costa.

De 24/3 a 14/4. Terças, 14h30 às 16h30. A partir de 16 anos. Inscrições a partir de 18/3 (Credencial Plena) e 20/3 (público em geral).
▲ R\$30 ■ R\$15 ● R\$9

Esporte, Atividade Física e Piscinas

@ /esportescsp



CURSOS PERMANENTES

A participação está sujeita à disponibilidade de vagas. Toda 1ª e 3ª quinta-feira do mês, a partir das 18h, as unidades liberam as vagas disponíveis para inscrição, que só pode ser feita por quem tem a Credencial Plena válida.



No aplicativo Credencial Sesc SP ou pelo site centralrelacionamento.sescsp.org.br, é possível filtrar a busca pela categoria Esporte e Atividade Física e por unidade. Se ainda houver

vagas remanescentes após cinco dias, elas podem ser disponibilizadas para o público em geral.

Foto: Maira Acayaba



PISCINAS

Para utilizar as piscinas, é necessário possuir **Credencial Plena e exame dermatológico válidos**. O exame pode ser realizado nas unidades.

Quem possui Credencial Plena pode utilizar a piscina para recreação e nado livre. Para os cursos de atividades aquáticas, é preciso estar matriculado.

Exame dermatológico

▲ R\$23 ● R\$11,50

Grátis para crianças e jovens de até 16 anos (pessoas com até 15 anos só podem fazer o exame acompanhadas de seus responsáveis legais).

Consulte as unidades para verificar os horários de funcionamento das piscinas e de realização do exame dermatológico. Os espaços estão sujeitos a lotação.



Saiba mais sobre as piscinas do Sesc

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL (GMF)

Programa das academias do Sesc que oferece treinos individualizados, aulas em grupo e treinos coletivos. Consulte os valores de acordo com a unidade de sua preferência. Gratuito para jovens de até 16 anos.

A partir de 12 anos.

ATIVIDADES AQUÁTICAS

Necessário exame dermatológico válido. Para participantes com idade até 16 anos, os cursos são gratuitos. Consulte as turmas disponíveis nas unidades.

Condicionamento Físico Aquático

Atividade em grupo que utiliza a água como resistência aos movimentos. Os exercícios estimulam o desenvolvimento da força, da capacidade cardiorrespiratória e a autonomia no meio aquático.

A partir de 12 anos.

Práticas Aquáticas | 3 a 6 anos

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

Práticas Aquáticas | 6 a 12 anos

Aprendizagem de atividades individuais e coletivas que promovem a prática

da natação (estilos *crawl*, costas, peito e borboleta) e de modalidades como nado artístico, caiaque, surfe e mergulho, para que crianças e jovens desenvolvam autonomia, tenham prazer em estar e se movimentar na água.

Práticas Aquáticas

A partir de 12 anos

Prática de atividades individuais e coletivas que propõe o aprendizado de natação (estilos *crawl*, costas, peito e borboleta) e de modalidades como nado artístico, caiaque, surfe e mergulho. Promove a autonomia, o condicionamento físico, o bem-estar e o aperfeiçoamento das habilidades aquáticas.

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Programa de ensino e treino das modalidades esportivas pautado na educação e formação do cidadão, com metodologia específica adequada a cada faixa etária. **GRÁTIS.**

Esporte Criança | 3 a 6 anos

Atividades diversas são ensinadas por meio do brincar e do jogo de faz-de-conta, a partir da exploração de objetos, espaços e da imaginação das crianças. Consulte as turmas disponíveis nas unidades.

Esporte Criança | 6 a 10 anos

As crianças jogam, interagem e vivenciam habilidades e práticas, tais como dança, luta e ginástica. As aulas contêm jogos e brincadeiras para desenvolver o interesse pelo esporte e de valores como respeito à diversidade, criticidade, autonomia, entre outros. Consulte as turmas disponíveis nas unidades.

Esporte Jovem | 10 a 16 anos

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



CURSOS, OFICINAS

E ENCONTROS

Consulte destaques da programação mensal de esporte e atividade física na seção Cursos, Oficinas e Encontros, a partir da página 53.

Esporte Adulto | A partir de 16 anos

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

Esporte para Pessoas Idosas

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

A partir de 60 anos.

PRÁTICAS CORPORAIS

Práticas que integram corpo e mente e trabalham a expressão corporal. Promovem o autocuidado e o autoconhecimento. A partir de 12 anos. Gratuito para participantes com idade até 16 anos.

Yoga

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



Futsal
Consolação

Movimento Consciente

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

Ginástica para Todos

Prática corporal em grupo que envolve diferentes tipos de ginástica (artística, rítmica, acrobática, aeróbica e de trampolim) e manifestações culturais como circo, danças, jogos e esportes. A partir da troca de experiências, processos criativos e composições coreográficas, busca criar relações positivas com a atividade física e favorecer o bem-estar. **Em diversas unidades.**

Pilates

Prática corporal baseada no trabalho de força, concentração, controle, fluidez de movimento, precisão e respiração, com exercícios realizados no solo, com acessórios e nos aparelhos. Propicia a consciência na realização dos exercícios, o fortalecimento muscular, a melhoria da flexibilidade – tanto para as atividades diárias, quanto para a prática esportiva. Na unidade **Avenida Paulista**.

CIRCUITO SESC DE CORRIDAS

Pensadas para contemplar corredores e caminhantes de diferentes níveis e idades, as provas do Circuito Sesc de Corridas, distribuídas ao longo de todo o ano, têm percursos e distâncias variadas. Neste mês, o Sesc São Bento realiza provas nas modalidades de corrida 5 km e 10 km, com inscrições já encerradas. A próxima etapa, realizada pelo Sesc Campo Limpo, acontece no dia 26 de abril, com provas nas modalidades de caminhada 3 km, de corrida 3 e 6,5 km e skate 3 km. As inscrições para essa etapa podem ser feitas a partir do dia 1/4, quarta, às 14h, pelo app Credencial Sesc SP ou pelo site centralrelacionamento.sescsp.org.br

Crianças



Shows, espetáculos e
exibições com venda
de ingressos, voltados
ao público infantil,
são gratuitos para
crianças até 12 anos.



**A Cruzada dos Corações Puros
(Ou quem Inventou a Guerra?)**

24 de Maio – Dias 7 e 8

14 BIS

O Gato Malhado e a Andorinha Sinhá

ESPETÁCULO Fábula sobre um amor impossível entre um gato temido por todos e uma andorinha que desafia as regras do mundo. Com Cia. Novelo. 80 min.

Até 8/3. Sábados e domingos, 15h. AL GRÁTIS.
Acessibilidade: 🐾 Libras.

Experimentações Sensoriais

VIVÊNCIA Estímulos sensoriais com elementos naturais, cuidado e afeto. Com Aneliza Torquato e Mayara Carvalho.

De 5 a 26/3. Quintas, 10h30 às 12h30. Até 6 anos. GRÁTIS.

As Cores de Arroboboí – Brincando com a Natureza

VIVÊNCIA Prática sensorial para a primeira infância, com estações cromáticas inspiradas nas cores do arco-íris. Com Cia. Amoras.
De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 13h às 15h e 16h às 18h. Até 6 anos. GRÁTIS.

Tiquequê

SHOW Espetáculo musical para crianças e famílias, com canções que celebram o brincar, a imaginação e a diversidade.

Dias 14 e 15/3. Sábado e domingo, 15h. AL
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Arqueologias do Brincar

VIVÊNCIA Imersão sensorial inspirada em escavação e descoberta, convidando bebês e pessoas cuidadoras a explorar paisagens

INGRESSOS

A venda de ingressos para os shows e espetáculos da semana seguinte (segunda a domingo) começa na semana anterior à atividade, em dois lotes. On-line: às terças-feiras, a partir das 17h. Presencial, nas bilheteiras das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h. **Veja o calendário na página 15.**

Para temporadas de espetáculos, são consideradas as datas de estreia para início das vendas de toda a temporada.

Crianças também precisam de ingressos para acompanhar shows e espetáculos; neste caso, eles são gratuitos para crianças de 0 a 3 anos e devem ser retirados presencialmente. Em atividades voltadas ao público infantil, têm gratuidade as crianças de 0 a 12 anos.

do brincar. Com 2 Mililitros Cia. Teatral.
De 21 a 29/3. Sábados e domingos, 10h30 às 12h30. Até 3 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Rupestre – O que a Terra Conta

ESPETÁCULO Inspirado na arte rupestre da Serra da Capivara e na trajetória de Niède Guidon, entre camadas humanas e naturais. Com 2 Mililitros Cia Teatral. 60 min.
De 21 a 29/3. Sábados e domingos, 15h. Senhas 30 min. antes. AL GRÁTIS.

24 DE MAIO

Fubá

ESPETÁCULO Um café da tarde entre avó e netos revela memórias, afetos e despedidas. Com Impacto Agasias Grupo de Teatro. 50 min.
Dias 28/2 e 1/3. Sábado e domingo, 16h. AL GRÁTIS.

A Cruzada dos Corações Puros (Ou quem Inventou a Guerra?)

ESPETÁCULO Crianças partem em uma expedição para questionar a guerra e reescrever a história. Com Cia. Variante. 50 min.
Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 16h. AL GRÁTIS.

Heroínas na História

ESPETÁCULO Uma viagem pela história do Brasil a partir das experiências de mulheres negras e indígenas. Com Cia. Guarda Chuva. 50 min.
Dias 14 e 15/3. Sábado e domingo, 16h. AL GRÁTIS.

O Monstro da Porta da Frente

ESPETÁCULO Uma criança e o Lanterninha unem imaginação e cinema para salvar a memória do bairro. Com A Digna. 60 min.
Dias 28 e 29/3. Sábado e domingo, 16h. AL GRÁTIS.

Pororoca de Brincar

VIVÊNCIA Brincadeiras inspiradas na água convidam crianças e famílias a navegar pela imaginação. Com Coletivo Coco de Muié.
De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 13h30 às 17h30. Até 6 anos. GRÁTIS.

Histórias Pretinhas para Todas as Idades

CONTAÇÃO DE HISTÓRIA Contos africanos e afro-brasileiros narrados com música e instrumentos tradicionais. Com Coletiva Trupe Trio.
Dias 17 e 24/3. Terças, 10h às 11h e 15h às 16h. AL GRÁTIS.

AVENIDA PAULISTA**Lado A, Lado Bebê**

VIVÊNCIA Escuta sensorial de discos de vinil para bebês e famílias, promovendo, vínculos afetivos por meio da música. Com Anne Binder.
Dia 7/3. Sábado, 14h às 15h30. Até 3 anos. GRÁTIS.

Mundo de Papel – Publicações para Crianças

FEIRA Mostra de publicações independentes com atividades literárias e gráficas para crianças. Com Lote42.
De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 14h às 18h. De 8 a 12 anos. GRÁTIS.

Bebê no Jardim das Rosas

VISITA MEDIADA Passeio a pé com bebês e responsáveis ao jardim da Casa das Rosas, explorando o espaço externo. Com Anne Binder.
Dia 11/3. Quarta, 14h às 15h. Até 3 anos. GRÁTIS.

Educação Antirracista Para as Infâncias

PALESTRA Conversa sobre práticas antirracistas na primeira infância e no cotidiano de educadores e famílias. Com Bárbara Carine.
Dia 18/3. Quarta, 19h às 20h30. A partir de 16 anos. GRÁTIS.
Acessibilidade:  Libras.

