

Setembro 2026

**Sesc Thermas de
Presidente Prudente**



Guia de Programação





Acesse a versão PDF do guia

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente
ou autoclassificada

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*

 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.



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

Funcionamento

Terça a sexta, 8h às 20h.

Sábados, domingos e

feriados, 9h às 18h.

No dia 7 e 14/9, feriados, a unidade funciona das 9h às 18h.

Ingressos

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

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

Inscrições on-line

Acesse sescsp.org.br/prudente ou o aplicativo Credencial Sesc SP

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.**

Capa: Circuito Sesc de Corridas
Crédito: Maila Alves

6	Circuito Sesc de Corridas
10	Shows e Espetáculos
14	Exposição
16	Cinema
18	Cursos, Oficinas e Encontros
24	Semana Move
28	Esporte e Atividade Física
32	Crianças
38	Pessoas Idosas
39	Saúde
40	Festival de Turismo
44	Agenda de Destaques

Editorial

Nem tudo o que vale a pena conhecer está longe. Às vezes, basta mudar o caminho, atravessar uma praça, chegar a uma cidade vizinha ou olhar de outro jeito para aquilo que já faz parte da nossa rotina. É desse movimento de aproximação que setembro se constrói no Sesc Thermas.

A programação do mês amplia seus caminhos e ocupa outros espaços. A Semana Move leva práticas esportivas para diferentes lugares, chegando a empresas, espaços parceiros e cidades da região. A corrida toma as ruas do entorno do Parque do Povo, reunindo milhares de pessoas em torno do movimento. Já a Copa Sesc aproxima trabalhadores do comércio por meio do esporte, lembrando que uma partida também pode ser uma forma de estar junto, competir e se divertir.

O olhar para o que está perto também aparece no Festival Sesc de Turismo. Em Taciba, o céu noturno vira destino para uma experiência de observação astronômica. Em Presidente Epitácio, o Rio Paraná, o balneário e o pôr do sol conduzem uma tarde que mostra como a viagem pode começar muito mais perto do que imaginamos.



Corrida: Etapa Presidente Prudente

E se parte da programação sai do Sesc, outra parte chega até ele. A música traz artistas e grupos da região, como a orquestra percussiva de Presidente Prudente, que apresenta releituras dos Beatles com arranjos próprios. No cinema, produções locais ganham espaço, enquanto o Palco Território reafirma a presença da produção cênica de Presidente Prudente e região.

No fim, setembro parece lembrar uma coisa simples: conhecer melhor o lugar onde vivemos também é uma forma de ampliar o mundo. Seja praticando esporte perto de casa, descobrindo uma paisagem da região ou reconhecendo o trabalho de quem produz arte por aqui, cada experiência pode mudar um pouco a maneira como olhamos para o que está ao nosso redor.

Nas páginas a seguir, você encontra uma programação que circula, aproxima e revela. Esperamos você para percorrer esses caminhos com a gente.



Circuito Sesc de Corridas

O Circuito Sesc de Corridas é uma iniciativa desenvolvida pelo Sesc com o objetivo de incentivar a prática de atividades físicas e promover a saúde e o bem-estar de seu público prioritário, assim como a comunidade em geral. As provas são realizadas em diferentes estados do Brasil e as atividades são pensadas de forma a oferecer experiências esportivas democráticas que favoreçam a participação de todas as pessoas.



Maíla Alves

Corrida - Etapa Presidente Prudente

RETIRE SEU KIT - CORRIDA

Os kits de corredores(as) compostos por camiseta, número de peito e chip (para corrida) devem ser retirados mediante a apresentação do comprovante de inscrição e documentos referentes aos descontos.

Dias 4 e 5/9.

**Sexta e sábado,
10h às 17h.**

Bosque.

CORRIDA - ETAPA PRESIDENTE PRUDENTE

Compondo o calendário de provas em 2026, a etapa Sesc Thermas de Presidente Prudente oferecerá provas de Corrida 5 km e 10 km e Caminhada 5 km. A prova acontece nas ruas do entorno do Parque do Povo, com largada às 7h e previsão de 2.200 pessoas inscritas.

Dia 6/9.

**Domingo,
7h às 11h.**

Parque do Povo.

A partir de

16 anos.

Inscrições on-line.

Vagas limitadas.

**Bate-Papo** Elas Correm

Divulgação

Bate-papo

ELAS CORREM**Com Felismina Cavela e Maria Victória Belo Sena**

Encontro que reúne esporte e inspiração em uma conversa com Felismina Cavela, atleta angolana radicada em Presidente Prudente e participante dos Jogos Olímpicos de Londres 2012, e Maria Victória Belo de Sena, prudentina, atleta dos 400 metros rasos que participou de campeonatos sul-americanos, Pan-Americanos e mundiais e o próximo objetivo são os jogos olímpicos de 2028. Entre relatos de trajetória, desafios e conquistas, as atletas compartilham suas experiências no esporte de alto rendimento, incentivando o público a refletir sobre dedicação, superação e os caminhos do atletismo. um convite irresistível ao brincar.

Dia 5/9.**Sábado,****9h às 11h.**

Pista de

Caminhada

Grátis.

Todas as idades.

Aula aberta

MINIATLETISMO: BRINCAR DE SALTAR**Com Projeto Catapulta Atletismo**

Vivência de provas de Atletismo com infláveis. Além de estimularem diversas habilidades cognitivas, os infláveis são um convite irresistível ao brincar.

Dia 5/9.**Sábado,****10h às 17h.**

Bosque

Grátis.

Todas as idades.

Dia 6/9.**Domingo,****7h às 10h.**

Parque do Povo.

Grátis.

