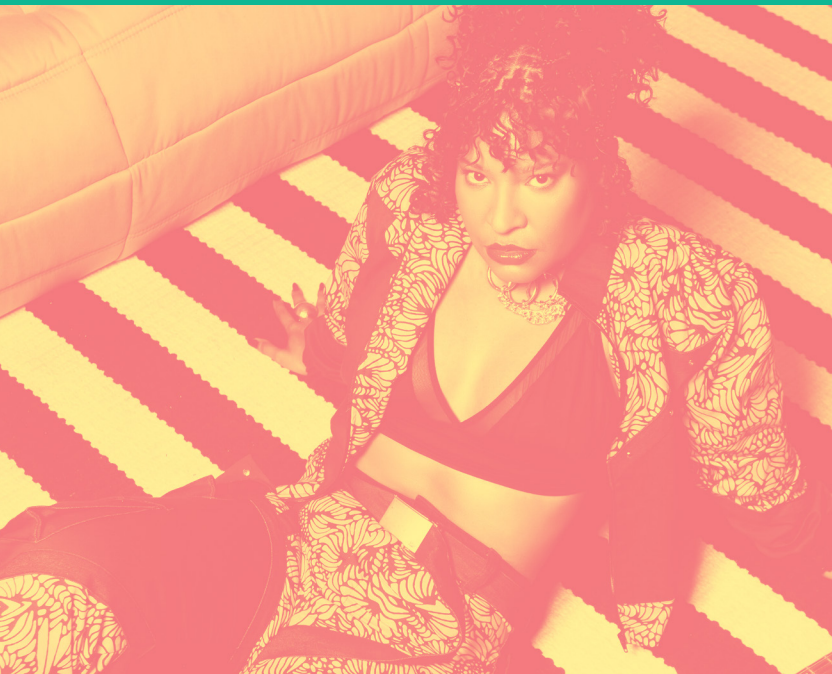


Outubro 2026

Sesc Mogi das Cruzes

Guia de Programação





Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente
ou autotclassificada

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.

Funcionamento

Terça a sexta, 13h às 21h30.

Sábados, domingos e
feriados, 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
10/10	22/9	23/9
30 e 31/10	13/10	14/10

Para temporadas de espetáculos, são consideradas as datas de estreia para início das vendas de toda a temporada. O portal do Sesc São Paulo traz informações completas sobre datas de venda, preços, limitações de ingresso por pessoa e meios de aquisição – on-line, via aplicativo Credencial Sesc SP ou Central de Relacionamento Digital, ou presencialmente nas unidades. Consulte a política de venda de ingressos na seção Termos de Uso em sescsp.org.br

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



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. Programação sujeita a alterações.

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.**

7	15ª Mostra Ecofalante
9	Shows e Espetáculos
14	Cinema
15	Alimentação
16	Cursos, Oficinas e Encontros
24	Esporte e Atividade Física
27	Crianças
31	Pessoas Idosas
32	Agenda de Destaques

Editorial

O mês de outubro nos convida a refletir sobre um dos pilares da vida democrática: a participação cidadã. Com a realização das eleições federais e estaduais, o país vivencia um momento socialmente muito importante.

Contudo, a ação cidadã não se concentra, e nem deve se concentrar, apenas no momento eleitoral, sendo construída a muitas mãos e permeável ao cotidiano. Alinhado a essa perspectiva e levando em consideração a importância da educação permanente dentro da formação cidadã, o Sesc Mogi das Cruzes realizará a **15ª Mostra Ecofalante de Cinema Ambiental**. Na Mostra serão exibidos filmes nacionais e internacionais, além de executados encontros e bate-papos, que abordarão a relação do ser humano com o meio ambiente e suas consequências.

A cidadania também se expressa por meio de nossa Alimentação. Por isso, a atividade **Se Tem Feira, Tá na Mesa** valoriza a produção da agricultura familiar de Mogi das Cruzes e região, incentivando práticas alimentares saudáveis e fortalecendo os vínculos entre produtores locais e consumidores.

No mês há ainda a atividade “Teatro e Ancestralidade”, voltada ao público adolescente e Jovem, que trará para a discussão o corpo como território de memória, imaginação e pertencimento. Através de jogos teatrais, brincadeiras populares e improvisações coletivas, os participantes serão convidados a experimentar formas de estar e criar em grupo, e de reconhecer



Show Rodrigo Barba - 25 anos Bloco do eu sozinho

o teatro como espaço de encontro, liberdade e invenção.

A programação teatral também contará com a apresentação de **Subversão Kafka**, espetáculo protagonizado por **Caio Blat e Pedro Henrique Müller**, com dramaturgia de Rogério Blat. Inspirada em três contos de Franz Kafka, a montagem revisita a obra de um dos autores mais influentes do século XX.

Na música, o destaque fica por conta de **Rock in Gil**, show da cantora **Larissa Luz**. A artista revisita o repertório de Gilberto Gil a partir de sua relação com o rock, apresentando releituras marcantes e ousadas que reafirmam a atualidade e a força da obra de Gil, um dos maiores artistas brasileiros.