Meditação Para Crianças

VIVÊNCIA Introdução à meditação com técnicas simples para crianças acompanhadas de pessoa adulta de referência. Com Anne Binder.
Dia 21/3. Sábado, 14h às 15h. A partir de 5 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Pronto-socorro para Bichos de Pelúcia e Bonecos de Pano

INTERVENÇÃO Espaço de cuidado e reparo de brinquedos afetivos, com costuras e remendos. Com Anne Binder.
Dia 25/3. Quarta, 16h às 17h20. Até 6 anos. GRÁTIS.

BELENZINHO**O Menino de Lugar Nenhum**

ESPECTÁCULO Menino colorido nasce em um mundo preto e branco e, com teatro de bonecos, música e humor, a história aborda diversidade, preconceito e aceitação de forma lúdica. Com Teatro de Panela. Integra o projeto CO_ME_ÇA.
Até 22/3. Sábados e domingos, 12h às 13h. AL
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12
Acessibilidade:  Libras.

POIN – Pequena Orquestra Interativa

SHOW Espetáculo musical interativo integra crianças e adultos em brincadeiras sonoras. Com POIN.
Dia 1/3. Domingo, 16h. AL GRÁTIS.

Exploração Sensorial – Elementos da Natureza

VIVÊNCIA Experiência sensorial para bebês e crianças pequenas, com exploração de folhas, pedras e outros elementos naturais. Com Joyce Salustiano e Renata Pires.
De 4 a 25/3. Quartas, 10h30 às 11h30 e 14h às 15h. Até 3 anos. GRÁTIS.

Criar e Criaturas em Marcenaria

OFICINA Criação de criaturas imaginárias a partir de retalhos de madeira. Com Ana Oliveira.
De 7 a 22/3. Sábados e domingos, 11h às 13h. De 6 a 11 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Monte sua Máscara Brilhante Low Poly

OFICINA Criação de máscaras em papel com estética low poly, combinando recorte, dobra, colagem e modelos digitais 3D. Com Francisco Arlindo Alves.
Dias 7, 8, 16 e 17/3. Sábado, domingo, segunda e terça, 14h às 17h30. A partir de 6 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Conte sua História com Programação

OFICINA Criação de histórias interativas com Scratch, estimulando criatividade e pensamento



O Menino de Lugar Nenhum
Belenzinho – Até dia 22/3

lógico em família. Com Francisco Arlindo Alves. **De 21/3 a 5/4. Sábados e domingos, 14h às 17h. A partir de 6 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.**

BOM RETIRO

Correnteza

ESPETÁCULO Três sobreviventes se refugiam na copa de uma árvore durante uma enchente e, entre afetos e conflitos, refletem sobre a fragilidade da vida e a força dos vínculos. Dir.: Cristiane Paoli Quito. 60 min. **Até 1/3. Domingo, 12h às 13h. AL**
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Aplausos e Vaías

ESPETÁCULO Celebração ao circo clássico a partir do jogo com o público e a comicidade popular em números totalmente análogos. Direção: Filipe Bregantim. Com Palhaço

Mendonça. 50 min.

Dia 1/3. Domingo, 16h. AL GRÁTIS.

Quando Anoitece

ESPETÁCULO Melânia enfrenta sentimentos de solidão e identidade ao encontrar um ser de outro mundo, em uma história sensível sobre negritude, pertencimento e afeto. Direção: Flávio Rodrigues. 60 min.

De 8/3 a 21/4. Domingos, 12h. Dia 2/4. Quinta, 15h. Dia 21/4. Terça, 12h. AL
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Brincar de Ler!

VIVÊNCIA Mediação lúdica de leitura transforma palavras, sons e ritmos em brincadeira. Com a Cia Brincar de Ler. **Dias 21 e 22/3. Sábado, 10h30 às 11h30 (até 3 anos). Domingo, 14h às 16h (até 6 anos). GRÁTIS.**
Acessibilidade: ☺
Braille e 🖐️ Libras.

Criaturas Invisíveis

ESPETÁCULO Crianças investigam uma criatura misteriosa no prédio. Com Cia. do Fubá. 60 min.

Dia 28/3. Sábado, 17h. AL GRÁTIS.

Barco Mundo

ESPETÁCULO Em uma fábula ecológica, animais embarcam em uma jornada para enfrentar a destruição da floresta e recuperar o equilíbrio do mundo. Com Coletivo de Galochas. 60 min. **Dia 29/3. Domingo, 16h. AL GRÁTIS.**

CAMPO LIMPO

Circuito Minicidade de Ciclismo Infantil

AULA ABERTA Aprendizagem lúdico de ciclismo com circuito educativo. **Até 29/3. Sábados e domingos, 12h30 às 18h30. De 3 a 6 anos. Inscrições no local. GRÁTIS.**

Mitos e Narrativas da Terra

OFICINA Mitos chineses, africanos, árabes, indígenas e de outros povos transformados em imagens, objetos e pequenos universos. "O Dragão que acordou o céu" (1/3), "Teias de Ananse e suas histórias" (8/3), "A fênix e o fogo que vira flor" (15/3), "A serpente arco-íris das águas" (22/3) e "O dia em que o sol encontrou a lua" (29/3). Com Melissa Rudalov.

De 1 a 29/3. Domingos, 14h às 16h. Até 6 anos. Inscrições no local. GRÁTIS.

Meninas e Mulheres que Atravessaram Pontes

CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS Celebração a mulheres reais e míticas, reforçando autonomia, coragem e protagonismo feminino. Com Cia. Conto em Cantos.

De 7 a 28/3. Sábados, 14h às 15h. AL GRÁTIS.

Trilha para as Estrelas

ESPETÁCULO Três amigas em um acampamento descobrem, na natureza, o valor da simplicidade e do presente. Com Barracão Cultural. 50 min.

Dia 22/3. Domingo, 16h. Ingressos 1h antes. AL GRÁTIS.

CASA VERDE

O Retrato de Janete

ESPETÁCULO Uma atriz melodramática, esquecida em um camarim, relembra sua carreira enquanto dialoga com uma improvável companhia: sua esposa de estimação. Dir.: Marcelo

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. Saiba mais em sescsp.org.br/espacosdebrincar

Romagnoli. Com Cia Bendita.
Dia 1/3. Domingo, 16h. Ingressos no local, a partir das 12h. AL GRÁTIS.

Dança e Balança

VIVÊNCIA Atividade lúdica de movimento inspirada na dança contemporânea, popular e pessoal.
De 3 a 31/3. Terças, 15h às 15h45. Até 6 anos. GRÁTIS.

Que Som é Esse?

VIVÊNCIA Brincadeiras musicadas e experimentação sonora exploram canto, ritmo e escuta. Com Tathi Valério.
De 4 a 25/3. Quartas, 15h às 15h50. Até 6 anos. GRÁTIS.

Faz de Conta

VIVÊNCIA Prática teatral convida crianças a criar personagens e histórias por meio do jogo simbólico, da imaginação e do corpo. Com Tathi Valério.
De 5 a 26/3. Quintas, 15h às 15h45. Todas as idades. GRÁTIS.

Patins

VIVÊNCIA Prática orientada de patins inline para desenvolver equilíbrio, coordenação e deslocamento com segurança. Com SP Hawks.
De 7/3 a 25/4. Sábados, 10h às 13h. A partir de 7 anos. GRÁTIS.

Tomie

ESPETÁCULO Experiência sensorial inspirada na vida e obra de Tomie Ohtake, percorrendo cores, formas e gestos do Japão ao Brasil. Com Cia da Casa Amarela. Integra o projeto Primeiras Cenas. 30 min.
Dia 29/3. Domingo, 11h30 e 14h30. Senhas 15 min. antes. AL GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

Criatividade, Imaginação e Mãos à Obra!

OFICINA Propostas manuais e artísticas estimulam fantasia, experimentação de materiais e criação em um ambiente acolhedor. Com Ariana Cazita.
De 1 a 29/3. Sábados e domingos, 15h às 17h. Até 6 anos. GRÁTIS.

Fera Neném

SHOW Apresentação infantil traz repertório autoral do baby rock da banda.
Dia 14/3. Sábado, 16h. AL GRÁTIS.

Música e Movimento para Bebês

VIVÊNCIA Experiência musical e sensorial para bebês e acompanhantes.



Cine Criança – A Festa de Léo
Consolação – Dias 1, 15 e 29

Com Tali Alcalá.

De 19/3 a 25/6. Quintas, 15h30 às 16h30 e 17h às 18h. Até 3 anos. Inscrições a partir de 3/3, às 14h (credencial plena) e 4/3, às 14h (público em geral). **GRÁTIS.**

Violino para Crianças

CURSO Introdução lúdica ao violino para crianças. Com Regiane Dias. **De 21/3 a 27/6.** Sábados, 10h30 às 12h30. **De 7 a 12 anos.** Inscrições a partir de 3/3, às 14h (credencial plena) e 4/3, às 14h (público em geral). **GRÁTIS.**

CINE CRIANÇA

Exibições de filmes infantis. **Domingos, 11h.** Ingressos 30 min. antes. **12 GRÁTIS.**

A Festa de Léo

Dir.: Luciana Bezerra e Gustavo Melo, Brasil, 2023, 78 min. Rita prepara a festa do filho, mas no dia da comemoração descobre que o pai do menino se envolveu em dívidas que colocam a família em risco. **Dias 1, 15 e 29/3.**

Beatriz Vira-Folhas

Dir.: Samantha Col Debella, Brasil, 2023, 87 min. Menina descobre a força dos livros e das histórias ao mudar de cidade e de escola no meio do ano letivo. **Dias 8 e 22/3.**

INTERLAGOS

Instalação Corpo Sentir

VIVÊNCIA Ocupação sensorial para a primeira infância, com exploração de texturas, cheiros, temperaturas, pesos e formas. Com o Coletivo Verde e Rosa. **De 1 a 29/3. Domingos, 11h às 15h. Até 6 anos. GRÁTIS.**

String Art – Turmas 1, 2, 3 e 4

OFICINA Introdução prática à técnica de string art para criação de quadros decorativos com fios, cores e formas. Com Ateliê Linha Preadada. **De 7 a 28/3. Sábados, 10h às 12h. A partir de 8 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.**

Padminton! com P de Papelão: Construção e Vivência

OFICINA Confeção de raquetes com papelão e vivência do padminton, unindo criação manual e movimento de forma acessível. Com Kaiky Fernandes de Almeida. **De 7 a 28/3. Sábados, 16h às 17h. A partir de 8 anos. GRÁTIS.**



AFROHITS – Toada para Erês

ESPETÁCULO O público é conduzido por um passeio afetivo por meio dos ritmos afro-brasileiros diaspóricos – ijexá, samba, maracatu, afoxé, funk e outros. Com Grupo Trança de Teatro. Dir.: Eduardo Silva. 60 min. **Dias 20 e 22/3. Sexta, 10h e 15h. Domingo, 15h. AL GRÁTIS.**

Parlendô

ESPETÁCULO Musical cênico celebra o brincar, a diversidade e a criatividade em uma viagem poética. Dir. musical: Marco Barretho. Dir. Cênica: Carlos Baldim. **Dia 29/3. Domingo, 15h. AL GRÁTIS.**

IPIRANGA

Mar Fantasma

ESPETÁCULO Duas crianças perdidas no fundo do mar vivem aventuras e reencontram suas memórias. Com Cia. La Leche. 60 min. **Até 15/3. Domingos, 11h. AL**

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Acessibilidade:

👉 Libras dia 1/3.

Poções Mágicas

VIVÊNCIA Criação de poções com água, ervas, flores e aromas da natureza. Com Ana Carol Thomé. **De 8/2 a 1/3. Domingos, 10h30 às 14h30. Até 6 anos. GRÁTIS.**

Água para Brincar

VIVÊNCIA Ocupação brincante convida bebês e crianças a investigar a água em suas diferentes formas, sons e movimentos. Com Cia. VerdeRosa. **De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 10h30 às 14h30. Até 6 anos. GRÁTIS.**

CURUMININICES

Atividades educativas gratuitas conduzidas pela equipe do programa Curumim. **Sábado e domingo, 12h às 13h e 13h às 14h. A partir de 6 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.**

Taumatrópio

OFICINA Construção de um brinquedo óptico clássico que sobrepõe imagens em movimento.
Dias 14 e 15/3.

