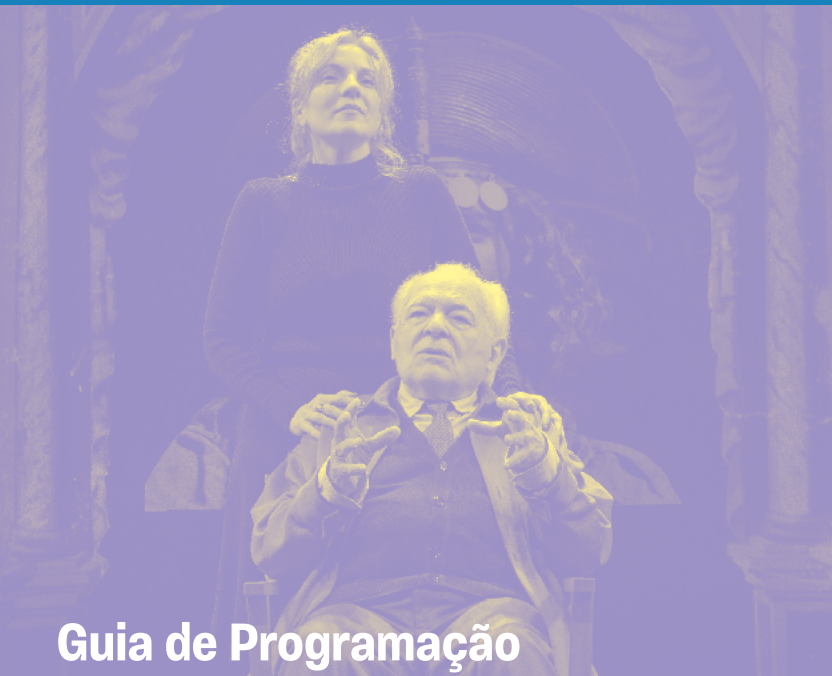


# Junho 2026

Sesc Mogi das Cruzes



Guia de Programação



Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

## Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autotranscrita

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

## Legendas de Acessibilidade

abafadores

acessível\*

audiodescrição

braille

cão-guia\*

dublagem

formato alternativo

legenda *closed caption*

legenda *open caption*

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.



Este guia traz os destaques da programação da unidade de Mogi das Cruzes. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br). Programação sujeita a alterações.

## Funcionamento

Terça a sexta, 13h às 21h30.

Sábados, domingos e feriados, 9h às 17h30.

Dia 4/6 (feriado): unidade aberta das 9h às 17h30.

## Ingressos

A venda de ingressos para shows e espetáculos no Sesc São Paulo tem início semanalmente, em dois lotes.

On-line: às terças-feiras, a partir das 17h.

Presencial, nas bilheterias das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h.

| Data da Atividade | Venda On-line | Venda Presencial |
|-------------------|---------------|------------------|
| 19 e 20/6         | 2/6           | 3/6              |
| 27/6              | 9/6           | 10/6             |

Para temporadas de espetáculos, são consideradas as datas de estreia para início das vendas de toda a temporada.

O portal do Sesc São Paulo traz informações completas sobre datas de venda, preços, limitações de ingresso por pessoa e meios de aquisição - on-line, via aplicativo Credencial Sesc SP ou Central de Relacionamento Digital, ou presencialmente nas unidades. Consulte a política de venda de ingressos na seção Termos de Uso em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br)

Para garantir mais conforto ao público, o Sesc disponibiliza abafadores de ruído.

## 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.**

|           |                                                                    |
|-----------|--------------------------------------------------------------------|
| <b>6</b>  | <b>Festival Florestar</b>                                          |
| <b>9</b>  | <b>Ser Presente:<br/>Yoga, Meditação e<br/>Práticas de Cuidado</b> |
| <b>12</b> | <b>Shows e Espetáculos</b>                                         |
| <b>15</b> | <b>Cinema</b>                                                      |
| <b>16</b> | <b>Cursos, Oficinas<br/>e Encontros</b>                            |
| <b>22</b> | <b>Esporte e<br/>Atividade Física</b>                              |
| <b>26</b> | <b>Crianças</b>                                                    |
| <b>30</b> | <b>Pessoas Idosas</b>                                              |
| <b>32</b> | <b>Agenda de Destaques</b>                                         |

## Editorial

*Vivo e morro por vê-la, meu canto zela por ti / Verde que te quero inteira, verde que te quero aqui! / Serra do Itapety - são os versos da canção Serra do Itapeti, de Pedro Henrique e Henrique Abib, em homenagem à Serra que permeia nossa cidade.*

Queremos vê-la sempre verde e exuberante e, assim, o Festival Florestar abre a programação do mês destacando as áreas naturais como patrimônio, espaço de aprendizagem e convivência, sob o enfoque da biodiversidade e adaptação climática.

Destaque para a ação Banho de floresta, que convida o público a desacelerar e experimentar conexões diferentes do wi-fi, em meio a trilhas guiadas pela biodiversidade rica da nossa região.

Ao pé da serra, teremos a oportunidade de desacelerar a rotina para exercitar o estado de presença: o especial “Ser Presente” traz uma programação de Yoga, Meditação e práticas corporais com vivências, oficinas e encontros que incentivam o cuidado de si, a atenção plena e hábitos saudáveis. Aulas especiais de Yoga, meditação com tambores e Caminhada Meditativa estão entre os destaques que convidam a uma conexão profunda com a natureza.



**Espectáculo teatral** A Concha

Descendo a serra e caminhando para as áreas de planície, a campanha Sesc na Copa busca articular prática esportiva, convivência, inclusão e transformação social. Em Mogi, trazemos a instalação inédita “Respeita a Camisa!”, com 16 camisetas de futebol que celebram a diversidade, ressaltando a história e identidade de equipes comunitárias, centenárias, femininas e LGBTQIAPN+.

A música preenche a unidade com diferentes ritmos e harmonias, com destaque para o show de Marcelo Jeneci, afirmando a identidade brasileira com a potência de sua sonoridade. Nas artes cênicas, o espetáculo Não me entrego, não!, com Othon Bastos, relembra histórias divertidas e emocionantes do grande ator, celebrando a passagem do tempo, a resiliência e o sentido de seguir em frente diante das adversidades.