Outubro reserva ainda um espaço especial para celebrar o **Dia das Crianças**. Além da apresentação do **Duo Badulaque**, no dia 12, os sábados do mês serão preenchidos por atividades de circo e teatro voltadas ao público infantil. A programação inclui também brincadeiras musicadas, vivências e oficinas que convidam crianças de todas as idades a brincar coletivamente.

Entre reflexões, encontros, espetáculos e experiências compartilhadas, a programação de outubro reafirma o compromisso do Sesc com a formação cidadã, o acesso à cultura e a valorização da convivência. Convidamos você a dividir todas essas experiências e discussões conosco!



A 15ª Mostra Ecofalante de Cinema Ambiental

é uma itinerância que acontece em diversas cidades do estado de São Paulo. Filmes nacionais e internacionais abordam a relação ser humano e meio ambiente. Ações integradas às exibições ampliam o espaço das reflexões.



Exibição Carvão

Cena do filme

Exibição

CARVÃO

(Dir. Carolina Markowicz | Brasil | 2022)

Numa pequena cidade do interior, uma família recebe uma proposta lucrativa, porém perigosa: hospedar um desconhecido em sua casa. Antes mesmo da sua chegada, arranjos precisarão ser feitos, e a vida em família começa a se transformar.

Dia 15.

Quinta. 17h.

Tenda.

Grátis.



Bate-papo

CINE-DEBATE: O ENVELHECIMENTO

NO CONTEXTO BRASILEIRO

Com Regina Freitas, Agente de Educação Ambiental do Sesc Mogi das Cruzes

O Brasil é um país de contrastes em vários âmbitos da vida: social, econômico, cultural e ambiental. Em face disso, a exibição do filme Carvão convida o público a se envolver em uma trama atravessada pelo cotidiano árido de uma família do interior e seu entendimento sobre o destino de seus membros mais velhos.

Dia 15.

Quinta. 19h.

Tenda.

Grátis.



Exibição

À DERIVA: 76 DIAS PERDIDO NO MAR

(Dir. Joe Wein | EUA | 2024 | 105 min)

Em 1982, uma baleia colidiu com o veleiro de um só homem de Steven Callahan, o Napoleon Solo, deixando-o à deriva em um bote salva-vidas no Oceano Atlântico. Este relato em primeira pessoa, com produção executiva de Ang Lee e baseado em um best-seller do New York Times, detalha a vida de Callahan sozinho no mar por quase três meses aterrorizantes. Forçado a encarar as consequências de suas escolhas e a enfrentar os perigos do oceano aberto, ele segue adiante na esperança de ser resgatado.

Dia 16.

Sexta. 19h.

Tenda.

Grátis.



Bate-papo

CINE-DEBATE: O OCEANO COMEÇA EM

NOSSA CASA, EM NOSSO COTIDIANO

Com Regina Freitas, Agente de Educação Ambiental do Sesc Mogi das Cruzes.

Atualmente, diversos resíduos gerados pela ação humana tem os mares e oceanos como destino. No entanto, dejetos e metais pesados possuem impacto ambiental negativo nos ecossistemas marinhos e costeiros. Após a exibição do documentário À Deriva: 76 Dias Perdido no Mar, o público debaterá a importância da conservação das águas salgadas.

Dia 16.

sexta. 21h.

Tenda.

Grátis.





Show Larissa Luz - Rock in Gil

Jordan Vilas

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Show

LARISSA LUZ - ROCK IN GIL

A cantora revisita a obra de Gilberto Gil a partir de sua relação com o rock, trazendo releituras marcantes de músicas como "Rock do Segurança", "Punk da Periferia", "Back in Bahia", "Palco" e "Barracos". Uma apresentação que combina ousadia, potência e diferentes referências da música brasileira.

Dia 10.

Sábado. 19h.

Geodésica.

Show em pé.

● R\$ 18

■ R\$ 30

▲ R\$ 60

Ingressos no App

Credencial Sesc

SP ou no Portal

Sesc a partir

de 22/9, 17h.



Libras.

A14

Show

FREDY FEVEREIRO - SAMBA COM JAZZ

O repertório reúne sambas de João Bosco, Chico Buarque, Jorge Aragão e Zeca Pagodinho, revisitados com arranjos inspirados no jazz. Uma apresentação que aproxima tradição e modernidade, com interpretações sofisticadas e envolventes.

Dia 1.

Quinta. 20h.

Geodésica.

Grátis.

A12

**Show**Tabuleiro do Ary

Amanda Mouraf

Show

TABULEIRO DO ARY - BAILE DO TABULEIRO

O grupo apresenta um repertório que passeia pelo maxixe e pelo samba de nomes como Geraldo Pereira, Ary Barroso, Elizeth Cardoso, Chico Buarque, Donga e Sinhô. Com percussão, trombone, violão de sete cordas, cavaquinho e coro, a apresentação resgata a atmosfera das gafieiras e convida o público para dançar ao ritmo da música brasileira.

Dia 11.
Domingo. 16h.
Geodésica.
Grátis.