Sashiko: técnica de bordado

OFICINA Vivência com a técnica japonesa de bordado Sashiko, utilizando alinhavos para criar padrões e desenhos em tecidos.
Dias 21 e 22/3.

Eleguá, Menino e Malandro

ESPETÁCULO A jornada de um menino travesso que cresce pelas ruas, aprendendo com encontros e caminhos. Com O Clã do Jabuti. 60 min.

De 22/3 a 26/4.

Domingos, 11h. AL

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Acessibilidade:

 Libras dia 19/4.

ITAQUERA**Detetives da Floresta**

VIVÊNCIA Prática lúdica em que crianças exploram a biodiversidade da APA do Carmo com kits de observação ambiental.
Dia 1/3. Domingo, 14h às 15h30. De 5 a 12 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

ASTRONAUT(A)

ESPETÁCULO Uma menina determinada a realizar o sonho de ir ao espaço enfrenta estereótipos de gênero com imaginação e coragem. Com Cia. Mar. Integra o projeto Teatro

na Praça. 60 min.

Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 15h. AL GRÁTIS.

Cozinha da Mata

VIVÊNCIA Brincadeira de faz de conta em uma cozinha imaginária com sementes, folhas, flores e elementos naturais.
Dias 7 e 21/3. Sábados, 10h30 às 11h30. Até 6 anos. GRÁTIS.

Bicharada de Papel 2

OFICINA Criação de bichinhos com rolinhos de papel, recortes e colagens.
Dia 28/3. Sábado, 10h às 11h. De 3 a 6 anos. GRÁTIS.

PINHEIROS**Navegantes do Brincar**

INTERVENÇÃO Ações lúdicas e investigativas convidam crianças e adultos a brincar juntos. Com Navega Jangada.
De 21/2 a 15/3. Sábados e domingos, 11h às 14h. Até 6 anos. GRÁTIS.

RUA

ESPETÁCULO Encontro entre dois meninos de realidades opostas ajuda a refletir sobre convivência, pertencimento e escuta na infância. Texto: Fran Ferraretto. Direção: Eugênio Lima. 60 min.
De 1 a 29/3. Domingos, 15h e 17h. AL
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12
Acessibilidade:
 Libras dia 22/3.

Raízes que Contam, Traças que Curam

VIVÊNCIA Encontro de escuta e afeto que valoriza as

infâncias negras por meio do cuidado e da identidade. Com Paloma Miranda e Sarau Quilombinho.
Dias 14 e 21/3. Sábados, 15h às 17h. De 7 a 12 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Areias

VIVÊNCIA Ocupação brincante celebra a relação de bebês e crianças pequenas com a natureza. Com VerdeRosa.
De 21/3 a 5/4. Sábados e domingos, 11h às 14h. Até 6 anos. GRÁTIS.

O Lá é Aqui

ESPETÁCULO Obra infantojuvenil narra encontros com seres encantados da natureza e propõe reflexão sobre cuidado ambiental e pertencimento. Texto: Diego Chilio. Dir.: Angela Ribeiro. 45 min.
Dias 21 e 22/3. Sábado e domingo, 16h. AL GRÁTIS.

Grupo Triii

SHOW Trio apresenta o show Mirabolâncias, que reúne canções populares e composições próprias em uma experiência musical para crianças e famílias.
Dia 21/3. Sábado, 18h. 90 min. AL
▲ R\$60 ■ R\$30 ● R\$18

POMPEIA**Noite de Brinquedo no Terreiro de Yayá**

ESPETÁCULO Menina-rainha atravessa ritos de passagem numa jornada pelas tradições do sertão. Com Coletivo Clã do Jabuti. 45 min.
Dia 1/3. Domingo, 16h30. AL GRÁTIS.

Fábrica do Brincar – Esportes de Mirar e Equilibrar

VIVÊNCIA Espaço lúdico para experimentar jogos e desafios que exploram precisão, equilíbrio e controle do corpo.

De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 13h às 17h. A partir de 3 anos. GRÁTIS.

LaBi – Laboratório de Invenções: MicroMonstros

OFICINA Atividade criativa para famílias articula ludicidade, tecnologias, ciências e experimentação artística. Com Sanga Coletivo.

De 7 a 28/3. Sábados, 14h às 17h. Todas as idades. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

OFICINAS PARA CRIANÇAS E RESPONSÁVEIS 2026.1

Domingos, 15h às 17h. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Zine Artesanal

OFICINA Produção de fanzines como intervenções culturais. Com Gustavo Pereira. De 8 a 29/3. A partir de 6 anos.

Clubinho Gráfico: Desenhar e Fazer Bottons

OFICINA Criação de bottons a partir de desenhos autorais. Com Noelodran. De 8 a 29/3. Todas as idades.

Bolha Aquática

VIVÊNCIA Participantes entram em uma bolha inflável, explorando equilíbrio, coordenação e deslocamento sobre a água de forma lúdica. Com Via Esportiva.

Dias 21 e 22/3. Sábado e domingo, 10h às 17h. A partir de 6 anos. GRÁTIS.

SANTANA

Encantos e Venturas

ESPETÁCULO O mágico William Seven conta como a magia entrou em sua vida, em um espetáculo autobiográfico sobre tornar sonhos realidade. Com William Seven. 60 min.

De 1/3 a 5/4.

Domingos, 12h. **A6**

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Carnaval Brincante

VIVÊNCIA Celebra as manifestações carnavalescas do Brasil através de oficinas e brincadeiras. Com Coletivo Brincá.

Dia 1/3. Domingo, 15h às 18h. Até 12 anos. GRÁTIS.

Ocupação Brincante: Samba Gigante pra Gente Miúda

VIVÊNCIA Valorização do brincar e a partilha em roda, apresentando figuras históricas femininas do samba como Tia Ciata e Dona Ivone Lara. Com TransBordando Afeto.

De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 15h às 18h. Até 6 anos. GRÁTIS.

Música, Jogos e Brincadeiras da Capoeira

VIVÊNCIA Introdução à capoeira para crianças através de brincadeiras, jogos e cantigas tradicionais. Com SapéCapoeira.

De 7 a 29/3. Sábados e domingos, 16h às 18h. Até 12 anos. GRÁTIS.

Capuêra Angola Pequena, Filha da Natureza

VIVÊNCIA Experiência com a Capoeira Angola, através de movimento, música e afeto. Com Coletivo Quebrando a Cabaça, Espalhando Sementes.

De 8 a 29/3. Domingos, 10h às 12h. Até 3 anos. GRÁTIS.

Ela

ESPETÁCULO Peça exalta a força e a poética do feminino através de composições acrobáticas e narrativas de superação, interpretadas por três mulheres. Com Trupe Guezá. 40 min.

De 14 a 28/3. Sábados, 12h. **A6** GRÁTIS.

SANTO AMARO

Ateliê Para a Família: Criando Com Material Reciclável

OFICINA Criações lúdicas com materiais simples e recicláveis. Com Fabio Bridges.

Dias 8 e 22/3. Domingos, 14h30 às 16h. De 5 a 14 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.



Quando Crescer Quero ser Palhaça
Santo André – Até 8/3

Leiturinha: Histórias na Palma da Mão

BIBLIOTECA Mediações de leitura exploram livro, corpo e voz. Com grupo ÊBA.

Até 22/3. Domingos, 13h30 às 14h30. Todas as idades. GRÁTIS.

Acessibilidade:  Libras.

CONTAÇÃO COM ELAS

As narrativas homenageiam escritoras brasileiras. Com Fio da Meada. **Sábados, 14h30. AL GRÁTIS.**

Ruth Guimarães e a Saga do Famigerado Pedro Malasartes

CONTAÇÃO DE HISTÓRIA Narrativa inspirada nas histórias registradas por Ruth Guimarães. **Dia 7/3.**

Marina Colasanti e um Encontro com Princesas

CONTAÇÃO DE HISTÓRIA Histórias inspiradas na obra de Marina Colasanti. **Dia 14/3.**

Heloisa Prieto e os Mistérios dos Encantados da Mata

CONTAÇÃO DE HISTÓRIA Encontro narrativo percorre lendas da tradição oral da floresta a partir da obra de Heloisa Prieto. **Dia 21/3.**

Eva Furnari e um Mundo de Personagens Inesquecíveis

CONTAÇÃO DE HISTÓRIA Narrativa inspirada nos personagens criados por Eva Furnari. **Dia 28/3.**

Leiturinha de Colo: Lendo pra Gente Miúda

BIBLIOTECA Livros e cantigas para bebês e acompanhantes. Com Brotando em Mim.

De 29/3 a 12/4. Domingos, 13h30 às 14h30. Até 4 anos. GRÁTIS.

SANTO ANDRÉ

Quando Crescer Quero ser Palhaça

ESPETÁCULO A história de Bela, menina que sonha ser palhaça, celebra coragem, sonhos e a liberdade de ser quem se é, inspirada no livro de Joana Barbosa. Com Grupo Laje. 60 min.

Até 8/3. Domingos, 16h. AL

▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Bonecos de Madeira

OFICINA Montagem de bonecos articulados em madeira, com foco em reaproveitamento de materiais, coordenação motora e criatividade.



Cabeção pelo Mundo, o Show
São Caetano – Dia 28

Com Abraão Gouveia.
De 7 a 28/3. Sábados, 14h às 16h. De 5 a 12 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Construção de Xequerê

OFICINA Confecção do instrumento afro-brasileiro, unindo história, ritmo e prática manual. Com Mestre Afonsinho Menino.
Dia 15/3. Domingo, 14h às 16h. Todas as idades. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.
Acessibilidade:
Audioguia. Libras.

Sentir o Mundo Vegetal

VIVÊNCIA Experiência sensorial com elementos do mundo vegetal para bebês e crianças. Com Notas de Uma Busca.
Dias 15 e 31/3.
Domingo, 11h às 12h.
Terça, 14h30 às 15h30.
Até 6 anos. GRÁTIS.

Impressão Botânica em Gelatina

OFICINA Impressão botânica com gelatina, explorando cores e texturas naturais.

Com Edvania Rêgo.
Dia 22/3. Domingo, 14h às 16h. Todas as idades. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.
Acessibilidade: Libras.
AD) Audiodescrição.