Com tantas histórias e oportunidades de encontros às margens do rio Tietê e da Serra do Itapeti, te convidamos a desfrutar dessa incrível paisagem lembrando da importância de cuidar da natureza, da saúde e dos vínculos, resgatando nossa essência humana.



## Festival Florestar

Explore a importância das áreas naturais como patrimônio, espaço de experimentação, aprendizagem, convivência, promoção de saúde e bem-estar, sob o enfoque da biodiversidade, mitigação e adaptação climática, unindo saberes científicos e populares.



**Sesc Mogi das Cruzes** Centro de Educação Ambiental



**Curso** Nós e a natureza

Renata Teixeira

Curso

## **NÓS E A NATUREZA**

### **Com Arumã Brasil**

Quando crianças, o contato com elementos naturais costumava ser mais frequente, tínhamos mais facilidade em entender a nossa relação com o meio e nos ver como parte dele. Ao longo do tempo, nós crescemos e as grandes cidades também, de certa forma rompemos essa conexão. Nessa ação, são promovidos momentos de conexão e de aproximação com o natural e a nossa essência.

**De 3 a 24.**

**Quartas.**

**19h às 21h.**

**Dia 27. Sábado.**

**10h às 12h.**

Centro de Educação Ambiental.

Grátis.

Inscrições pelo App Credencial Sesc SP ou no Portal Sesc a partir de 1/6, 14h. A partir de 18 anos.

Passeio

## **BANHO DE FLORESTA: PAUSE A ROTINA PARA CONECTAR-SE À NATUREZA**

### **Com Arumã Brasil**

Passeio no Sítio Cantos da Mata, espaço de ecoturismo cercado de áreas verdes em Taiaçupeba. Você participará de uma vivência sensorial guiada, conhecida como Banho de Floresta. Baseada em uma técnica japonesa, acalma a mente, promove o relaxamento, cuidado pessoal e alívio do stress. Incluso café manhã. Ponto de encontro: 8h no Sesc Mogi das Cruzes.

**Dia 6. Sábado.**

**9h às 12h.**

Sítio Cantos da Mata. Estrada Santa Rita, 450, Mogi das Cruzes.

● R\$ 30,00

■ R\$ 45,00

▲ R\$ 90,00

Inscrições pelo App Credencial Sesc SP ou no Portal Sesc a partir de 20/5, 14h. Todas as idades.

Oficina

**CLUBE DA HORTA****Com Instituto Olho D'água**

Faça parte do Clube da Horta e conheça os processos da produção de hortaliças como planejamento, preparo da terra, adubação, plantio e rega.

**Dias 6 e 20.****Sábados.****14h às 16h.**

Centro de Educação Ambiental.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

A partir de 3 anos.

Espetáculo teatral

**A CONCHA****Com Cia. do Polvo**

Com bonecos, música, teatro de objetos e projeção de vídeo ao vivo, conta a história de Tamikuã, uma menina indígena de sete anos que, após a morte de sua querida avó, se vê sozinha e sem lar. Acompanhada pelo seu cachorrinho, Capitão Nemo, Tamikuã embarca em uma jornada para encontrar seu lugar no mundo. Suas viagens a levam por paisagens estranhas onde o ambiente natural corre grande perigo.

**Dia 6. Sábado.****16h.**

Geodésica.

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis.

AL

**Espetáculo teatral A Concha**



**Vivência** Brincando pelos biomas do Brasil

Aurel Tyson

Vivência

## **BRINCANDO PELOS BIOMAS DO BRASIL**

### **Com Coletivo Brincá**

Encontro entre a arte e a natureza pelos biomas do Brasil: Floresta Amazônica, Cerrado, Caatinga e Mata Atlântica. A proposta convida as crianças a vivenciarem uma ambientação sensorial e lúdica, inspirada nos elementos desses biomas, incentivando a exploração e o livre brincar.

**Dias 7 e 21.**

**Domingos.**

**14h às 16h.**

Centro de Educação Ambiental.

Grátis.

Todas as idades.

Show

## **TRIO GABIROBA - BIOMA MUSICAL**

O espetáculo percorre os biomas brasileiros por meio de seus ritmos e paisagens sonoras, unindo natureza, cultura e identidade. O repertório conecta milonga, coco, carimbó, samba, choro, toada e outros gêneros às regiões e ecossistemas que os inspiraram, convidando para uma reflexão sobre diversidade ambiental e patrimônio cultural.

**Dia 7. Domingo.**

**16h.**

Tenda.

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis.

AL

## Ser Presente: Yoga, Meditação e Práticas de Cuidado

Programação de yoga, meditação e práticas de cuidado. Desacelere, respire e fortaleça a relação consigo e com o mundo. Com atividades acessíveis para diferentes idades e níveis de experiência, o projeto promove saúde integral, autonomia e bem-estar por meio de vivências corporais e meditativas. Uma oportunidade para cultivar presença, equilíbrio e qualidade de vida no cotidiano.



**Vivência** Solstício de inverno e Dia internacional do Yoga



**Vivência** Yoga restaurativa com Sound Healing

Mariana Freiria

Vivência

## **YOGA RESTAURATIVA COM SOUND HEALING**

**Com Pollyanna Almeida Grotti, instrutora de yoga**

Prática que ensina o corpo a respirar com inteligência fisiológica. Cada padrão respiratório envia mensagens ao sistema nervoso, influenciando foco, clareza e estabilidade emocional. Quando praticada de forma orientada, essa técnica melhora o desempenho físico, a recuperação do corpo e o equilíbrio emocional.

**Dia 16. Terça.**  
16h30 às 17h30.  
**Dia 18. Quinta.**  
15h às 16h.

Galpão.  
Grátis.  
Senhas 1h antes.  
A partir de 12 anos.

Vivência

## **SOLSTÍCIO DE INVERNO E DIA INTERNACIONAL DO YOGA: O RETORNO AO CENTRO**

**Com Mônica Machado, instrutora de yoga**

Em comemoração ao dia internacional do Yoga, participe de uma prática acessível e acolhedora, com exercícios de respiração, posturas e relaxamento guiado.

**Dia 17. Quarta.**  
19h às 21h.

Tenda.  
Grátis.  
Senhas 1h antes.  
A partir de 12 anos.