AL

Show

SAXOMANIA - BRASILIANA

O grupo apresenta um concerto instrumental que revisita clássicos da música brasileira por meio de um quinteto de saxofones, contrabaixo acústico e bateria. Com arranjos assinados por importantes músicos brasileiros, o espetáculo une riqueza tímbrica e improvisação, revelando novas leituras para obras de Radamés Gnattali, Tom Jobim, Chico Buarque e Edu Lobo.

Dia 15.**Quinta. 20h.**

Geodésica.

Grátis.

A12

**Show** Saxomania

Show

FRAN NÓBREGA - MÃE DA LUA

A cantora, baterista e diretora musical celebra as vozes femininas do forró e da cultura popular nordestina, destacando o sagrado feminino e a maternidade como símbolos de força, criação e ancestralidade.

Dia 18.

Domingo. 16h.

Geodésica.
Grátis.

AL

Show

JUNIOR CASTRO & BANDA - ESPECIAL OS JORGES

Tributo afetuoso à obra de dois grandes nomes da música popular brasileira: Seu Jorge e Jorge Ben Jor. Com arranjos envolventes e interpretações cheias de originalidade, o espetáculo celebra o legado desses artistas.

Dia 22.

Quinta. 20h.

Geodésica.
Grátis.

A12



Show Fran Nóbrega



Espetáculo Subversão Kafka

Matteo Gualdia

TEATRO

Espetáculo

**TEATRO LAMBE-LAMBE: A POÉTICA
DOS ÓRGÃOS INTERNOS: INTESTINO,
CORAÇÃO E CÉREBRO**
Com Cia. Talagadá de Formas Animadas

A montagem convida o espectador a espiar caixas cênicas em miniatura para vivenciar uma imersão poética e sensorial onde cada órgão reflete angústias e sentimentos humanos em narrativas curtas.

Dia 12. (feriado)
Segunda.
11h e 14h.

 Praça de
convivência.

Grátis.

AL

Espetáculo

SUBVERSÃO KAFKA
Com Caio Blat e Pedro Henrique Muller
| Dramaturgia: Rogério Blat

Em meio à crise de uma companhia de teatro, dois artistas tentam levar adiante sua última apresentação enquanto aguardam a chegada de Josefina, uma rata cantora. Inspirado em três contos de Franz Kafka, o espetáculo combina humor e absurdo para refletir sobre a condição artística, a busca pela perfeição e os dilemas da existência.

Dias 30 e 31.
Sexta. 20h.
Sábado. 19h.

Geodésica.

● R\$ 15

■ R\$ 25

▲ R\$ 50

 Ingressos no App
Credencial Sesc
SP ou no Portal
Sesc a partir de
13/10, 17h.

A12

HÃ 80 ANOS,

A VIDA ACONTECE

COM O SESC.

Desde sua origem, o Sesc acompanha diferentes gerações, promovendo experiências em educação, saúde, cultura e lazer.

Criado em 13 de setembro de 1946 e mantido pelos empresários do comércio de bens, serviços e turismo, o Sesc nasceu voltado aos trabalhadores e trabalhadoras do setor e suas famílias.

Hoje, o Sesc está presente em todo o Brasil. No Estado de São Paulo são mais de 40 unidades que reúnem pessoas, atividades e possibilidades na capital, no interior e no litoral.

Nos dias **11, 12 e 13 de setembro** o Sesc São Paulo comemora seus 80 anos com uma programação especial e gratuita em todas as unidades do Estado.

MUITOS ROSTOS,

MUITAS HISTÓRIAS.

MUITAS FORMAS DE VIVER

O SESC.



Saiba mais em
sescsp.org.br/
80anos



Cinema

Exibição

SONHAR COM LEÕES

(Dir. Paolo Marinou-Blanco | Brasil

| Comédia | 2024 | 87 min)

Gilda, uma imigrante brasileira vivendo em Lisboa, busca uma forma digna e sem dor de lidar com o fim da vida após receber o diagnóstico de câncer. Ao conhecer uma organização clandestina sobre eutanásia, ela se aproxima de Amadeu, funcionário de uma agência funerária, em uma história que aborda a morte com humor, sensibilidade e delicadeza.

Dia 20. Terça.

19h.

Geodésica.

Grátis.

16



Exibição Sonhar com leões

Alimentação

EXPERIMENTA! COMIDA SAÚDE E CULTURA

Projeto que convida o público a refletir sobre universo da alimentação. Promove a alimentação adequada e saudável e amplia a autonomia em torno das escolhas alimentares.

Oficina

AS PANC - COMIDA DE QUINTAL: SABORES E ANCESTRALIDADES

Com André de Marco

A atividade propõe uma experiência de conexão com a natureza e os saberes alimentares por meio de práticas que valorizam os ciclos naturais, a sustentabilidade e a relação entre pessoas e ambiente.

Dia 18.

Domingo.

11h às 12h30

Galpão.

Grátis.

Senhas 30
min antes.

A partir de
18 anos.