SÃO CAETANO

Estação do Brincar com Brinquedos de Tronquinhos

VIVÊNCIA Espaço livre de experimentação com brinquedos naturais para



**ESPORTE E
ATIVIDADE FÍSICA**
Consulte informações
sobre cursos permanentes
do Programa Sesc de
Esportes voltados a
crianças e jovens na
seção Esporte, Atividade
Física e Piscinas.

montar, equilibrar e criar.
Com Vagalume Brinquedos.
**Dias 7 e 21/3. Sábados, 11h
às 12h. Até 6 anos. GRÁTIS.**

Mandalas

OFICINA Criação de
mandalas têxteis com
barbantes coloridos,
explorando padrões
circulares, concentração
e imaginação por meio
do trabalho manual. Com
Coletivo EncantEria.
**Dia 7/3. Sábado, 14h às 16h.
Todas as idades. GRÁTIS.**

Circuito Sensorial

OFICINA Percurso sensorial
para bebês e crianças
explorarem cheiros, texturas,
movimentos e vínculos.
Com Maria Gabriela.
**Dias 14 e 28/3. Sábados, 11h
às 12h. Até 6 anos. GRÁTIS.**

Feltragem para Todos

OFICINA Vivência de feltragem
molhada voltada ao público
infantil, explorando texturas
e formas na criação de
pequenos objetos com lã.
Com Coletivo EncantEria.
**Dia 21/3. Sábado, 14h às 16h.
Todas as idades. GRÁTIS.**

Cabeção pelo Mundo, o Show

ESPETÁCULO Apresentação
musical cênica convida
o público a dançar e
brincar. 60 min.
Dia 28/3. Sábado, 16h30. AL
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Alinhavo Brinquedos de Tronquinhos

VIVÊNCIA Estação de criação
com linhas, pontos e
tronquinhos para alinhar
caminhos e brincadeiras.
Com Vagalume Brinquedos.
**Dia 29/3. Domingo, 10h
às 13h. Local: Parque
Provincia de Treviso.
Todas as idades. GRÁTIS.**

VILA MARIANA

Kdeiraz

ESPETÁCULO Peça de dança
para crianças propõe jogos
cênicos para ressignificar
o uso da cadeira no
cotidiano, transformando-a
em objeto lúdico. Dir.:
Natália Mendonça. 40 min.
**Dia 1/3. Domingo,
15h. AL GRÁTIS.**

Samba Gigante pra Gente Miúda

ESPETÁCULO Experiência
lúdica combina narrativa
musical e roda de
samba interativa. Com o
coletivo Transbordando
Afeto. 60 min.
Dia 1/3. Domingo, 16h. AL
Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

Lua Vermelha

ESPETÁCULO Obra infantil
acompanha dois jovens
que, ao se perderem
no espaço, descobrem
uma sociedade baseada
na cooperação e na

igualdade. Dire.: Nicole
Marangoni. 60 min.

Dia 1/3. Domingo, 16h30. AL
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12

Histórias Refrescantes

VIVÊNCIA Experiência de
leitura para bebês, crianças
e famílias que combina
livros, água e descobertas
sensoriais. Com Coletivo
Brotando em Mim.
**Dia 7/3. Sábado, 11h às
13h. Até 6 anos. GRÁTIS.**

Criação de Bottons

OFICINA Atividade aproxima
crianças de técnicas gráficas
a partir de desenhos
autorais, transformados em
bottons em um processo
criativo e coletivo. Com
Clubinho Gráfico.
**De 7 a 28/3. Sábados,
16h às 17h30. A partir
de 6 anos. Senhas 30
min. antes. GRÁTIS.**

Agora é a Minha Vez

ESPETÁCULO Dois atores
tentam encenar "O
Pequeno Príncipe" e
acabam refletindo sobre
ausência, escuta e vínculo
entre adultos e crianças.
Com GPETI – Grupo
de Pesquisa em Teatro
para Infância. 60 min.
**De 8/3 a 5/4.
Domingos, 16h30. AL**
▲ R\$40 ■ R\$20 ● R\$12
**Acessibilidade no dia
29/3: AD) Audiodescrição
e Libras.**

Pessoas Idosas



Malabares para Pessoas Idosas
Campo Limpo – De 10/3 a 7/4

14 BIS

Canto Coral para Pessoas Idosas

OFICINA Prática vocal coletiva com foco em técnica, canto em grupo e cuidados com a saúde vocal na maturidade. Com Cristiano Rangel.

De 3/3 a 26/5. Terças, 15h30 às 17h30. Exceto dia 21/4. A partir de 60 anos. Inscrições presenciais até 3/3. GRÁTIS.

Lian Gong e Envelhecimento

VIVÊNCIA Prática corporal aborda os processos do envelhecimento e estratégias de cuidado por meio do Lian Gong. Com Geislaine Lucena. De 4/3 a 20/5. Quartas, 14h às 16h. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

Foto: Divulgação

24 DE MAIO

Cantando as Canções que não se Ouvem Mais

ESPETÁCULO Show do grupo Cantarinas revisita o cancionário popular e obras de Doroty Marques, com repertório dançante de samba, forró e MPB. Integra o projeto Viva Viola! 80 anos de Doroty Marques.

Dia 29/3, domingo, 15h às 17h. AL GRÁTIS.

AVENIDA PAULISTA

Exercícios Pélvicos e a Saúde Feminina

CURSO Série de encontros voltada ao conhecimento anatômico e funcional da pelve e do assoalho pélvico, com foco em saúde e bem-estar. Com Jessica Gomes.

De 4 a 25/3. Quartas, 10h30 às 12h30. A partir de 60 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

BELENZINHO

Ciclos de Leitura: Literatura e Envelhecimento

DEBATE Encontros de leitura e conversa sobre obras que abordam o envelhecer. Com Andrea Zeppini.

Até 31/3. Terças, 14h às 16h. A partir de 60 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Velhice e Envelhecimento: Fotografia, Retratos e Memórias

CURSO Reflexões sobre trajetórias de vida a partir de fotografias pessoais, culminando

em exposição coletiva.

De 10/3 a 14/4. Terças e quintas, 10h às 12h. A partir de 60 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral). GRÁTIS.

Conheça seu Celular: Primeiros Passos

CURSO Introdução prática ao uso do celular e da internet. Com Francisco Arlindo Alves.

De 17/3 a 14/4. Terças, 10h às 12h30. A partir de 60 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral). GRÁTIS.

Xadrez para uma Mente Ativa: Fortalecer o Cérebro Aprendendo o Jogo

CURSO Introdução ao xadrez, suas regras, estratégias e história, como estímulo à concentração, memória e raciocínio.

Com Guilherme Granda.
De 17/3 a 21/4. Terças e quintas, 14h às 15h30. A partir de 60 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 4/3 (Credencial Plena) e 6/3 (público em geral). GRÁTIS.

Baile da Loba: Homenagem à Alcione

SHOW Baile celebra Alcione com samba, dança e memória afetiva. Com Igor Galdino e banda.

Dia 25/3. Quarta, 18h às 19h30. A16 GRÁTIS.

CAMPO LIMPO

Malabares para Pessoas Idosas

VIVÊNCIA Prática de malabarismo como estímulo

ao bem-estar, autonomia, sociabilidade e saúde emocional. Com Lígia Bento.
De 10/3 a 7/4. Terças, 14h30 às 16h30. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

CARMO

Encontro 60+: Celebração e Karaokê

ENCONTRO Celebração da trajetória do Trabalho Social com Pessoas Idosas no Sesc Carmo, reunindo artes manuais, brincadeiras e cantoria, em clima de reencontro e festa. Com Roberto Seresteiro.

Dia 6/3. Sexta, 17h30 às 20h30. A partir de 60 anos. Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

Aulão de Letramento Digital

OFICINA Atividade busca aprimorar o uso do celular, com foco em fotografia, aplicativos e recursos digitais do dia a dia. Com Danilo Medeiros.
Dia 13/3. Sexta, 14h às 16h. A partir de 60 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Plantão Digital 60+

OFICINA Espaço para esclarecimento de dúvidas sobre internet, aplicativos e uso de celulares, tablets e computadores. Sessões de 30 minutos. Com Danilo Medeiros.
Dias 20 e 27/3. Sextas, 14h, 14h30, 15h e 15h30. A partir de 60 anos. Senhas a partir das 13h30. GRÁTIS.

CASA VERDE

Águas de Mim: da Fonte à Foz

OFICINA Formação em danças circulares que utiliza a metáfora do rio para trabalhar emoções e fluxo da vida. Com Sandra Cabral.

Dia 21/3. Sábado, 10h30 às 17h30. A partir de 16 anos. Inscrições a partir de 11/3 (Credencial Plena) e 13/3 (público em geral).

Roda Aberta de Danças Circulares: A Linguagem do Amor

VIVÊNCIA Danças circulares inspiradas nas cinco linguagens do amor, promovendo encontro, escuta e afeto. Com Sandra Cabral.

Dia 22/3. Domingo, 16h. Todas as idades. GRÁTIS.

CONSOLAÇÃO

Vem Dançar – Samba Rock

AULA ABERTA Com Flávio Assunção (Magoo Grande).

De 4 a 27/3. Quartas e sextas, 15h às 16h30. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

Voz 60+

curso Vivência de canto coletivo voltada ao público 60+. Com Solange Assumpção.

De 19/3 a 25/6. Quintas, 14h às 16h. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

Longevidade e a Arte: Criatividade como Expressão e Legado

BATE-PAPO Encontro sobre longevidade, arte e criatividade como caminhos



TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS (TSPI)

Criado em 1963 pelo Sesc São Paulo, o programa estimula a reflexão sobre o envelhecimento e a longevidade. Suas ações, realizadas de maneira permanente em todas as unidades do Sesc no estado de São Paulo, promovem a construção de conhecimentos, a desconstrução de estereótipos e o cuidado com a saúde. A iniciativa busca fortalecer a autonomia e a integração entre gerações.

Ponto de Encontro

Projeto ligado às ações do TSPI, o Ponto de Encontro é um espaço mensal de escuta e diálogo voltado a pessoas a partir de 60 anos, que promove a construção coletiva e a reflexão sobre as ações do Sesc voltadas a esse público. Por meio de rodas de conversa e atividades educativas, o encontro permite compartilhar histórias e vivências, fortalecendo os vínculos, a sociabilização e o protagonismo no envelhecer.

Neste mês: Bom Retiro: dia 25/3. Quarta, 14h às 15h. Consolação: dia 3/3. Terça, 13h.

para saúde emocional, pertencimento e qualidade de vida. Com Nelson Triunfo, Rose MC e Clemente Tadeu.
Dia 26/3. Quinta, 14h às 15h30. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

IPIRANGA

Letramento Digital: Práticas de Pesquisa

curso Navegação crítica e práticas de pesquisa online para ampliar repertórios digitais com autonomia. Com Guilherme Land.
De 3/3 a 14/4. Terças, 16h às 17h. A partir de 60 anos. Inscrições presenciais a partir de 25/2, às 14h. GRÁTIS.

Canto Coral Afrobrasileiro Para Pessoas Idosas

curso Vivência coral com repertório afro-brasileiro e cânticos de matrizes africanas. Com Felipe Brito e Ocupação Cultural Jeholu.
De 5/3 a 21/5. Quintas, 13h30 às 15h30. A partir de 60 anos. Inscrições on-line e presenciais a partir de 19/2. GRÁTIS.

ITAQUERA

Elas Forrozeando

SHOW Celebra o forró e ritmos nordestinos com repertório dançante e arranjos autorais interpretados por quatro musicistas.
Dia 26/3. Quinta, 11h às 13h. AL GRÁTIS.

PINHEIROS

Corpo e Movimento: Dança Charme

AULA ABERTA Atividade de dança charme promove bem-estar, integração e consciência corporal para o público 60+. Com Sampa Charme.
Até 27/3. Sextas, 11h às 12h30 e 15h às 16h30. Dias 7 e 8/3. Sábado e domingo, 16h às 17h30. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

Usando o Meu Celular: Encontros de Tecnologia com Pessoas Idosas

OFICINA Encontros para desenvolver autonomia digital e uso cotidiano do celular de forma acessível. Com Miguel Alonso e Erika Kogui.
De 3/3 a 7/4. Terças, 15h às 16h. A partir de 60 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

Coral 60+ Todas as Vozes

CURSO Vivência de canto coletivo fortalece expressão artística, convivência e pertencimento na comunidade LGBTQIAPN+. Com Ettore Veríssimo e Luiz Fukushima.
De 10/3 a 2/6. Terças, 10h30 às 12h30. A partir de 60 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

Coral 60+ Cantos Negros do Brasil

CURSO Prática de canto coletivo a partir de repertórios de matriz africana, valorizando memória, corpo e voz.