Vivência

## **YOGA EM FAMÍLIA: VÍNCULOS E MEMÓRIAS AFETIVAS**

**Com Sati Albuquerque, instrutora de yoga**

Combine posturas de yoga, movimentos livres, jogos cooperativos, histórias e composição de mantras ao vivo. Crianças e familiares experimentam práticas de respiração, relaxamento e canto, com leveza e simplicidade.

**Dia 19. Sexta.**

**16h às 17h30.**

Tenda.

Grátis.

Senhas 1h antes.

A partir de 4 anos.

Vivência

## **CAMINHADA MEDITATIVA**

**Com Mônica Machado, instrutora de yoga**

Uma experiência de conexão profunda com a natureza, unindo silêncio, presença e práticas de respiração consciente. O percurso acontece dentro da área do sítio Ashram, entre bosques, trilhas leves e espaços de contemplação, proporcionando uma vivência segura, acolhedora e transformadora.

Ponto de encontro: Sesc Mogi das Cruzes.

**Dia 20. Sábado.**  
**9h30 às 12h30.**

Sítio Ashram  
Natural Ser.

● R\$ 16,00

■ R\$ 32,00

▲ R\$ 64,00

Inscrições pelo

App Credencial

Sesc SP ou no

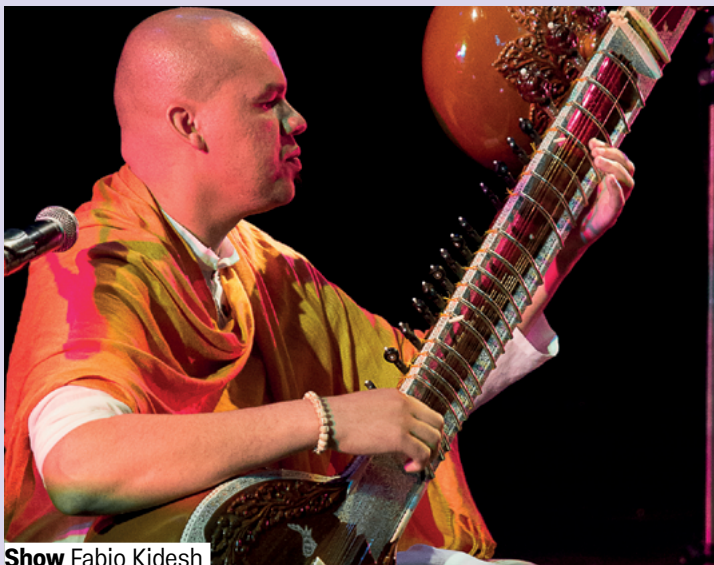
Portal Sesc a

partir de 1/6, 14h.

A partir de 12 anos.



**Vivência** Yoga em família



**Show** Fabio Kidesh

Crijatoba

Vivência


### **MEDITAÇÃO COM TAMBORES**

**Com Mônica Jurado, Tambores Flow**

A meditação com tambores convida a reassumir o ritmo inerente ao bom viver dos corpos, restabelecer o contato com memórias, e apropriar-se de experiências corporais e mentais que tragam significado sobre si. Um exercício para presença, relaxamento e autoconhecimento.

**Dia 20. Sábado.  
10h às 11h.**

Geodésica.  
Sujeito à lotação do espaço.  
Grátis.  
Senhas 1h antes.  
Todas as idades.

 abafadores

Oficina

### **MINI MANDALA EM STRING ART**

**Com Regina Botelho, instrutora de yoga**

Vivências artísticas sensíveis que integram criação manual, atenção plena e expressão pessoal. As oficinas estimulam presença, criatividade e reconexão interior por meio da construção de mandalas.

**Dias 20 e 21.  
Sábado e domingo.  
14h às 16h.**

Sala de Oficinas.  
Grátis.  
Senhas 30 min antes.  
A partir de 12 anos.

Show

### **FABIO KIDESH - AS CORES MUSICAIS DA ÍNDIA**

Aprece música clássica e popular indiana, formada por instrumentos tradicionais: Sitar, Tabla e Tanpura. Neste show, o grupo faz com que o público tenha um contato real com a música e cultura hindustani, do norte da Índia.

**Dia 21. Domingo.  
16h.**

Geodésica.  
Sujeito à lotação do espaço.  
Grátis.

 AL

# Shows e Espetáculos

## MÚSICA

Show

### MARCELO JENECI - FORRÓ LATINO

Marcelo Jeneci tem uma sonoridade única, que une a tradição da música nordestina à modernidade. Nesse show, ao lado de mestres pernambucanos do Trio Sairé, ele mistura zabumba, pandeiro e sintetizadores em uma fusão poderosa que leva o forró a novos territórios sonoros do sertão ao mundo.

**Dia 27. Sábado.  
19h.**

Geodésica.

● R\$ 18,00

■ R\$ 30,00

▲ R\$ 60,00

Ingressos no App Credencial SP ou no Portal Sesc a partir de 9/6,14h.

A14



LIBRAS

Show

### WALDIR VERA E O CLUBE DA ESQUINA

O show é dedicado à interpretação do repertório do movimento Clube da Esquina, referência marcante da música popular brasileira. Revisitando obras consagradas do movimento com arranjos sensíveis e formação instrumental que valoriza a escuta, poesia e a riqueza harmônica dessas composições.

**Dia 11. Quinta.  
20h.**

Geodésica.

Grátis.

Ingressos limitados 1h antes na Central de Atendimento.

A12



Show Marcelo Jeneci



**Show** Baile de Maisinha

Pedro Damasio

Show

### **CORDAS DA MANTIQUEIRA - BRASIL RAÍZES**

O projeto Brasil Raízes foi concebido com o objetivo de resgate e manutenção da música raiz. O repertório é composto exclusivamente por esse estilo musical, que mescla viola instrumental, viola e cantoria e moda de viola. O grupo Cordas da Mantiqueira é formado por 12 pessoas que se dividem entre violas, vozes e berrante.

**Dia 14. Domingo.  
16h.**

Geodésica.  
Sujeito à lotação  
do espaço.  
Grátis.

AL

Show

### **BAILE DA MAISINHA**

Festa de forró pé-de-serra cheia de energia e brasilidade. A cantora, compositora, rabequeira, pifeira e arranjadora Maísa Arantes transforma o palco em um grande baile, perfeito para dançar agarradinho ou em roda. Resgata a tradição do forró com frescor contemporâneo, clássicos do gênero e composições autorais.