Oficina As panc

Cursos, Oficinas e Encontros

AÇÕES PARA CIDADANIA

Curso

TRANSFORMANDO VIVÊNCIAS EM VOZ

Com Caio Wilmers Manço

Encontros formativos e de troca voltados a famílias atípicas, com foco na construção de narrativas em primeira pessoa. A proposta valoriza a escuta, o acolhimento e a partilha de experiências como caminhos para fortalecer identidade, pertencimento, reconhecimento e protagonismo.

De 10 a 31.

Sábados.

11h às 13h.

Sala Múltiplo Uso.
Grátis.

Inscrição no App
Credencial Sesc
SP ou no Portal
Sesc a partir
de 1/10, 14h.

A partir de
16 anos.

FEIRA

Feira

SE TEM NA FEIRA, TÁ NA MESA

Exposição e venda de produtos cultivados na região Alto Tietê

A feira valoriza a produção da agricultura familiar de Mogi das Cruzes e região, aproximando o público de hortaliças e produtos agroecológicos cultivados por produtores do território. Uma oportunidade de fortalecer a alimentação saudável e a conexão entre campo e cidade.

Dia 18. Domingo.

10h30 às 14h30.

Praça de
Convivência.

Grátis.

Todas as idades.

Oficina

TEATRO & ANCESTRALIDADE: CORPO

BRINQUEDO - A ARTE DE ACENDER O SOL

Com Pâmella Carmo

Voltada para adolescentes e jovens, a vivência parte do corpo como território de memória, imaginação e pertencimento. Através de jogos teatrais, brincadeiras populares, improvisações, cantos, musicalidade e experiências coletivas, os participantes são convidados a experimentar formas de estar em grupo, criar em conjunto e reconhecer o teatro como espaço de encontro, liberdade e invenção.

De 14 a 25.

Quartas.

18h às 20h.

Galpão.

Inscrição no App
Credencial Sesc
SP ou no Portal
Sesc a partir
de 1/10, 14h.

De 15 e 21 anos.

LITERATURA

Vivência

**PICNIC LITERÁRIO: DELICIOSAS DESCOBERTAS
Com Volta e Meia**

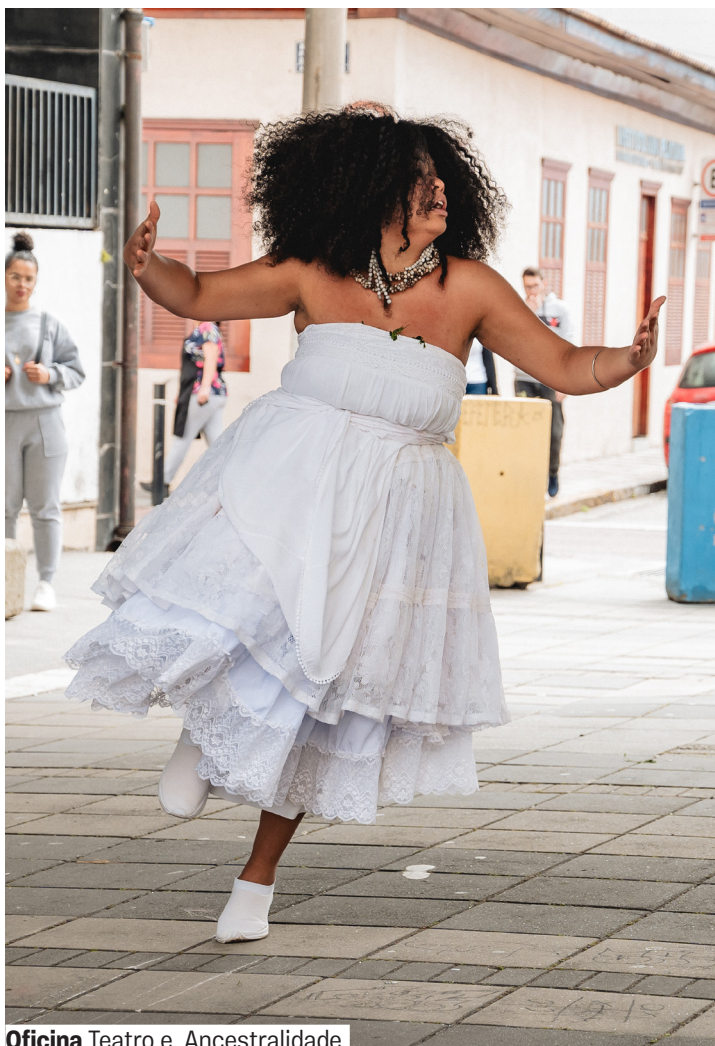
Uma experiência que aproxima crianças dos livros em um ambiente inspirado em um piquenique, com tapetes, almofadas, cestas de histórias e contação interativa. O público pode escolher livremente as obras para explorar, compartilhar impressões e estimular imaginação, oralidade e prazer pela leitura.

De 3 a 31.**Sábados.****10h e 13h30.****De 11 e 18/10 e****1/11. Domingos.****10h e 13h30.****Dia 12.(feriado)
segunda.****10h e 13h30.**

Alameda.

Grátis.

Todas as idades.