Com Luciana Oliveira.
De 10/3 a 2/6. Terças, 15h às 17h. A partir de 60 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.

Clube de Leitura 60+: “Macunaíma, o Herói sem Nenhum Caráter”, de Mário de Andrade

ENCONTRO Conversa sobre a obra e a trajetória de Mário de Andrade, com leitura compartilhada e visita temática. Com Neide Almeida.
Dia 19/3. Quinta, 15h às 17h. A partir de 60 anos. Senhas 30 min. antes. GRÁTIS.

POMPEIA

Nissaj: Tecendo Danças Árabes

AULA ABERTA Vivências de danças, músicas e histórias que convidam à redescoberta do corpo com afeto. Com Nissaj Companhia de Dança.
De 3/3 a 26/5. Terças, 14h às 15h30. Exceto dia 21/4. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

SEGUE O BAILE

Shows musicais dançantes destinados a pessoas idosas.
Quartas, 17h30 às 19h. A partir de 60 anos. Ingressos 30 min. antes. GRÁTIS.

Sté Oliveira

SHOW Apresentação do espetáculo “Samba, Corpo e Movimento” reúne samba, bolero, forró e influências afro-latinas.
Dia 4/3.

Paula Souto e Banda Sacode o Baile

SHOW Repertório dançante percorre samba, gafeira, samb-rock, bolero, forró e clássicos dos anos 1960. Dia 18/3.

Laboratório Digital para a Pessoa Idosa: Mixagem de Som

CURSO Exploração da relação entre música, memória e tecnologia por meio da prática de mixagem de som. Com Todas Podem Mixar. De 10/3 a 28/4. Terças, 14h às 17h. A partir de 60 anos. Inscrições on-line até 6/3. GRÁTIS.

SANTANA

Velhices: Conversa sobre Novas Perspectivas do Envelhecer

BATE-PAPO Discussão sobre novas visões do envelhecimento com a organizadora do livro "Velhices". Com Celina Dias Azevedo. Mediação: Rosângela Barbalaco. Dia 26/3. Quinta, 15h às 17h. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

SANTO AMARO

Baile da Session Groove

SHOW Celebração ao funk, soul e groove. Dia 5/3. Quinta, 15h. AL A partir de 60 anos GRÁTIS.

Como Fazer Gel de Massagem Natural? Um Toque de Autocuidado

VIVÊNCIA Aprenda a preparar um gel de massagem natural, com ingredientes livres de parabenos, e conheça técnicas simples de automassagem para o cuidado diário. Com Plenitude Corpo & Mente. Dia 10/3. Terça, 13h às 14h. A partir de 60 anos. Inscrições presenciais a partir de 3/3. GRÁTIS.

Dança +: Corpo, Movimento e Sutileza

CURSO Prática de balé para pessoas com mais de 60 anos voltada à escuta corporal, musicalidade e delicadeza do gesto. Com Gabriela Alcofra. De 12/3 a 28/5. Quintas, 15h às 16h20. Exceto dia 7/5. A partir de 50 anos. Inscrições on-line ou presenciais de 3 a 10/3. ▲ R\$20 ■ R\$10 ● R6

Territórios da Longevidade – Direitos da Pessoa Idosa Aplicados no Cotidiano

VIVÊNCIA Palestra e dinâmica discute direitos da pessoa idosa e desafios do cotidiano em cidades mais inclusivas. Com Plenitude Corpo & Mente. Dia 17/3. Terça, 13h às 14h. A partir de 60 anos. Inscrições presenciais a partir 3/3. GRÁTIS.

Visita ao Sítio Nossa Vida – Alimentos Orgânicos

VIVÊNCIA Conhecer práticas de plantio, colheita e

produção de água em agricultura orgânica. Com agricultores e agricultoras da Cooperapas.

Dia 21/3. Sábado, 7h30 às 16h. A partir de 60 anos. Inscrições presenciais a partir de 3/3. GRÁTIS.

Meu Pé, Minha Raiz: a Base do Prédio Humano

VIVÊNCIA A importância dos pés para o equilíbrio corporal e a prevenção de quedas, com analogias à arquitetura do corpo humano. Com Plenitude Corpo & Mente. Dia 24/3. Terça, 13h às 14h. A partir de 60 anos. Inscrições presenciais a partir de 3/3. GRÁTIS.

Trouxinha de Ervas: Como Fazer Pindas Chinesas

VIVÊNCIA Aprenda a preparar pindas chinesas com ervas medicinais e técnicas de aromaterapia. Com Plenitude Corpo & Mente. Dia 31/3. Terça, 13h às 14h. A partir de 60 anos. Inscrições presenciais a partir de 3/3. GRÁTIS.

SANTO ANDRÉ

Memória EnCena: Encontros Para Viver e Inventar Com Arte

CURSO Espaço de criação teatral para pessoas idosas. Com Andrea Zeppini. De 12/3 a 30/4. Quintas, 14h às 16h. A partir de 60 anos. GRÁTIS.



Elas Forrozeando
Itaquera – Dia 26

Introdução à Percussão de Maracatu

CURSO Iniciação à percussão em Maracatu Nação. Com Grupo de Maracatu No Balanço das Águas. **De 12/3 a 30/5. Quintas, 19h às 21h. Dia 30/5. Sábado, 9h às 13h. A partir de 12 anos. GRÁTIS.**

SÃO BENTO

Saúde da Voz Para Pessoas Idosas

CURSO Práticas vocais, corporais e expressivas com orientações sobre hábitos saudáveis e cuidados diários com a voz. Com Renata Gelamo. **De 13 a 27/3. Sextas, 14h às 16h. A partir de 60 anos. Inscrições on-line até 11/3. GRÁTIS.**

SÃO CAETANO

Biojoias com Resina Epóxi

OFICINA Criação de biojoias com resina e elementos naturais coletados de forma sustentável. Com Projeto Tiê-Sangue. **De 4 a 18/3. Quartas, 14h às 16h. A partir de 60 anos. Inscrições on-line. GRÁTIS.**

Banda Doente do Pé

SHOW Baile com samba, gafieira, forró e clássicos brasileiros em clima dançante. **Dia 25/3. Quarta, 18h às 20h. AL GRÁTIS.**

VILA MARIANA

Circo para Pessoas Idosas

OFICINA Vivência cênica e corporal estimula imaginação,

consciência do corpo e envelhecimento ativo. Com Trupe Dunavô.

De 5/3 a 30/4. Quintas, 15h às 17h. Exceto dia 2/4. A partir de 60 anos. GRÁTIS.

ALMA: Danças Circulares dos Povos

AULA ABERTA Danças circulares tradicionais e contemporâneas que promovem integração, energia e envelhecimento ativo. Com Mônica Goberstein. **De 6/3 a 24/4. Sextas, 17h às 18h30. Exceto dia 3/4. A partir de 60 anos. GRÁTIS.**

Turismo Social



Consulte a programação integral, a forma e o horário de abertura das inscrições e os tipos de acomodação nas Centrais de Atendimento das unidades ou em sescsp.org.br/turismosocial

BELENZINHO

Em Busca da História Perdida

VIVÊNCIA Os passantes são convidados a lembrar histórias perdidas a partir de um mapa do metrô da cidade de São Paulo, resgatando narrativas individuais escondidas nas memórias. Com Cia. As Clês.

Dias 28 e 29/3. Sábado e domingo, 14h às 16h. Todas as idades **AL GRÁTIS.**

Um Dia Entre a Serra e o Mar – Bertioga (SP)

PASSEIO Localizado entre a Mata Atlântica e o mar, o Centro de Férias Sesc Bertioga possui vocação natural para o desenvolvimento de ações socioambientais. Nesse passeio os participantes terão um dia livre com acesso a toda estrutura de lazer do Sesc Bertioga.
Dia 4/4. Sábado, 6h30. Todas as idades. Inscrições on-line.
▲ A partir de R\$256
● A partir de R\$100

Chão Caipira – Paraibuna (SP)

PASSEIO Conhecer e vivenciar tradições caipiras por meio de conversas com moradores, produtores locais e jovens da cidade, tomar um café caipira, ouvir uma roda de viola e provar os sabores das fazendas são os principais atrativos desse roteiro.
Dia 11/4. Sábado, 7h. Todas as idades. Inscrições on-line.
▲ A partir de R\$330
● A partir de R\$220



INTERLAGOS

Diário de Aventura: Rafting e Arvorismo – Juquitiba (SP)

PASSEIO Programação inclui rafting (descida de rios em botes infláveis), e arvorismo (percurso suspenso montado nas copas das árvores).

Dia 19/4. Domingo, saída às 7h. Todas as idades. Inscrições on-line a partir de 18/3.

- ▲ A partir de R\$450
- A partir de R\$300

ITAQUERA

Tradição Hare Krishna: Fazenda Nova Gokula – Pindamonhangaba (SP)

PASSEIO Imersão na maior comunidade Hare Krishna da América Latina, localizada na Serra da Mantiqueira, com prática de yoga, meditação, alimentação vegana e vivência ambiental.

Dia 25/4. Sábado, saída às 7h. Todas as idades. Inscrições on-line a partir de 18/3.

- ▲ A partir de R\$285
- A partir de R\$190

PINHEIROS

Paisagens Naturais – São Luís do Paraitinga (SP)

EXCURSÃO Localizada na região do Vale do Paraíba, São Luís do Paraitinga é contemplada com uma rica diversidade cultural, que abrange as suas festas tradicionais, culinária, natureza,

artesanato e história.

De 17 a 19/4. Sexta a domingo, saída às 7h.

Todas as idades. Inscrições on-line a partir de 3/3.

- ▲ A partir de R\$1.650
- A partir de R\$1.100

Chão Caipira – Paraibuna (SP)

PASSEIO Conhecer e vivenciar tradições caipiras por meio de conversas com moradores, produtores locais e jovens da cidade, tomar um café caipira, ouvir uma roda de viola e provar os sabores das fazendas são os principais atrativos desse roteiro.

Dia 18/4. Sábado, saída às 6h.

Todas as idades. Inscrições on-line a partir de 3/3.

- ▲ A partir de R\$330
- A partir de R\$220

Parque das Neblinas – Mogi das Cruzes (SP)

PASSEIO Visita à reserva ecológica localizada entre os municípios de Bertiooga e Mogi das Cruzes. No local são desenvolvidas pesquisas científicas, atividades de manejo sustentável, turismo científico, vivências e oficinas de meio-ambiente.

Dia 25/4. Sábado, saída às 7h.

Todas as idades. Inscrições on-line a partir de 3/3.

- ▲ A partir de R\$330
- A partir de R\$220

SANTANA

Viagens Ilustradas

VIVÊNCIA Memórias ganham interpretações pelas mãos de um poeta e de um ilustrador, que transformam depoimentos em um cartão-postal exclusivo. Com Daniel

Viana e Ronaldo Grillo.

Dia 7/3. Sábado, 13h30 às 15h e 16h às 17h30. AL GRÁTIS.

Territórios Caiçaras e Quilombolas do Lagamar: Cananeia e Ilha do Cardoso (SP)

EXCURSÃO O Lagamar é uma região que se estende de Iguape (SP) até Paranaguá (PR). Nesta viagem, conheça os costumes locais e os tradicionais bailes de fandango caiçara.

De 23 a 26/4. Quinta a domingo, saída às 8h. Todas as idades. Inscrições on-line.

- ▲ A partir de R\$1.575
- A partir de R\$1.050

VILA MARIANA

Guia de Turismo: Agente Interlocutor para Experiências Turísticas

CURSO Encontros visam apresentar o universo da profissão, além de refletir sobre o Turismo Social do Sesc São Paulo.

De 3/3 a 14/4. Terças, 19h às 21h. Dia 25/4. Sábado, saída 7h. A partir de 18 anos.