**Dia 18. Quinta.  
20h.**

Geodésica.  
Grátis.  
Ingressos  
limitados 1h  
antes na Central  
de Atendimento.

A12



**Show** Madureira Armorial

Bibi Fernandes

Show

### **MADUREIRA ARMORIAL - VISÕES DE UM BRINCANTE NO REINO ARMORIAL**

O show tem como pano de fundo uma viagem fantástica feita por um brincante, que ao acordar dentro do seu sonho encontra um ancião que o leva para conhecer algumas facetas da cultura popular, passando por alguns lugares do Nordeste brasileiro.

**Dia 25. Quinta. 20h.**

Geodésica.  
Grátis.  
Ingressos limitados 1h antes na Central de Atendimento.

AT2

Show

### **FORRÓ DO GARIBALDI**

O show vai do forró pé de serra ao forreggae, que une elementos do forró tradicional com levadas do reggae. Com repertório que conecta diferentes regiões e influências da música brasileira, a apresentação valoriza a cultura popular, com músicas autorais e releituras que transitam entre ritmos nordestinos e caribenhos.

**Dia 28. Domingo. 16h.**

Geodésica.  
Sujeito à lotação do espaço.  
Grátis.

AL

## TEATRO

Espetáculo

**VÉI MANÉ (OU DE QUANDO ABRI OS OLHOS)****Com Cia. do Escândalo**

Mané Lucena, Paulo Zabumba e Vinicinho, três retirantes-brincantes e cantantes narram a trajetória de uma improvável família retirante nordestina brasileira, que sai do estado do Ceará rumo a São Paulo na década de 1970.

**Dia 4 (feriado).****Quinta. 16h.**

Geodésica.

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis.

AL

LIBRAS

Espetáculo

**NÃO ME ENTREGO, NÃO!****Com Othon Bastos | Direção: Flávio Marinho**

O ator Othon Bastos revisita mais de sete décadas de vida artística e pessoal. Construído a partir de sessenta e sete anos de experiência, o espetáculo é dividido em blocos temáticos, como trabalho, amor, teatro, cinema e política, entrelaçados a reflexões e citações de autores que o influenciaram.

**CANCELADO****Dia 19. Sexta.****20h.****Dia 20. Sábado.****19h.**

Geodésica.

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis.

AL

LIBRAS

R\$ 30,00

Ingressos no App

Credencial Sesc

SP ou no Portal

Sesc a partir de

2/6, 14h.

A12

**Espetáculo** Não me entrego, não!



**Exibição** Avenida Beira-mar

Divulgação

## Cinema

Exibição

### **AVENIDA BEIRA-MAR**

**(Direção: Maju de Paiva e Bernardo Florim  
| Brasil | Drama | 2024 | 92 min)**

Durante o inverno, a praia de Piratininga, em Niterói, está deserta. Rebeca, de 13 anos, acaba de se mudar para lá e está de castigo. Ela só vê a rua por cima do muro. Um dia, a garota observa Mika, uma menina trans, nadar no mar aberto. O mundo então se abre para Rebeca.

**Dia 30. Terça.  
19h às 20h35.**

Geodésica.  
Sujeito à lotação  
do espaço.  
Grátis.

14

# Cursos, Oficinas e Encontros

## ALIMENTAÇÃO

Oficina

### **FARTURA JUNINA BRASILEIRA**

**Com Jane Glebia, nutricionista e chef de cozinha**

A festa junina é uma tradição brasileira marcada por fogueiras, danças, e comidas típicas.

Celebrando a fartura na colheita de cultivos que compõem a festança, a oficina compartilha técnicas de preparo e a história de receitas com ingredientes clássicos dos quitutes juninos como milho, amendoim, mandioca, coco e outros.

**Dias 10, 17 ou 24. Quartas.**

**19h às 21h.**

Centro de Educação Ambiental.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

A partir de 16 anos.

## LITERATURA

Mediação

### **LIVROS QUE CONTAM, LETRAS QUE BRINCAM**

**Com Cia. Pinambeta**

Um encontro de leitura repleto de livros com temas diversos e muitas histórias, em que as letras saem dos livros e formam palavras e brincadeiras divertidas!

**Dia 4 (feriado).**

**Quinta.**

**De 6 a 28.**

**Sábados e domingos.**

**10h às 12h.**

**13h30 às 16h30.**

Alameda.

Grátis.

Todas as idades.



**Oficina** Fartura junina brasileira

**Oficina** Terrário

Fernando Cavalcanti

Mediação

**CLUBE DE LEITURA****Com Juliana Mutafi, Pedagoga e doutoranda em Literatura e Crítica Literária**

Com encontros quinzenais, o Clube de Leitura busca o momento da troca, da escuta e da conexão, procurando manter a ação do ato de ler vivo e em coletivo. Neste ciclo, o clube tem como princípio a bibliodiversidade, considerando diferentes autoras e autores, editoras, países e gêneros literários, contribuindo assim com o aumento de repertório cultural, social e afetivo da comunidade leitora.

**Dias 10 e 24.****Quartas.****19h às 21h.**Sala Múltiplo Uso.  
Grátis.Inscrições  
abertas pelo App  
Credencial Sesc e  
Portal Sesc.

A partir de 16 anos.

**MEIO AMBIENTE**

Oficina

**TERRÁRIO****Com Joyce Tavares, Qalimera Meio Ambiente**

Descubra como materiais que seriam descartados, junto a itens simples do dia a dia, podem se transformar em um terrário de baixo custo. Durante a atividade, vamos conversar sobre o ciclo da água e seu funcionamento na natureza. Cada participante construirá seu próprio terrário e poderá levá-lo para casa.

**Dias 13 e 14.****Sábado e domingo.****14h às 16h.**Centro de  
Educação  
Ambiental.  
Grátis.Vagas limitadas.  
Senhas 30 min  
antes.

A partir de 12 anos.

Vivência

### **AVES DAQUI: OBSERVAÇÃO DE AVES**

**Com Ricardo Arouca Junior, biólogo**

Divertida, desafiadora, democrática e instrutiva.

A observação de aves é uma prática fácil e que pode ser feita em diversos lugares, a qualquer momento e com poucos ou até nenhum recurso. Vamos conhecer e reconhecer as espécies de aves que visitam a Unidade com o auxílio de binóculos, guia de identificação, olhos afiados e ouvidos apurados.