**Oficina** Teatro e Ancestralidade

MEIO AMBIENTE

Vivência

OBSERVAÇÃO DE AVES**Com Tietta Pivatto, bióloga**

Uma caminhada pelos jardins do Sesc Mogi das Cruzes, com o objetivo de encontrar as diferentes espécies de aves que podem ser observadas no local. Vamos aprender sobre seus nomes, cantos e comportamento e no final compor a lista de espécies avistadas.

**Dia 11. Domingo.
9h30 às 11h30.**Centro de
Educação
Ambiental

Grátis.

Senhas
30 min antes.
A partir de
12 anos.

Vivência

CLUBE DA HORTA**Com Arboreser**

Venha fazer parte do nosso Clube da Horta e conheça os processos da produção de hortaliças como planejamento, preparo da terra, adubação, plantio e rega. As pessoas participantes podem realizar a colheita dos produtos na horta do Sesc Mogi das Cruzes como ervas, temperos, verduras e as PANC.

**Dias 10 e 24. 14h
às 16h.**Centro de
Educação
Ambiental

Grátis.

Senhas
30 min antes.
A partir
de 3 anos.**Vivência** Observação de aves

**Oficina** Origami de brincar

Midori Hijoka Camelo

Oficina

ORIGAMI DE BRINCAR**Com Midori Hijoka Camelo**

Observando a natureza descobrimos que ela guarda muitos segredos em suas dobras e vincos. Essa ação convida crianças e adultos para a arte da dobradura em papel: o origami. As pessoas participantes aprenderão a confeccionar animais do céu, da terra e da água e depois brincarão com eles. A prática de origami estimula as habilidades motoras e mentais como a concentração, paciência e imaginação.

De 11 a 18.**Domingos.****14h às 16h.****Dia 12 (feriado).****Segunda.****14h às 16h.**

Centro de

Educação

Ambiental

Grátis.

Senhas

30 min antes

TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina

MÁSCARA GEEK**Com Bu-Go Design**

Crie sua máscara inspirada em personagens de games, quadrinhos e animes, usando técnicas de recorte, dobradura e montagem em papel. Personalize cores e detalhes e faça uma peça única para usar ou colecionar, usando criatividade, coordenação motora e noções de modelagem tridimensional.

Dias 3 e 11.**Sábado.****10h e 14h.****Domingo.****10h às 12h**

Espaço de Tecnologias e Artes.

Grátis.

Senhas

30 min antes.

A partir de 14 anos

Ateliê

ATELIÊ ABERTO DE GRAVURA**Com Daniê Sena, educadora do Espaço Tecnologias e Arte**

O encontro promove a troca de conhecimentos e experiências entre pessoas que já praticam ou desejam conhecer a gravura, estimulando a experimentação e o aprendizado coletivo. Cada participante deve trazer sua própria matriz em MDF ou outro suporte de sua preferência.e noções de modelagem tridimensional.

Dias 7 e 21.**Quarta. 15h****às 18h.**

Sala de Oficinas.

Grátis.

Livre.

**Ateliê** Ateliê aberto de gravuras

**Oficina Autômatos para crianças****Oficina
AUTÔMATOS PARA CRIANÇAS
Com Bu-Go Design**

Que tal dar vida a um brinquedo com as próprias mãos? Descubra os segredos por trás dos autômatos: pequenos mecanismos de papelão, madeira e sucata que ganham movimento através de manivelas e engrenagens simples.

Dias 10 e 11.
Sábado.
10h e 12h.
Domingo. 14h
Espaço de
Tecnologias
e Artes.
Grátis.
Senhas
30 min antes.
A partir de
7 anos.

**Oficina** Bordado abstrato

Printeresti

Oficina

INTRODUÇÃO À TÉCNICA DE GRAVURA EM BORRACHA**Com Daniê Sena, educadora do Espaço Tecnologias e Artes**

A oficina apresenta os fundamentos da gravura em borracha, desde o desenho e a transferência da imagem até a preparação da matriz e a impressão artesanal sobre papel. Uma experiência de criação que estimula a percepção visual, a coordenação manual e a expressão artística.

Dia 12 (feriado).**Segunda.****10h e 14h.**

Sala de Oficinas.

A partir de

16 anos.

Grátis.

Senhas

30 min antes.

Oficina

BORDADO ABSTRATO: BORDANDO QUADRO BASTIDOR EM ARTE ABSTRATA**Com Daniê Sena, educadora do Espaço Tecnologias e Artes**

Nesta oficina, você aprenderá técnicas de bordado abstrato que exploram a liberdade criativa, a experimentação de formas, cores e texturas, transformando o fio em expressão artística. A proposta é romper com padrões tradicionais do bordado figurativo, incentivando a criação intuitiva e subjetiva, sem a necessidade de regras rígidas. artístico se torna memória e poesia visual.

Dias 17 e**18. Sábado****e domingo.****14h às 16h.**

Sala de Oficinas.

Grátis.

Senhas

30 min antes.

A partir de 16 anos.

Oficina

**INSETOS INTELIGENTES:
FAÇA SEU INSETO ROBÓTICO**
**Com Eric Fonseca, educador do
Espaço Tecnologias e Artes**

Uma oficina que une ciência, eletrônica básica e cultura maker, inspirada em Charles Henry Turner, cientista negro pioneiro no estudo da percepção dos insetos. Com papelão, motor DC, pilhas e hastes de chenille, os participantes constroem seus próprios insetos robóticos.