Inscrições on-line.

- ▲ R\$120 ■ R\$60 ● R\$36

Sustentabilidade e Riqueza Verde da Zona Sul – São Paulo (SP)

PASSEIO A região de Parelheiros possui iniciativas como o sítio Planta Feliz e a Casa da Girafa, construída com reaproveitamento de materiais.

Dia 26/4. Domingo, saída às 8h. Todas as idades.

Inscrições on-line a partir de 18/3.

- ▲ A partir de R\$345
- A partir de R\$230



**Centro de Férias
Sesc Bertioga**

BERTIOGA

**Rua Pastor Djalma da
Silva Coimbra, 20
(13) 3319-7700**

Hospedagem

Consulte os períodos disponíveis e realize sua inscrição pelo site **centrodeferias.sescsp.org.br** ou pessoalmente nas unidades do Sesc São Paulo.

Diária por pessoa com pensão completa

▲ R\$489 ● R\$123

Inclui: refeições (café da manhã, almoço e jantar), programação de lazer e utilização de todas as dependências.

Quando há vagas remanescentes, é possível fazer a compra direta de períodos de hospedagem.

Acesse o site para consultar a disponibilidade.

Passe o Dia

Venda de ingressos somente on-line, via aplicativo **Credencial Sesc SP** ou site **centralrelacionamento.sescsp.org.br**, a partir das 17h30, na segunda quinta-feira do mês anterior à data pretendida para a visita.

Limite de até 5 ingressos por pessoa/atendimento. Para cancelamentos e devoluções, consulte a política de venda de ingressos na seção Termos de Uso em **sescsp.org.br**

Ingresso por pessoa:

▲ R\$180 ● R\$45

Inclui: acesso à programação e aos equipamentos de lazer, utilização dos vestiários e almoço no restaurante. Consulte a disponibilidade.

Estacionamento:

▲ R\$30 ● R\$15

O valor do estacionamento não está incluso no Passe o Dia. Permanência na unidade das 8h às 18h.

Crianças até 6 anos não pagam o Passe o Dia e o ingresso é emitido exclusivamente na Central de Atendimento do Sesc Bertioga, no dia do passeio. Para crianças de 7 a 12 anos, há desconto de 50% sobre o valor correspondente à sua categoria.

Foto: Ignacio Aronovich

Bibliotecas

As 19 bibliotecas fixas, nas unidades, e as seis carretas do programa BiblioSesc proporcionam o empréstimo de obras da literatura – de ficção e não-ficção. As informações do acervo da Rede Sesc de Bibliotecas, com 160 mil títulos, estão disponíveis para consulta on-line no site sesc.com.br/bibliotecas

O serviço é gratuito, mas para o empréstimo de livros é preciso apresentar a Credencial Plena ou um documento oficial com foto. Consulte o horário de funcionamento das bibliotecas e os equipamentos de acessibilidade disponíveis para pessoas com deficiência visual nas páginas das unidades, no portal sescsp.org.br

As bibliotecas, bem como os **Espaços de Leitura**, sediam atividades como sessões de mediação de leitura e contação de histórias, oficinas, bate-papos, palestras e apresentações artísticas.

BIBLIOSESC

Programa composto por bibliotecas móveis que oferece gratuitamente empréstimo e consulta de livros, jornais e revistas. É uma iniciativa do Departamento Nacional do Sesc, presente em todo o país, para incentivar a leitura. O BiblioSesc visita os pontos de atendimento quinzenalmente. Saiba mais em sescsp.org.br/bibliosesc

1 Campo Limpo

- » Praça/Campo Dom José(Embu das Artes)
- » Poupatempo Taboão da Serra
- » CCA Jardim São Joaquim
- » Praça do Centro (São Lourenço da Serra)
- » CCA Padre Jaime
- » Sesc Campo Limpo
- » Largo da Praça da Matriz (Itapeverica da Serra)

2 Interlagos

- » Clube da Turma Santa Terezinha
- » Instituto Anchieta Grajaú
- » Praça Parelheiros
- » E. E. Ilda Vieira Vilela
- » E. E. Prof. Carlos Ayres
- » Praça Escolar
- » Sesc Interlagos (Sede Social)

3 Itaquera

- » E.E. Prof. Tito Lívio Ferreira
- » UBS Cidade Líder
- » CCA Santa Marcelina
- » Paróquia São Francisco de Assis
- » Sesc Itaquera (Praça de Eventos)
- » Teatro Flávio Império

Santana

- » CCA Parque Mandy
- » Casa Dom Macário
- » Casa de Cultura Vila Guilherme
- » Instituto Resgatando Vidas
- » ONG Tijolinho
- » CCA Murialdo
- » Sesc Santana

Osasco

- » Casa de Cultura Marielle Franco (Franco da Rocha)
- » CEMEIF Profº Darcy Ribeiro (Osasco)
- » EMEF Júlio Gomes Camisão (Barueri)
- » Parque da Cidade (Itapevi)
- » Praça de Copacabana (Barueri)

São Caetano

- » Casa do Hip-Hop de Mauá
- » Centro Cultural Diadema
- » CEU das Artes
- » EMEF 28 de Julho
- » Parque da Juventude
- » Sesc São Caetano

Saúde Bucal



Odontologia
24 de Maio

A saúde bucal é uma ação de promoção da saúde prioritária do Sesc que estimula a autonomia e o autocuidado.

O tratamento odontológico é exclusivo para quem possui Credencial Plena válida no estado de São Paulo, e é preciso fazer inscrição prévia, que acontece anualmente pelo aplicativo **Credencial Sesc SP** ou pelo site **centralrelacionamento.sescsp.org.br**

O público em geral pode participar de atividades educativas gratuitas, como clubes de saúde bucal, palestras, oficinas e espetáculos. Consulte a programação de cada unidade no portal do Sesc São Paulo.

Saiba mais em **sescsp.org.br/odontologia**



**CURSOS, OFICINAS
E ENCONTROS**
Consulte destaques
de atividades voltadas
ao tema da saúde na
seção Cursos, Oficinas
e Encontros.

Foto: Matheus José Maria

Alimentação



COMEDORIAS

Você conhece os espaços de alimentação do Sesc?

As Comedorias das unidades servem alimentos saudáveis, brasileiros e contemporâneos, a preços acessíveis. São itens que valorizam a nossa diversidade cultural e seguem as diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira, do Ministério da Saúde.

Os ambientes são acolhedores, acessíveis e convidativos para refeições coletivas.

Ficou com vontade? Consulte cardápios, preços e formas de pagamento nas páginas das unidades no portal do Sesc São Paulo ou nas próprias Comedorias.

Saiba mais sobre o acesso aos restaurantes em sescsp.org.br/comedoria



CURSOS, OFICINAS E ENCONTROS

Consulte destaques da programação voltada ao tema da alimentação na seção Cursos, Oficinas e Encontros.

SESC MESA BRASIL

Reduzir a fome e o desperdício de alimentos é o objetivo desse programa, realizado pelo Sesc São Paulo desde 1994. Em uma ponta, busca alimentos que, por algum motivo, perderam seu valor comercial, mas estão próprios para o consumo; na outra, entrega para instituições sociais, a fim de complementar refeições servidas. Veja como doar e ajude a combater a fome e a insegurança alimentar em sescsp.org.br/mesabrasil

[f](https://www.facebook.com/sescmesabrasilsp) [@sescmesabrasilsp](https://www.instagram.com/sescmesabrasilsp)

Unidades da Capital e Grande São Paulo



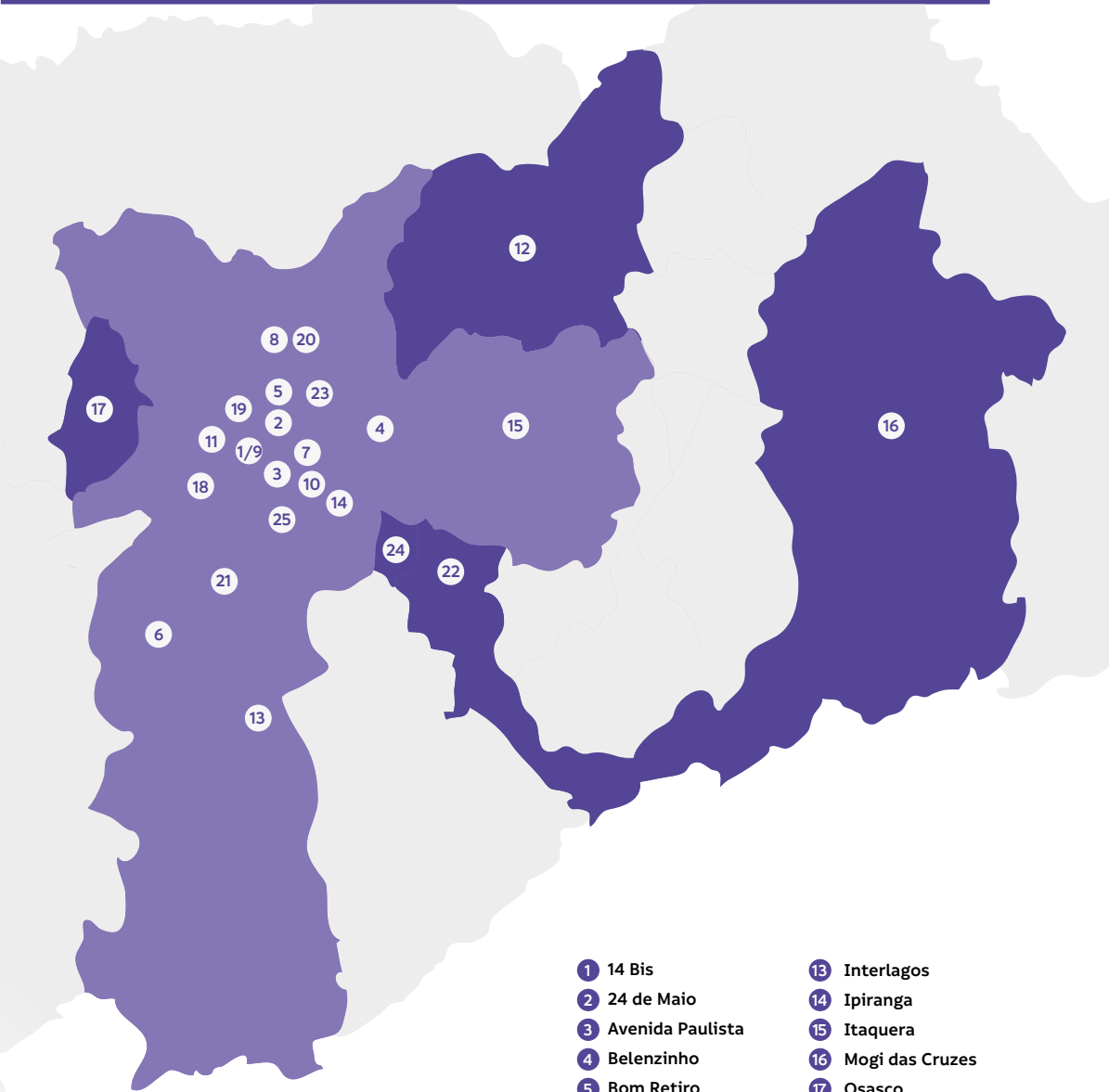
Consulte o portal do
Sesc São Paulo para
mais informações e a
programação completa

Consulte o horário
de funcionamento
das unidades nos feriados
em sescsp.org.br/feriados

Não é permitida a
entrada com animais de
estimação nas unidades,
exceto cão-guia.



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.