**Dia 21. Domingo.**

**9h30 às 11h30.**

Centro de Educação Ambiental.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

Todas as idades.



**Vivência** Aves Daqui

Oficina

**ARGILA ECOLÓGICA COM BORRA DE CAFÉ****Com Joyce Tavares, Qalimera Meio Ambiente**

Que tal transformar borra de café em argila artesanal? Conheça os tipos de argila, seus usos e coloque a mão na massa para criar uma receita própria. Depois, é hora de modelar, cortar e dar forma à imaginação. Ao final, cada participante leva sua criação para casa.

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

Centro de Educação Ambiental.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

A partir de 12 anos.

**TECNOLOGIAS E ARTES**

Oficina

**COLAGEM 'A LA MATISSE':****DESENHE COM TESOURA****Com Midori Hijoka, arteterapeuta**

Aprenda a “pintar com tesouras” a partir da obra de Henri Matisse. Unindo história da arte, a importância do artista e a técnica de colagem, a oficina estimula a criatividade e reflexões sobre cores, formas e processos criativos.

**Dia 4 (feriado).****Quinta.****10h às 12h.****14h às 16h.**

Sala de Oficinas.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

A partir de 14 anos.

**Oficina Colagem 'a la Matisse'**

Oficina

### **BRINQUEDO ÓPTICO: FAÇA SEU TAMBOR GIRATÓRIO**

**Com Eric Fonseca, Educadora em Tecnologias e Artes**

Crie um brinquedo de ilusão de ótica conhecido como praxinoscópio, um dos precursores do cinema de animação. Através de um tambor giratório, película espelhada e desenhos, é criado um brinquedo que simula o movimento de imagens que estão paradas. Ao final, leve seu brinquedo para casa.

**Dia 6. Sábado.**

**10h às 12h.**

**14h às 16h.**

**Dia 7. Domingo.**

**14h às 16h.**

Espaço de Tecnologias e Artes.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

A partir de 7 anos.

Vivência

### **FAB LAB DO ETA: ESPAÇO ABERTO DE FABRICAÇÃO DIGITAL**

**Com Eric Fonseca, Educador em Tecnologias e Artes**

O FAB LAB do ETA Mogi das Cruzes é um espaço aberto de criação, experimentação e aprendizado. Aqui, iniciantes, estudantes, curiosos e entusiastas encontram um ambiente acolhedor e uma rede colaborativa para prototipar projetos em softwares livres, impressão 3D, componentes eletrônicos e ferramentas, sem necessidade de experiência prévia.

**Dias 10 e 24.**

**Quartas.**

**15h30 às 17h30.**

Espaço de Tecnologias e Artes.

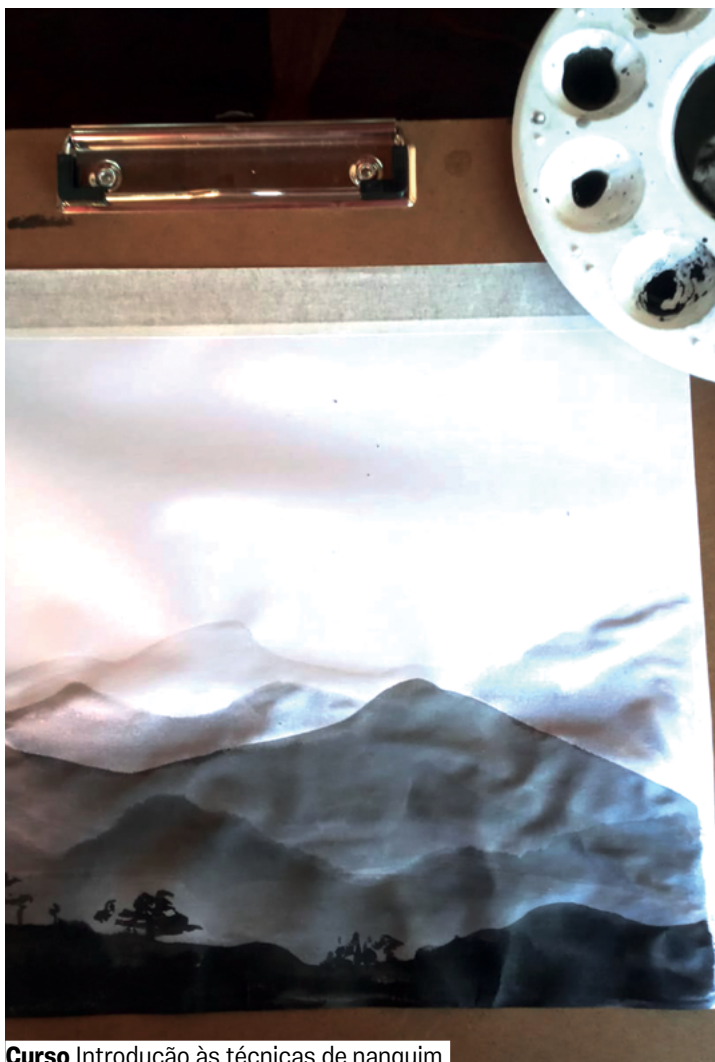
Grátis.

Senhas 30 min antes.

A partir de 10 anos.

#### **ESPAÇO DE TECNOLOGIAS E ARTES**

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



**Curso** Introdução às técnicas de nanquim

Midori Hijioka

Curso

## **INTRODUÇÃO ÀS TÉCNICAS DE NANQUIM**

**Com Midori Hijioka, arteterapeuta**

O Nanquim oferece uma gama imensa de possibilidades de aplicações, que vão dos desenhos técnicos e mangás (cartoon) até artes gestuais e performáticas da arte caligráficas, passando pelas sutilezas do sumiê. Neste minicurso, três técnicas são apresentadas: caneta técnica, bastão de madeira e pincel para nanquim.

**Dias 27 e 28.**

**Sábado e domingo.**

**14h às 17h.**

Sala de Oficinas.

Grátis.

Inscrições pelo

App Credencial

Sesc e Portal

Sesc a partir

de 1/6, 14h.

A partir de 14 anos.