Dia 24.

Sábado.

13h às 16h.

Espaço de
Tecnologias e Artes
Grátis.

Senhas

30 min antes.

A partir de 8 anos.

Curso

MARCHETARIA GEOMÉTRICA
Com Marcelo Bioni

A formação apresenta a técnica de composição com lâminas de madeira, explorando recorte, encaixe, geometria e composição visual. Os participantes desenvolvem peças próprias, unindo trabalho manual, raciocínio matemático e tradição artesanal.

De 20 a 29.

Terças e quintas.

18h às 21h.

Sala de Oficinas.

● R\$ 12

■ R\$ 25

▲ R\$ 50,

Inscrições no App
Credencial Sesc SP
ou no Portal Sesc a
partir de 1/10, 14h.
A partir de 16 anos.

Oficina

BIJUTERIAS EM MARCHETARIA
Com Marcelo Bioni

Nesta atividade, a técnica da marchetaria é aplicada à criação de bijuterias autorais. Aprenda a combinar diferentes tipos de madeira, cores e texturas para montar pequenas composições, transformadas em brincos, colares e pingentes. Uma oficina que une precisão manual, sensibilidade estética e valorização de técnicas artesanais.

Dia 31. Sábado.

10h e 14h.

Sala de oficinas.

Grátis.

Senhas

30 min antes.

A partir
de 16 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.

Esporte e Atividade Física



Futebol

Nando Bomfim

ATIVIDADES ESPORTIVAS PERMANENTES E INSCRIÇÕES

O Sesc oferece uma programação esportiva para diferentes idades e objetivos, promovendo saúde, bem-estar, convivência e qualidade de vida, **como por exemplo:**

CURSOS REGULARES

Atividades esportivas e corporais orientadas por educadores do Sesc, para diferentes públicos e objetivos, como GMF, Condicionamento Físico Aquático e Práticas Aquáticas.

RECREAÇÃO ESPORTIVA

Práticas gratuitas para você se movimentar, brincar e se exercitar. Basta apresentar sua Credencial Sesc, sem necessidade de inscrição prévia.

ESPORTE JOVEM

Atividades esportivas voltadas ao público jovem, promovendo a prática esportiva, a convivência e o desenvolvimento de habilidades, entre eles: Voleibol, Basquetebol, Futebol Misto e outros.

COMO FUNCIONA NOVAS VAGAS

A liberação de novas vagas acontece na primeira e na terceira quinta-feira de cada mês, a partir das 18h, exclusivamente para pessoas com Credencial Plena.

Após 5 dias corridos, as vagas remanescentes ficam disponíveis para os demais interessados, conforme disponibilidade.

Aponte a câmera do seu celular para o QR Code abaixo e acesse a programação atualizada, as turmas disponíveis e os canais de inscrição.



COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇO

77ª edição da tradicional competição esportiva em rede, realizada pelo Sesc São Paulo, dedicada a promover a integração e o bem-estar de pessoas credenciadas plenas e trabalhadoras do setor de comércio de bens, serviços e turismo.

Torneio

NATAÇÃO

Torneio nas categorias adulto masculino e feminino e 50+. Com arbitragem e premiação.

Dia 21. Quarta
19h às 21h.

Piscina.

Grátis.

Inscrições no Portal Sesc a partir de 1/10 ou no Linktree Sesc Mogi das Cruzes. A partir de 16 anos.

Vivência

PILATES DE SOLO

Com Gustavo Acauan

A prática reúne exercícios realizados no solo, com o peso do próprio corpo e acessórios como bolas, rolos e faixas elásticas. Baseada em controle, respiração e centralização, contribui para força muscular, flexibilidade, equilíbrio, coordenação e consciência corporal.

De 3 a 31.
Sábados.
10h às 11h.

Tenda.

Senhas 1h antes.

Grátis.

A partir de 12 anos.



Vivência Pilates no solo

Vivência

HATHA YOGA

Com Renata Fontes

A prática é centrada no trabalho corporal, com atenção especial ao alinhamento preciso do corpo durante a execução das posturas. Esse cuidado contribui para a reorganização de padrões corporais, que podem refletir em mudanças nos aspectos emocionais e comportamentais.

De 11 a 25.

Domingos.

10h às 11h.

Dia 12 (feriado).

Segunda.

10h às 11h.

Tenda.

Senhas 1h antes.

Grátis.

A partir

de 12 anos.

Vivência

SHUFFLEBOARD E MESAS DE JOGOS

Com Fluture

Conheça o shuffleboard, jogo de precisão realizado em pista deslizante, além de diferentes modalidades de tênis de mesa em mesas de tamanhos variados. Com instrutoria e equipamentos adequados para experimentar as práticas.

Dia 10.

Sábado.

10h às 17h.

Patteo Urupema

Shopping: Av.

Voluntário

Fernando Pinheiro

Franco, 515 -

Centro, Mogi

das Cruzes.