- | | |
|---------------------------------|--------------------|
| 1 14 Bis | 13 Interlagos |
| 2 24 de Maio | 14 Ipiranga |
| 3 Avenida Paulista | 15 Itaquera |
| 4 Belenzinho | 16 Mogi das Cruzes |
| 5 Bom Retiro | 17 Osasco |
| 6 Campo Limpo | 18 Pinheiros |
| 7 Carmo | 19 Pompeia |
| 8 Casa Verde | 20 Santana |
| 9 Centro de Pesquisa e Formação | 21 Santo Amaro |
| 10 CineSesc | 22 Santo André |
| 11 Consolação | 23 São Bento |
| 12 Guarulhos | 24 São Caetano |
| | 25 Vila Mariana |

14 BIS

Rua Dr. Plínio Barreto, 285,
Bela Vista, São Paulo

◆ Trianon-MASP (700 m)

◆ Anhangabaú (2.000 m)

🚌 Terminal Bandeira (2.000 m)

Terça a sábado, 10h às 21h.

Domingos e feriados, 10h às 19h.

☎ (11) 3016-7700

📍 @/sesc14bis

24 DE MAIO

Rua 24 de Maio, 109, Centro, São Paulo

◆ República (400 m)

◆ Anhangabaú (500 m)

◆ São Bento (650 m)

🚌 Terminal Bandeira (750 m)

Terça a sábado, 9h às 21h.

Domingos e feriados, 9h às 18h.

☎ (11) 3350-6300

📍 @/sesc24demaio

AVENIDA PAULISTA

Avenida Paulista, 119, Bela Vista, São Paulo

◆ Brigadeiro (250 m)

◆ Paraíso (750 m)

Terça a sexta, 10h às 21h30.

Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

☎ (11) 3170-0800

📍 @/sescavpaulista

BELENZINHO

Rua Padre Adelino, 1.000,

Belenzinho, São Paulo

◆ Belém (550 m)

◆ Tatuapé (1.400 m)

Terça a sábado, 9h às 21h.

Domingos e feriados, 9h às 18h.

☎ (11) 2076-9700

📍 @/sescbelenzinho



Pompeia

BOM RETIRO**Alameda Nothmann, 185,****Bom Retiro, São Paulo**

◆ Luz (1.500 m)

◆ Júlio Prestes (500 m)

◆ Terminal Princesa Isabel (750 m)

Terça a sexta, 9h às 20h.**Sábado, 10h às 20h.****Domingos e feriados, 10h às 18h.**

☎ (11) 3332-3600

f @/sescbomretiro

CAMPO LIMPO**Rua Nossa Senhora do Bom Conselho, 120,****Campo Limpo, São Paulo**

◆ Campo Limpo (500 m)

◆ Vila das Bezas (1.600 m)

◆ Terminal Capelinha (1.200 m)

Terça a sexta, 12h às 21h.**Sábados, domingos e feriados, 10h às 19h.**

☎ (11) 5510-2700

f @/sesccampolimp

CARMO**Rua do Carmo, 147, Sé, São Paulo**

◆ Sé (500 m)

◆ Terminal Parque D. Pedro II (850 m)

Segunda a sexta, 9h às 20h.

☎ (11) 3111-7000

f @/sescarm

CASA VERDE**Avenida Casa Verde, 327,****Casa Verde, São Paulo**

◆ Santana (2.800 m)

◆ Barra Funda (5.000 m)

Terça a sexta, 10h às 19h.**Sábados, domingos e****feriados, 10h às 18h.**

☎ (11) 2238-3300

f @/sescasaverde

CENTRO DE PESQUISA E FORMAÇÃO**Rua Dr. Plínio Barreto, 285, 4º andar,****Bela Vista, São Paulo**

◆ Trianon-MASP (700 m)

◆ Anhangabaú (2.000 m)

◆ Terminal Bandeira (2.000 m)

Terça a sexta, 10h às 21h.**Sábados, 10h às 18h30.**

☎ (11) 3254-5600

f @/cpfsesc

CINESEC**Rua Augusta, 2.075,****Cerqueira César, São Paulo**

◆ Consolação (450 m)

Segunda a domingo, 13h às 22h.

☎ (11) 3087-0500

f @/cinesescsp

CONSOLAÇÃO**Rua Dr. Vila Nova, 245, Vila Buarque, São Paulo**

◆ Higienópolis-Mackenzie (600 m)

◆ República (900 m)

◆ Santa Cecília (1.000 m)

◆ Terminal Amaral Gurgel (850 m)

Terça a sexta, 10h às 21h30.**Sábados, 10h às 20h. Domingos e feriados,****10h às 18h.**

☎ (11) 3234-3000

f @/sescconsolacao

GUARULHOS**Rua Guilherme Lino dos Santos, 1.200,****Jardim Flor do Campo, Guarulhos**

◆ Guarulhos CECAP (2.000 m)

◆ Terminal CECAP (900 m)

Terça a sexta, 9h às 21h30.**Sábados, 9h às 20h.****Domingos e feriados, 9h às 18h.**

☎ (11) 2475-5550

f @/sescguarulhos

INTERLAGOS

Avenida Manuel Alves Soares, 1.100,
Parque Colonial, São Paulo

🚶 Primavera-Interlagos (1.300 m)

Quarta a domingo e feriados, 9h às 17h.

☎ (11) 5662-9500

📱 @/sescinterlagos

IPIRANGA

Rua Bom Pastor, 822, Ipiranga, São Paulo

🚶 Sacomã (2.200 m)

🚶 Ipiranga (2.000 m)

🚶 Terminal Vila Prudente (2.800 m)

Terça a sexta, 7h às 21h30.

Sábados, 10h às 20h.

Domingos e feriados, 10h às 18h30.

☎ (11) 3340-2000

📱 @/sescipiranga

ITAQUERA

Avenida Fernando Espírito Santo Alves
de Mattos, 1.000, Itaquera, São Paulo

🚶 Itaquera (7.200 m)

🚶 Terminal São Mateus (5.200 m)

Quarta a domingo e feriados, 9h às 17h.

☎ (11) 2523-9200

📱 @/sescitaquera

MOGI DAS CRUZES

Rua Rogerio Tacola, 118,
Socorro, Mogi das Cruzes

🚶 Estudantes (1.100 m)

🚶 Terminal Rodoviário Geraldo

Scavone (1.200 m)

Terça a sexta, 13h às 22h.

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

☎ (11) 4728-6200

📱 @/sesc_mogidascruzes

📱 @/sescmogidascruzes

OSASCO

Travessa Gilmar de Franca
Crispim, 9, Jardim das Flores,
Osasco (espaço provisório)

🚶 Comandante Sampaio (2.000 m)

🚶 Osasco (3.000 m)

Segunda a sexta, 11h às 20h.

Fechado nos feriados.

☎ (11) 3184-0900

📱 @/sescosasco

PINHEIROS

Rua Paes Leme, 195, Pinheiros, São Paulo

🚶 Faria Lima (350 m)

🚶 Pinheiros (350 m)

Terça a sexta, das 10h às 22h.

Sábados, das 10h às 21h.

Domingos e feriados, das 10h às 18h30.

☎ (11) 3095-9400

📱 @/sescpinheiros

POMPEIA

Rua Clélia, 93, Pompeia, São Paulo

🚶 Água Branca (800 m)

🚶 Barra Funda (2.000 m)

🚶 Terminal Lapa (2.100 m)

Terça a sábado, 10h às 21h30.

Domingos e feriados, 10h às 18h30.

☎ (11) 3871-7700

📱 @/sescpompeia

SANTANA

Avenida Luiz Dumont Villares, 579,
Santana, São Paulo

🚶 Jardim São Paulo-Ayrton Senna (850 m)

🚶 Parada Inglesa (1.200 m)

🚶 Parada Santana (1.700 m)

Terça a sexta, 9h às 21h.

Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h.

☎ (11) 2971-8700

📱 @/sescsantana

SANTO AMARO

Rua Amador Bueno, 505,
Santo Amaro, São Paulo

◆ Largo Treze (400 m)

🚶 Santo Amaro (850 m)

🚶 Terminal Santo Amaro (400 m)

Terça a sexta, 10h às 21h30.

Sábados, domingos e feriados, 10h às 18h30.

☎ (11) 5541-4000

📱 @/sescsantoamaro

SANTO ANDRÉ

Rua Tamarutaca, 302, Vila Guiomar,
Santo André

🚶 Santo André (2.000 m)

🚶 Terminal Santo André (2.000 m)

Terça a sexta, 10h às 22h.

Sábados, domingos e feriados, 10h às 19h.

☎ (11) 4469-1200

📱 @/sescsantoandre

SÃO BENTO

Rua Florêncio de Abreu, 305/315,
Centro, São Paulo

◆ São Bento (300 m)

🚶 Terminal Parque D. Pedro II (1.200 m)

Segunda a sexta, 7h às 20h.

☎ (11) 3329-2800

📱 @/sescsaobento

SÃO CAETANO

Rua Piauí, 554, Santa Paula, São Caetano

🚶 São Caetano (1.400 m)

🚶 Terminal Nicolau Delic (1.400 m)

Segunda a sexta, 7h às 21h.

Sábados e feriados, 9h às 17h30.

☎ (11) 4223-8800

📱 @/sescsaocaetano

VILA MARIANA

Rua Pelotas, 141, Vila Mariana, São Paulo

◆ Ana Rosa (750 m)

◆ Paraíso (1.000 m)

🚶 Terminal Ana Rosa (750 m)

Terça a sexta, 10h às 21h30.

Sábados, 10h às 20h.

Domingos e feriados, 10h às 18h.

☎ (11) 5080-3000

📱 @/sescvilamariana



Santo André

Unidades do Interior e Litoral

ARARAQUARA

Rua Castro Alves, 1.315
Araraquara, SP

☎ (16) 3301-7500

📍 @/sescararaquara

BAURU

Avenida Aureliano Cardia, 6-71
Bauru, SP

☎ (14) 3235-1750

📍 @/sescbauru

BERTIOGA

Rua Pastor Djalma da
Silva Coimbra, 20
Bertioga, SP

☎ (13) 3319-7700

📍 @/sescbertioga

BIRIGUI

Rua Manoel Domingues
Ventura, 121
Birigui, SP

☎ (18) 3649-4730

📍 @/sescbirigui

SESC EM ARAÇATUBA

Rua São Paulo, 382
Araçatuba, SP

☎ (18) 3608-5400

CAMPINAS

Rua Dom José I, 270/333
Campinas, SP

☎ (19) 3737-1500

📍 @/sesccampinas

📍 @/sescspcampinas

CATANDUVA

Praça Felício Tonello, 228
Catanduva, SP

☎ (17) 3524-9200

📍 @/sescspcatanduva

📍 @/sescscatanduva

FRANCA

Avenida Doutor Ismael
Alonso Y Alonso, 3.071
Franca, SP

☎ (16) 3112-7500

📍 @/sescfrancasp

📍 @/sescfranca

JUNDIAÍ

Avenida Antônio Frederico
Ozanan, 6.600
Jundiaí, SP

☎ (11) 4583-4900

📍 @/sescjundiai

PIRACICABA

Rua Ipiranga, 155
Piracicaba, SP

☎ (19) 3437-9292

📍 @/sescpiracicaba

REGISTRO

Avenida Prefeito Jonas Banks
Leite, 57, Complexo KKKK
Registro, SP

☎ (13) 3828-4950

📍 @/sescregistro

RIBEIRÃO PRETO

Rua Tibiriçá, 50
Ribeirão Preto, SP

☎ (16) 3977-4477

📍 @/sescribeiraopreto



Consulte o portal do Sesc São Paulo para mais informações e a programação completa das unidades no interior e litoral