## Esporte e Atividade física

### SESC NA COPA

Celebre o fenômeno esportivo da Copa do Mundo 2026 com uma programação diversa: transmissões de jogos, clínicas e vivências práticas, oficinas, bate-papos e atividades artísticas. Um espaço para trocas, integração e ampliação da experiência esportiva, conectando futebol, cultura e educação.

Instalação

#### RESPEITA A CAMISA!

Com **Aira Bonfim** e **Mauricio Nosnika**

Instalação de camisetas de futebol que celebra a diversidade, ressalta a história e identidade de equipes comunitárias, centenárias, femininas, de quilombo ou aquilombamento, LGBTQIAPN+ e que representam a modalidade em uma composição de valores como inclusão, acolhimento, representatividade e respeito.

De 11/6 a 17/7.

Terças a sextas.

14h às 21h.

De 13/6 a 19/7.

Sábados e

domingos.

9h30 às 17h30.

Galpão.

Grátis.

Todas as idades.



**Instalação** Respeita a camisa!



Caroline Bonfim

**Bate-papo** Histórias da bola!

Bate-papo

### **HISTÓRIAS DA BOLA!**

**Com Aira Bonfim e Mauricio Nosnika**

Abertura da Mostra “Respeita a Camisa!”. Um bate papo sobre a diversidade do futebol e as equipes de futebol de várzea, centenárias, femininas, quilombolas, PcD e LGBTQIAPN+ representadas na instalação.

**Dia 10. Quarta.**  
**19h30 às 21h.**

Galpão.

Grátis.

A partir de 12 anos.

 LIBRAS

Vivência

### **FUTEBOL DE BOTÃO**

**Com New Workout**

Criado na década de 30, o futebol de botão simula uma partida com equipes representadas por times de botões e uma palheta que faz o jogo acontecer.

**Dias 13, 14,**  
**20 e 21.**

**Sábados e**  
**domingos.**

**14h às 17h.**

Gramado

Grátis.

A partir de 5 anos.

Vivência

## FUTMESA

### Com New Workout

Jogo que mescla fundamentos do futebol, tênis e tênis de mesa e que pode ser praticado individualmente ou em duplas. É dinâmico, emocionante e exige raciocínio rápido e agilidade.

Dias 13, 14,  
20 e 21.

Sábados e  
domingos.

14h às 17h.

Gramado.

Grátis.

A partir de 7 anos.

Oficina

## TIMES IMAGINÁRIOS: FAÇA SEU BOTTON

### Com Clubinho Gráfico

A oficina propõe a criação de um time que represente a identidade de cada participante. A partir dessa ideia, são desenvolvidos símbolos e desenhos autorais. As criações são transformadas em bottons, estimulando reflexões sobre identidade, pertencimento e formas de representação coletiva.

Dias 13, 14,  
20 e 21.

Sábado e domingo.

10h30 às 12h30.

14h às 16h.

Alameda.

Grátis.

A partir de 7 anos.



**Oficina** Times imaginários

Torneio

### **TORNEIO DA DIVERSIDADE**

#### **Com times femininos e trans**

Assista e torça nesse campeonato de futebol que celebra a diversidade com equipes femininas e de coletivos LGBTQIAPN+.

**Dia 28. Domingo.**

**10h às 16h.**

Campo Soçaité.

Grátis.

Para todas

as idades.

Aula aberta

### **HATHA YOGA**

#### **Com Mônica Machado, instrutora de yoga**

O Hatha Yoga, é uma forma de ioga medieval. A expressão Hatha Yoga poderia ser traduzida, dividindo-se as sílabas, nas palavras “ha” e “tha”, cujo significado é atribuído à busca do equilíbrio das forças solar e lunar, masculina e feminina como objetivo final dessa prática.

**Dia 4 (feriado).**

**Quinta.**

**De 7 a 28.**

**Domingos.**

**10h às 11h.**

Tenda.

Grátis.

Senhas 1h antes.

A partir de 12 anos.



**Torneio** da Diversidade



**Vivência** Férias sem telas

Nando Bomfim

Aula aberta

### **PILATES DE SOLO** **Com Roberta Alves**

Modalidade realizada no solo que combina exercícios com o uso do próprio corpo e, quando necessário, o auxílio de acessórios como bolas, rolos e faixas elásticas. Baseado nos princípios do controle, respiração e centralização, promove fortalecimento muscular, aumento da flexibilidade, melhora do equilíbrio, coordenação e desenvolvimento da consciência corporal.

**De 6 a 27.**  
**Sábados.**  
**10h às 11h.**

Tenda.  
Grátis.  
Senhas 1h antes.  
A partir de 12 anos.

Vivência

### **FÉRIAS SEM TELAS: JOGOS E BRINCADEIRAS** **Com Na Rua sem Wi-Fi**

Se divirta com jogos antigos como elástico, cirandas, pião, taco, gincanas, ioiô, peteca, pogobol, corrida do saco, pegador e muitas outras para movimentar o corpo, integrar e divertir ao mesmo tempo.

**Dia 30. Terça.**  
**15h às 17h.**

Gramado.  
Grátis.  
Todas as idades.

## Crianças

Oficina

### AQUARELA DE CRISTAL

**Com Janaina Mendes e Graça Ribeiro, educadoras do Sesc Mogi das Cruzes**

Nesta experiência, o sal não é apenas tempero; ele se torna o condutor da cor, criando texturas que parecem pedras preciosas lapidadas no papel. Se divirta com o pó de cristal e crie pinturas que brilham como tesouros.

**Dia 5. Sexta.**

**16h às 17h30.**

Espaço de Brincar.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

De 3 a 6 anos.

Oficina

### GUARDIÕES DE SAL

**Com Janaina Mendes e Graça Ribeiro, educadoras do Sesc Mogi das Cruzes**

Você está sendo convocado para uma missão secreta de altíssima importância no nosso Laboratório das Transformações. Recebemos uma carga preciosa de Pó de Cristal e precisamos de mãos corajosas para realizar a transmutação final. Sua missão será criar o seu próprio guardião de sal.

**Dia 12. Sexta.**

**16h.**

Espaço de Brincar.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

Até 6 anos.