Grátis.

Todas as idades.

Vivência

GRANDES JOGOS

Com Fluture

Vivência com grandes jogos coletivos que convidam crianças e famílias a brincar em equipe, explorando desafios que combinam movimento, estratégia e cooperação. Com propostas dinâmicas e objetivos claros, a atividade estimula a participação de todos em brincadeiras como bola gigante, pique-bandeira, caos e outras experiências lúdicas.

Dias 11 e 12.

Domingo e

segunda (feriado).

14h às 16h.

Patteo Urupema

Shopping: Av.

Voluntário

Fernando Pinheiro

Franco, 515 -

Centro, Mogi

das Cruzes.

Grátis.

Todas as idades.



Vivência Shuffleboard e Mesas de Jogos

Crianças

Espectáculo

DENTRO D'ÁGUA

Com Cia. Talagadá de Formas Animadas

Uma experiência sensorial que convida o público a mergulhar no universo das águas por meio do teatro de bonecos. Com formas, cores, sons, movimentos e elementos retirados da praia, cria uma poesia visual em que seres fantásticos ganham vida e estimulam a imaginação de crianças e adultos.

Dia 3.

Sábado.

16h às 16h50.

Geodésica.

Grátis.

AL

Apresentação

CONCERTADA - UM ESTRÉPIDO MUSICAL

Com a Trupe Irmãos Atada

A apresentação mistura palhaçaria e circo para acompanhar os ensaios e improvisos de uma orquestra inusitada. Com humor e situações inesperadas, a montagem aproxima o público do universo da música e do teatro. .

Dia 10.

Sábado. 16h.

Geodésica.

Grátis.

AL

Espectáculo

O KAMISHIBAI VAI COMEÇAR!

Com Cia. Koi

O espetáculo utiliza a tradicional arte japonesa do "teatro de papel" para contar histórias, unindo narrativas ilustradas, teatro e música ao vivo para convidar o público a desacelerar, valorizar a oralidade e refletir sobre a convivência em harmonia com a natureza.

Dia 17.

Sábado. 16h.

Geodésica.

Grátis

AL



Apresentação Concertada - Um estrépido musical

Espetáculo

DE TUDO UM POUCO

Com **Palhaça Birita**

O espetáculo acompanha a palhaça Birita lutando para permanecer em cena. Entre luzes que piscam, tropeços, memórias e encantamentos, ela transforma limitações em potência criativa. Com humor e poesia, reinventa o picadeiro, propondo uma arte anticapacitista e convidando a enxergar a vida sob novas perspectivas.

Dia 24.

Sábado. 16h.

Geodésica.

Grátis.

 Libras.

AL

Espetáculo

PEDRA NO SAPATO

Com **Cia. Laguz Teatro**

O espetáculo celebra a tradição da palhaçaria ao retratar, com humor e poesia, os desafios das relações humanas. Com técnicas de circo, mímica e dança contemporânea, cria cenas em que o corpo conduz a narrativa entre quedas, tropeços e situações cômicas inspiradas nos clássicos clowns de picadeiro, teatro e cinema.

Dia 31.

Sábado. 16h.

Geodésica.

Grátis

AL

Oficina

CAÇA AO TESOURO

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

Uma brincadeira especial para celebrar a Semana das Crianças, com pistas, desafios e descobertas pelo caminho. Prepare-se para explorar, decifrar enigmas e encontrar o tesouro escondido em uma experiência divertida para toda a família.

Dia 9. Sexta,
16h às 17h30.

Espaço de
Brincar Interno.

Senhas

30 min antes.

Grátis.

Livre.



Espetáculo Pedra no sapato

Vivência

BATUQUE NA COZINHA

Com Ateliê Afro Cultural

A experiência transforma utensílios comuns da cozinha em instrumentos musicais, explorando sons, ritmos e possibilidades de criação. Uma proposta sensorial e coletiva conduzida pelo artista Wil Oliveira, que aproxima música, brincadeira e elementos do cotidiano.

Dia 10. Sábado.

10h e 14h.

Galpão.

Grátis.

Todas as idades

Vivência

BRINCADEIRAS NA MATA ENCANTADA

Com Ateliê Afro Cultural

Uma experiência brincante de exploração dos sons, elementos sensoriais e mistérios da natureza, estimulando a imaginação e a descoberta. A proposta valoriza referências da cultura afro-brasileira e da cultura popular.

Dias 11 e 12.

Domingo e

segunda. (feriado)

10h e 14h.

Galpão.

Grátis.

Todas as idades

Show

BADULAQUE 10 ANOS - UM

SHOW COMEMORATIVO

O Duo Badulaque celebra uma década de trajetória com um espetáculo que revisita momentos marcantes de sua história musical. A apresentação combina voz, instrumentos, percussão corporal e recursos tecnológicos para criar, ao vivo, camadas sonoras, ritmos e texturas por meio de loops e sons eletrônicos.

Dia 12 (feriado).

Segunda. 16h.

Geodésica.

Grátis.