RIO PRETO

Avenida Francisco das Chagas de Oliveira, 1.333
São José do Rio Preto, SP
☎ (17) 3216-9300
f @/sescriopreto

SANTOS

Rua Conselheiro Ribas, 136
Santos, SP
☎ (13) 3278-9800
f @/sescsantos

SÃO CARLOS

Avenida Comendador Alfredo Maffei, 700
São Carlos, SP
☎ (16) 3373-2333
f /sescscarlos
@/sescsaocarlos

SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Avenida Adhemar de Barros, 999
São José dos Campos, SP
☎ (12) 3904-2000
f @/sescsjcampos

SOROCABA

Rua Barão de Piratininga, 555
Sorocaba, SP
☎ (15) 3332-9933
f @/sescsorocaba

TAUBATÉ

Avenida Engenheiro Milton de Alvarenga Peixoto, 1.264
Taubaté, SP
☎ (12) 3634-4000
f @/sescstaubate

THERMAS DE PRESIDENTE PRUDENTE

Rua Alberto Peters, 111
Presidente Prudente, SP
☎ (18) 3226-0400
f @/sescthermas

- 1 Araraquara
- 2 Bauru
- 3 Bertioga
- 4 Birigui
- 4a Sesc em Araçatuba
- 5 Campinas
- 6 Catanduva
- 7 Franca
- 8 Jundiaí
- 9 Piracicaba
- 10 Registro
- 11 Ribeirão Preto
- 12 Rio Preto
- 13 Santos
- 14 São Carlos
- 15 São José dos Campos
- 16 Sorocaba
- 17 Taubaté
- 18 Termas de Pres. Prudente



Autobiografia Autorizada

Jundiaí – Dias 19 e 20

Ribeirão Preto – Dia 11

BIRIGUI E FRANCA

Elba Ramalho

SHOW Cantora celebra quatro décadas de carreira em show que revisita sucessos e referências de ritmos nordestinos.

Dia 4/3. Quarta, 20h.

(Sesc Birigui) **A12**

▲ R\$15 ■ R\$25 ● R\$50

Dia 8/3. Domingo, 18h.

(Sesc Franca) **AL**

▲ R\$18 ■ R\$30 ● R\$60

OSASCO

FLOZ – Festa Literária de Osasco

ENCONTRO Promoção da leitura, diversidade de vozes e acesso à cultura. Com Itamar Vieira Jr., Marcelino Freire, André Vianco, Luiza Romão, entre outros.

De 13 a 15/3. Sexta a domingo, 10h30 às 20h30.

Local: Centro de Eventos Pedro Bortolosso. Todas as idades. GRÁTIS.

JUNDIAÍ E RIBEIRÃO PRETO

Autobiografia Autorizada

ESPETÁCULO Obra criada e encenada por Paulo Betti, baseada em textos escritos durante sua adolescência e artigos que escreveu para o jornal de sua cidade natal.

Dias 19 e 20/3. Quinta e sexta, 20h. (Sesc Jundiaí) **A10**

▲ R\$50 ■ R\$25 ● R\$15

Dia 11/3. Quarta, 20h.

(Sesc Ribeirão Preto) **A12**

Ingressos 1h antes. GRÁTIS.

Reserva Natural Sesc Bertioga

Localizada a 700 metros da entrada do Centro de Férias, a Reserva protege uma área de mais de 600 mil metros quadrados de floresta dentro da cidade de Bertioga. O visitante pode conhecer e explorar os espaços do Receptivo da Reserva de forma autônoma, além de conhecer o Domo Geodésico, a Trilha do Sentir, a Trilha do Tucum e o Jardim das Brincadeiras. Recursos de acessibilidade disponíveis.

Acesso pela Avenida Francisco Soto Barreiro Filho (antiga Avenida do Canal), 1.117, no Maitinga, Bertioga (SP). Terça a domingo, 8h30 às 17h30. GRÁTIS | Sem necessidade de agendamento. Para visitação de grupos, escreva para atendimentogrupos.bertioga@sescsp.org.br. Saiba mais em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br/reservanatural)

sesc.digital



APLICATIVO SESC DIGITAL

Assista gratuitamente a dezenas de filmes, documentários, produções originais e shows na plataforma de streaming do Sesc São Paulo. Neste mês, destaque para o drama biográfico **"Eu, que te Amei" (2025)**, de Diane Kurys, sobre o casal Simone Signoret e Yves Montand – o mais famoso do cinema francês –, e para a trilogia documental de Patricio Guzmán sobre seu país natal, o Chile: **"Nostalgia da Luz" (2010)** – Os impactos da ditadura de Augusto Pinochet; **"O Botão de Pérola" (2015)** – O mar chileno guarda memórias da humanidade, unindo paisagem, povos e mistérios; **"A Cordilheira dos Sonhos" (2019)** – Como a geografia e a política definem a identidade do país sul-americano.



ou [sescsp.org.br/
appsescdigital](https://sescsp.org.br/appsescdigital)

EAD – CONSUMO, RESÍDUOS E SUSTENTABILIDADE

Com apresentação da atriz Thainá Duarte e conteúdo elaborado por educadoras da Fubá Educação Ambiental, o curso, em seis videoaulas, mostra como fazer a gestão responsável do lixo em diferentes contextos.

Saiba mais em sescsp.org.br/ead **AL**

COMO ACESSAR

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



PLAYLIST – FITA CASSETTE – PRIMÓRDIOS DO METAL

Antes mesmo do Metal existir como gênero, algumas bandas já exploravam guitarras e ritmos mais pesados. Esta fitinha é uma volta aos tempos primordiais do metal!

Playlist disponível nos canais do Sesc São Paulo no Apple Music, Deezer e Spotify

SescTV

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

f @ v t /sescTV

Assista em sescTV.org.br/noar

ESTREIA



DOCUMENTÁRIO: LUSÓFONAS

Filmado no Brasil, Angola, Moçambique e Portugal, o documentário investiga como a lusofonia se manifesta na experiência das mulheres em contextos distintos. A partir de relatos, aborda patriarcado, feminismo, violência e lutas por direitos, revelando desafios comuns nesses diferentes territórios.

Direção: Carolina Paiva, Brasil, 2019. 70 min.

Estreia 7/3. Sábado, 22h.

Classificação indicativa: L

CONFIRA TAMBÉM



DOCUMENTÁRIO: SAUDADES DO RIO DOCE

O filme retoma a tragédia de Mariana, em Minas Gerais, quase uma década após o rompimento da barragem de rejeitos ocorrido em novembro de 2015. Revisita os acontecimentos, os impactos socioambientais, as perdas humanas e as transformações profundas sofridas pelo território ao longo dos anos.

Direção: Claudia Neubern, Brasil, 2024. 72 min.

Estreia 20/3. Sexta, 22h.

Classificação indicativa: L

Crédito das imagens: Fábio Fonseca, Les Films de l'œil sauvage – Claudia Neubern

Edições Sesc

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

  /edicoessescsp
sescsp.org.br/edicoes

LANÇAMENTOS

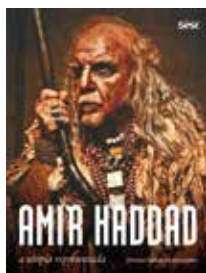


ECOSSOCIALISMO: UM PROJETO DE CIVILIZAÇÃO

Bate-papo com Sabrina Fernandes.

Dia 3/3. Terça, 19h30.

Sesc Rio Preto



AMIR HADDAD: A UTOPIA REPRESENTADA

Bate-papo com o autor Thiago Sogayar Bechara e Amir Haddad.
Mediação: Máximo Cutrim.

Dia 9/3. Segunda, 18h.

Local: Teatro Carlos Gomes – Rio de Janeiro



COM A PALAVRA, AS PRETAS

Bate-papo com Lília Guerra e Monica Mendes. Mediação: Maria Teresa Ferreira.

Dia 25/3. Quarta, 19h.

Sesc Sorocaba



OS ARQUIVOS DA TEORIA CRÍTICA

Bate-papo com Marcos Nobre e Taisa Palhares. Mediação: Raphael Concli.

Dia 26/3. Quinta, 19h.

Centro de Pesquisa e Formação

Selo Sesc

Desde 2004 o Selo Sesc traz a público obras que revelam a diversidade e a amplitude da produção artística brasileira.

[f](#) [@](#) [v](#) /selosesc
sescsp.org.br/selosesc



SINGLE SAMBADOURO – IVAN LINS

Ivan Lins celebra suas raízes no álbum “Sambadouro”, que retoma seus sambas à essência do gênero, com arranjos tradicionais e diversas parcerias com grandes nomes da música brasileira. Para começar a festa, já está disponível o single homônimo ao álbum.

Disponível nas principais plataformas de áudio.



SINGLE SETE MARIAS – SÁ & GUARABYRA

Antecipando o álbum digital “Relicário: Sá & Guarabyra”, chega às plataformas “Sete Marias”, canção lançada em 1979. O álbum resgata a gravação do show realizado naquele mesmo ano no Sesc Consolação, então Sesc Vila Nova. Inauguradores do “rock rural”, influenciados pelo folk rock, baiões, xotes, xaxados e música caipira, a dupla gravou sucessos que marcaram a música popular brasileira.

Disponível nas principais plataformas de áudio.

Lojas Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 42 unidades no estado de São Paulo, com linhas de produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.



VISTA A NATUREZA: CAMISETAS CELEBRAM A BIODIVERSIDADE E TE PROTEGEM

Inspirada nas aves do **Sesc Bertioga**, a linha de camisetas com proteção UV transforma a biodiversidade local em arte para vestir. São 360 espécies registradas pelo **Projeto Avifauna**, celebradas em estampas que encantam e educam. Ilustradas pelo biólogo e artista Renato Nakazone, as camisetas unem ciência, sensibilidade e beleza. Em tamanhos infantis e adultos, com proteção solar FPU UV80, oferecem conforto e cuidado para toda a família aproveitar o verão com mais proteção.

Produtos sujeitos à disponibilidade de estoque.



Para saber
mais, consulte
sescsp.org.br/loja

Como se credenciar

A **Credencial Plena** do Sesc é um benefício gratuito para pessoas com registro em carteira, que são estagiárias, temporárias, se aposentaram ou estão desempregadas há até dois anos em empresas do comércio de bens, serviços e turismo e seus dependentes familiares.

Com a **Credencial Plena**, você tem acesso prioritário e descontos na programação e serviços pagos do Sesc.

Como fazer a Credencial Plena?

On-line pelo aplicativo **Credencial Sesc SP** ou pelo 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.



Qual é a validade da Credencial Plena?

A Credencial Plena tem validade de até dois anos.

Para pessoas desempregadas, a validade da credencial é de 24 meses contados a partir da data de rescisão do contrato de trabalho.

Quem pode ser dependente na Credencial Plena?

- Cônjuge ou companheiro(a) de união estável
- Filhos, enteados, irmãos, netos, tutelados e pessoas sob guarda com até 24 anos
- Pai, mãe, padrasto e madrasta
- Avôs e avós
- Pessoas sob guarda, tutela ou curatela do titular ou dependentes. Consulte os critérios no QR code abaixo.



Saiba mais sobre as condições para fazer ou renovar sua Credencial Plena

Relacionamento com Empresas

É o programa que facilita o acesso ao credenciamento de funcionários das empresas parceiras dos ramos do comércio de bens, serviços e turismo. A parceria também as aproxima da nossa vasta programação e serviços.

Acesse **sescsp.org.br/empresas**



A **Revista E** é disponibilizada nas unidades do Sesc e em sescsp.org.br/revistae

Acesse essa e outras publicações no aplicativo do Sesc São Paulo





DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**



Aponte a câmera do
celular para o código
QR acima e consulte a
programação completa



sescsp.org.br