**Oficina** Aquarela de cristal



Daniel Falcão

### Espectáculo teatral Emaranhada

Espectáculo teatral

#### **EMARANHADA**

**Com Amarilis Irani**

Já imaginou os cabelos como árvores? Emaranhada conta a história de Mavi, uma heroína negra que descobre a força e a ancestralidade que habitam seus cabelos. Entre mistérios, invenções e encontros com a natureza, seus fios revelam poderes extraordinários. Em uma jornada lúdica e sensível, o espetáculo celebra identidade, pertencimento e a beleza da representatividade negra.

**Dia 13. Sábado.**

**16h.**

Geodésica.

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis.

**AL**

Vivência

#### **A MÁGICA DOS 4 ELEMENTOS: TERRA, FOGO, AR E ÁGUA.**

**Com Coletivo Brincá**

Você já sentiu a natureza de perto hoje? Convidamos você para uma experiência de interação com os elementos da terra, fogo, ar e água! Venha brincar e experimentar a natureza de um jeito divertido e se conectar com o que nos cerca.

**Dias 13, 14 e 27.**

**Sábados e**

**domingo.**

**10h às 12h.**

**14h às 16h.**

Sala Múltiplo Uso.

Grátis.

Senhas 30 min antes.

Até 6 anos.

#### **ESPAÇO DE BRINCAR**

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



**Espectáculo circense Riso Show**

Vinicius Mena

Espectáculo circense

## **RISO SHOW**

**Com MB Circo**

Os palhaços Tico e Polenta decidem arriscar uma carreira musical e se juntam ao maestro Garcinha para conduzir o público por uma viagem sonora inusitada. Entre equilíbrios e malabarismos, a música e o riso se encontram quando os palhaços precisam resolver, de forma habilidosa, os imprevistos que surgem durante o show.

**Dia 20. Sábado.  
16h.**

Tenda.  
Grátis.

AL

Vivência

## **RODA DE PARENTALIDADE**

**Com Janaina Mendes e Graça Ribeiro,  
educadoras do Sesc Mogi das Cruzes**

A parentalidade é a relação entre aqueles que cuidam, educam e compõem o núcleo familiar de uma criança. Nesta roda, papais, mães e cuidadores de crianças de 0 a 6 anos, têm um momento de partilha e escuta, formando uma rede de apoio em que haja a troca de experiências dos seus anseios e desafios encontrados no decorrer da parentalidade.

**Dia 26. Sexta.  
16h às 17h30.**

Espaço de Brincar.  
Grátis.

Senhas 30 min  
antes.

A partir de 16 anos.

Espectáculo teatral

## 100 HISTÓRIAS SEM PALAVRAS

Com Cia. Dois que Contam

Um palhaço e uma palhaça chegam ao mesmo tempo em uma estação de trem. Esse encontro inesperado estimula uma série de trocas cômicas e cativantes que permite a eles se reconhecerem em suas diferenças. Mágica, música, malabarismo e mímica criam uma brecha poética no tempo, na qual muitas histórias podem ser contadas sem palavras. Acessível para pessoas surdas.

**Dia 27. Sábado.**

**16h.**

Tenda.

Grátis.

AL

Vivência

## BRINCANDO COM OS BOIS DO BRASIL

Com Coletivo Brincá

Embarque em uma viagem musical pelas histórias e ritmos dos bois mais famosos do Brasil, uma oportunidade de brincar, cantar, dançar e descobrir as histórias dos bois do Brasil de um jeito sensível e divertido. Atividade com instrumentos, improvisação musical e muita expressão corporal.

**Dia 28. Domingo.**

**10h às 12h.**

**14h às 16h.**

Sala Múltiplo Uso.

Grátis.

Senhas 30 min

antes.

Até 6 anos.



**Espectáculo teatral** 100 histórias sem palavras

## Pessoas Idosas

Curso

### **DANÇA DE SALÃO PARA PESSOAS IDOSAS**

**Com Fabio Vicente, professor de dança de salão**

A dança de salão é uma prática que além de prazer e bem-estar, oferece ao participante um ganho em lateralidade, força em membros inferiores e equilíbrio. Com uso de metodologia de fácil aprendizagem, são abordados ritmos como bolero, samba, forró, soltinho e tcha tcha tcha.

**De 3/6 a 1/7.**

**Quartas. 16h às 17h30.**

Galpão.

Grátis.

A partir de 60 anos.

Vivência

### **PREVENÇÃO DE QUEDAS PARA A LONGEVIDADE E INDEPENDÊNCIA**

**Com Angela Pauletti, mestre em gerontologia**

Nesta atividade, são abordados temas concernentes à prevenção de quedas, fortalecimento do corpo e melhora do equilíbrio. Com orientações práticas e acessíveis, são trabalhados a mobilidade física, estabilidade postural, movimento com consciência e independência funcional, visando a prevenção de quedas.

**Dia 12. Sexta.**

**15h às 17h.**

Sala Múltiplo Uso.

Grátis.

A partir de 60 anos.



**Curso** Dança de salão para pessoas idosas



Nando Bomfim

**Vivência** Casa segura

Vivência

## **CASA SEGURA: VIVÊNCIA E PREVENÇÃO SOBRE OS RISCOS DOMÉSTICOS**

**Com Angela Pauletti, mestre em gerontologia**

Experiência prática que convida os participantes a reconhecer perigos no ambiente doméstico e adotar estratégias simples de prevenção de quedas. Por meio de orientações e simulações práticas, são trabalhados a autonomia e atitudes seguras para reduzir quedas e acidentes em casa.

**Dia 19. Sexta.**

**15h às 17h.**

Sala Múltiplo Uso.  
Grátis.

A partir de  
60 anos.