AL



Show Badulaque

Vivência

DESENHOS DA SOMBRA

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

A experiência explora as formas e distorções produzidas por sombras de objetos e do próprio corpo, estimulando a imaginação e a criação. A proposta integra o projeto Pequenos Alquimistas, que valoriza a curiosidade, a experimentação e o protagonismo infantil por meio de cores, texturas, formas e transformações.

Dia 16. Sexta.

16h às 17h30.

Alameda.

Grátis.

Senhas

30 min antes.

Todas as idades.

Vivência

PEZINHOS CURIOSOS

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

Uma experiência sensorial que utiliza os pés para explorar diferentes texturas, temperaturas e sensações, estimulando a curiosidade, o brincar e a expressão livre. A atividade integra o projeto Pequenos Alquimistas, que valoriza a investigação e a criatividade na infância por meio da experimentação.

Dia 23. Sexta.

16h às 17h30.

Alameda.

Grátis.

Senhas

30 min antes.

Todas as idades.

Bate-papo

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 convidamos os papais, mães e cuidadores de crianças de 0 a 6 anos, para uma roda de conversa, 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 30.

Sexta, das

16h às 17h30.

Espaço de Brincar.

Grátis.

Senhas 30

min antes.

Todas as idades.

ESPAÇO DE BRINCAR

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

Pessoas Idosas

Curso

DANÇA DE SALÃO PARA PESSOAS IDOSAS

Com Fabio Vicente

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, serão abordados ritmos como bolero, samba, forró, soltinho e tcha tcha. artística, promovendo espaços de escuta qualificada, expressão e participação ativa. onde o encontro entre música e movimento acontecia de forma espontânea, reunindo pessoas para compartilhar a pista e dançar à dois.

De 7 a 28.

Quartas.

16h às 17h30.

Galpão.

Grátis.

Inscrição no App Credencial Sesc SP ou no Portal Sesc a partir de 29/9, 14h.

A partir de 60 anos.



Curso Dança de salão para pessoas idosas

Renata Teixeira

TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS

Por meio de suas ações, o programa TSI, 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/tsi

AGENDA DE DESTAQUES

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

1

Show

Fredy Fevereiro
Samba com
Jazz! p. 9

6

Recreação

Basquete p. 24

7

8

12

Teatro

Lambe- Lambe: A
Poética dos órgãos
internos p.12

13

Unidade fechada

14

Oficina

Teatro &
Ancestralidade
Corpo Brinquedo
p. 16

15

Show

Saxomania -
Brasiliana p. 11

20

Exibição

Sonhar
com leões p. 14

21

22

Show

Junior Castro &
Banda - Especial
Os Jorges p. 11

27

28

Oficina

Teatro &
Ancestralidade
Corpo Brinquedo
p. 16

29

Renato Nomura



Cena do filme



Freddy Costa



SEXTA

2

Oficina

Painel Coletivos
p. 28

SÁBADO

3

Espetáculo

Dentro D'Água
p. 27

DOMINGO

4

Unidade fechada

Cia Talagadã

9

Oficina

Caça ao
Tesouro p. 29

10

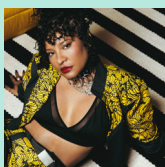
Show

Larissa Luz p. 9

11

Show

Tabuleiro do
Ary – Baile do
Tabuleiro. p. 10



Divulgação

16

Exibição

Deriva: 76
dias Perdido
no Mar p. 8

17

Espetáculo

O Kamashibai vai
começar! p. 27

18

Show

Fran Nóbrega -
Mãe da Lua . 11



Thamires mulatinho

23

Vivência

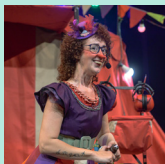
Pezinhos
curiososp. 30

24

Espetáculo

De tudo
um pouco p. 28

25

Unidade fechada

Ricardo Avellar

30

Teatro

Subversão
Kafka p. 13

31

Apresentação

Pedra
no Sapato p. 28

Sesc.digital

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

Disponível gratuitamente em sescsp.org.br/sescdigital

SescTV

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

Assista também em 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

Selo Sesc

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

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 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

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

Central de Atendimento

Tel.: 11 4728-6200

Informações, credenciamento, inscrições 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 alimentação 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 realização de atividades culturais. O local acolhe espetáculos, atividades formativas, vivências e práticas esportivas. Espaço sujeito à lotação.

Exame Dermatológico

Obrigatória a apresentação da Credencial Plena válida e utilização de traje de banho para a realização 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 Edições Sesc e álbuns musicais do Selo Sesc. Na Loja também é 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. 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. Para utilizar o espaço, é obrigatória a utilização de trava ou corrente com cadeado. Importante: não é permitido circular de bicicleta, infantil ou adulta, nas dependências do Sesc Mogi. Ao chegar à portaria, desça 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 bebês 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 utilizá-la é 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 só é 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 legislação vigente.

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA VENDA PROIBIDA

SESC MOGI DAS CRUZES

Rua Rogerio Tacola, 118

Tel.: +55 11 4728-6200

 /sescm MogidasCruzes

 /sescm MogidasCruzes

sescsp.org.br/mogidasCruzes

**FAÇA SUA
CREDENCIAL
SESC**