### **TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS**

Por meio de suas ações, o programa TSPI, criado em 1963 pelo Sesc São Paulo, estimula a reflexão sobre o envelhecimento e a longevidade, a construção de conhecimentos, a desconstrução de estereótipos e preconceitos, os cuidados com a saúde e a sociabilização. Saiba mais em [sescsp.org.br/tspi](http://sescsp.org.br/tspi)

## AGENDA DE DESTAQUES

### TERÇA

2



Giulia Martins

9



Estúdio dupla

16

#### Vivência

Yoga Restaurativa  
com Sound  
Healing p. 11



Pedro Damasio

23

#### Instalação

Respeita a  
Camisa! p. 25

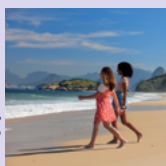


Bibi Fernandes

30

#### Exibição

Avenida Beira-mar  
p. 18



Divulgação

### QUARTA

3

#### Curso

Nós e a  
natureza p. 7

10

#### Curso

Vestuário  
Modular cortado  
a laser p. 23

17

#### Vivência

Solstício de  
Inverno e Dia  
Internacional  
do Yoga p. 11

24

#### Vivência

FAB LAB do ETA:  
espaço aberto  
de fabricação  
digital p. 23

### QUINTA

4

#### Espetáculo teatral

Véi Mané (ou de  
quando abri os  
olhos) p. 17

11

#### Show

Waldir Vera  
e o Clube da  
Esquina p. 14

18

#### Show

Baile da  
Maisinha p. 15

25

#### Show

Madureira Armorial  
- Visões de um  
Brincante no Reino  
Armorial p. 16

---

**SEXTA**

---

**5****Oficina**

Aquarela de  
Cristal p. 30

---

**SÁBADO**

---

**6****Espectáculo  
teatral**

A Concha p. 8

---

**DOMINGO**

---

**7****Show**

Trio Gabiroba -  
Bioma Musical p. 9



Paulo Barbuto

---

**12****Vivência**

Prevenção de  
quedas p. 34

---

**13****Espectáculo  
teatral**

Emaranhada p. 31

---

**14****Show**

Cordas da  
Mantiqueira -  
Brasil Raízes p. 15



Divulgação

---

**19****Espectáculo  
teatral**

Não me entrego,  
não! p. 17

---

**20****Espectáculo  
circense**

Riso Show p. 32

---

**21****Show**

Fabio Kidesh - As  
cores musicais  
da Índia p. 13



Marcus Steinmeyer

---

**26****Vivência**

Roda de  
Parentalidade  
p. 32

---

**27****Show**

Marcelo Jeneci -  
Forró Latino p. 14

---

**28****Show**

Forró do  
Garibaldi p. 16



Divulgação

## Sesc.digital

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

Disponível gratuitamente em [sescsp.org.br/sescdigital](http://sescsp.org.br/sescdigital)

## SescTV

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

Assista também em [sesctv.org.br/agoranatv](http://sesctv.org.br/agoranatv)

## Edições Sesc

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

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

## Selo Sesc

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

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

## Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 42 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

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

---

### Faça sua Credencial Plena

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



Consulte a relação de documentos necessários

---

### Sobre o Sesc São Paulo

Com 80 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de 43 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

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

---

## Informações e horários

### Centro de Educação Ambiental

Espaço voltado ao encontro entre pessoas, natureza e conhecimento. Por meio de vivências, oficinas e atividades educativas, promove reflexões sobre sustentabilidade, cuidado com o meio ambiente e formas mais conscientes de viver em coletivo. Para visitação de grupos, escreva para [agendamento.mogi@sescsp.org.br](mailto:agendamento.mogi@sescsp.org.br)

### Central de Atendimento

Tel.: 11 4728-6200  
Informa es, credenciamento, inscri es em atividades, Turismo Social e Bilheteria.  
Terça a sexta, 13h15 às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados, 9h15 às 17h30.

### Comedoria

Cafeteria que oferece bebidas quentes e frias, salgados, bolos e doces, além de espaço para alimenta o ao ar livre.  
Terça a sexta, 13h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 9h às 17h30.

### Espaço de Tecnologias e Artes

Misto de laboratório, ateliê e lugar de aprendizado, o ETA incentiva a autonomia criativa e o fazer coletivo por meio de oficinas, cursos e residências. Funcionamento conforme disponibilidade do espaço.

### Geodésica

Espaço multiuso climatizado voltado à convivência e à realiza o de atividades culturais. O local acolhe espetáculos, atividades formativas, vivências e práticas esportivas. Espaço sujeito à lota o.

### Exame Dermatológico

Obrigatória a apresenta o da Credencial Plena válida e utiliza o de traje de banho para a realiza o do exame. Validade de seis meses.  
Terça a sexta, 13h15 às 16h30 e 18h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 9h15 às 11h30 e 13h às 17h30.  
R\$ 12,00 - Credencial Plena a partir de 17 anos  
Grátis - Credenciados até 16 anos.

---

## Loja Sesc

Apresenta produtos exclusivos, livros da Edi es Sesc e álbuns musicais do Selo Sesc. Na Loja também   possível comprar ingressos para shows e espetáculos de todas as unidades do Sesc São Paulo. Acesse a Loja Sesc online em [sescsp.org.br/loja](http://sescsp.org.br/loja).  
Terça a sexta, 13h às 21h30. Sábados, domingos e feriados, 9h às 17h30.

### Paraciclo

Terça a sexta, 13h às 21h30.  
Sábados, Domingos e Feriados, das 9h às 17h30.  
A unidade dispõe de dois paraciclos com vagas limitadas. Obrigatória a utiliza o de trava ou corrente com cadeado. Importante: não   permitido o trânsito em bicicleta infantil ou adulta no espaço do Sesc Mogi. Antes de passar pela portaria, apoie da bicicleta e empurre-a até o paraciclo.

### Espaço de Brincar

Com atividades livres e mediadas em ambientes lúdicos, o programa valoriza o brincar de forma espontânea e coletiva, acolhendo beb s e crianças de 0 a 6 anos, acompanhadas de responsável.  
Terça a sexta: 14h às 20h.  
Sábados, domingos e feriados: 9h30 às 16h.

### Piscina

Para utiliz -la   necessário ter a Credencial Plena e exame dermatológico, ambos válidos. Recomendamos o uso de trajes ou roupas apropriadas para banho.  
Terça a sexta: 13h30 às 21h30.  
Sábados, domingos e feriados: 9h30 às 17h30.  
A entrada de crianças até 11 anos são   permitida se acompanhadas de um responsável maior de 18 anos.

### Brigada de Incêndio

Para sua segurança o Sesc Mogi das Cruzes possui Brigada de Incêndio treinada com equipamentos de segurança e extintores de acordo com a legisla o vigente.



FAÇA SUA  
CREDENCIAL  
SESC




DISTRIBUIÇÃO GRATUITA VENDA PROIBIDA

### SESC MOGI DAS CRUZES

Rua Rogerio Tacola, 118

Tel.: +55 11 4728-6200

 /sescemmogidascruzes

 /sescmogidascruzes

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