Vivência

ENCESTAR: SEU RESÍDUO NO LUGAR CERTO Com Cia Passarim de Palco

O projeto reúne teatro, esporte, música e circo para conscientizar sobre o descarte correto de resíduos e o uso das lixeiras recicláveis. Com personagens, desafios e brincadeiras, a ação convida o público a aprender, de forma leve e participativa, conceitos de reciclagem e educação ambiental.

Dia 5/9.

**Sábado,
13h às 15h30.**

Bosque.

Grátis.

Todos as idades

Dia 6/9.

**Domingo,
7h30 às 10h.**

Parque do Povo.

Grátis.

Livre.

Vivência

DESACELERE

Com a equipe de Fisioterapia do Sesc Thermas

Após a corrida, é hora de desacelerar. A equipe de Fisioterapia do Sesc Thermas orienta as pessoas participantes em práticas de recuperação muscular que favorece o relaxamento e contribui para aliviar a fadiga e o estresse após o esforço físico. Uma oportunidade para conhecer técnicas de autocuidado que promovem bem-estar e uma recuperação mais confortável.

Dia 6/9.

**Domingo,
7h às 10h.**

Parque do Povo.

Grátis.

Livre.

Intervenção

RECUPERAÇÃO ATIVA: MASSAGEM PARA ATLETAS DE RUA

As pessoas participantes da Corrida e Caminhada podem vivenciar essa técnica de massagem que também auxilia na recuperação muscular, contribuindo para os cuidados pós prova.

Dia 6/9.

**Domingo,
7h às 10h.**

Parque do Povo.

Grátis.

A partir de

16 anos.

Intervenção

LOS KANDANGOS

A banda itinerante, de Adamantina (SP), é formada por 8 músicos entre sopros e percussões e apresenta um repertório instrumental dinâmico e divertido, com versões para clássicos da música popular e do Jazz.

Dia 6/9.

Domingo, 7h.

Parque do Povo.

Grátis.

Todas as idades.



Divulgação

Música caipira Canta Viola

Shows e Espetáculos

MÚSICA

MPB

LUANA GRANAÍ

Cantora e compositora nascida em Jaú, interior de São Paulo. Semifinalista do programa de TV The Voice Brasil em 2020, Luana explora atualmente os ritmos da Música Popular Brasileira, em especial o samba.

Dia 5/9.

Sábado, 16h.

Área de Convivência.

Grátis. **AL**

Música caipira

CANTA VIOLA: MÚSICA, CIDADANIA E TRADIÇÃO

Projeto vencedor do Prêmio Inezita Barroso 2025/ 2026, visa resgatar e divulgar as obras da música popular brasileira com base no cancioneiro sertanejo tradicional ou cancioneiro caipira, dos clássicos até obras menos óbvias, também repletas de poesia e relevância.

Dia 12/9.

Sábado, 16h.

Área de Convivência.

Grátis. **AL**

Música instrumental

PERCUSSIONISMO

Show "Para Lennon e McCartney"

A orquestra percussiva de Presidente Prudente, atuante desde 2010, apresenta neste show releituras de clássicos dos Beatles, com arranjos inéditos e uma dose de brasilidade. O grupo dedica-se a disseminar a prática instrumental sinfônica, promovendo o acesso à música e realizando ações solidárias que impactam positivamente a comunidade.

Dia 14/9.

Segunda, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. AL

Jazz

GUI JIANELLI

Show "Isso!"

O músico e compositor prudentino apresenta seu mais novo trabalho autoral, com influências de estilos brasileiros como samba, baião e vassi. Com influências que vão de Milton Nascimento ao Jazz Messengers, passando por Hermeto Paschoal e John Coltrane, o show é um mergulho nas sonoridades do jazz, da música brasileira e do groove, com espaço para a improvisação.

Dia 19/9.

Sábado, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. AL

Pop

FLASHLOVERS

Liderada por Fernando Heck e Thiago Faustino, a banda traz, no repertório, canções de Tears for Fears, a-ha, Depeche Mode entre outros artistas internacionais presentes nas rádios, pistas de dança e trilhas sonoras de diferentes gerações.

Dia 26/9.

Sábado, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. AL



Jazz Gui Jianelli

**Espetáculo** Fio de Prosa

Anna Casanova

CIRCO

Espetáculo circense

FIO DE PROSA

Com De Lucca Circus

Histórias e conversas conduzem o público por um encontro que une reflexão e diversão. Em cena, De Lucca desafia o equilíbrio sobre um arame fixo a 2,5 metros de altura, um monociclo girafa e outras técnicas circenses, além de realizar números com facas e até mesmo de olhos vendados. Mais do que apresentar habilidades do circo, o espetáculo propõe um encontro poético e sensível entre artista e plateia.

Dia 27/9.

Domingo, 16h.

Quintal.

Grátis. AL



Jo Padovan

Palco Território Perico em alto mar, nem tão mar assim!

PALCO TERRITÓRIO

Projeto que tem como objetivo a valorização e o fomento para produção em artes cênicas em Presidente Prudente e região.

Espetáculo

PERICO EM ALTO MAR, NEM TÃO MAR ASSIM! **Com a Cia Perico, de Presidente Prudente (SP)**

Em um espetáculo repleto de hilaridade e aventura, o destemido Perico se transforma em um Guarda Vidas atrapalhado que mergulha de cabeça nas águas turbulentas do humor, trazendo as mais inusitadas técnicas de salvamento - seja em um oceano de risadas ou nas profundezas de uma piscina. Mas por trás das trapalhadas existe uma missão maior que só pode ser cumprida quando o riso se transforma em correnteza coletiva, fazendo do público parte essencial dessa inesperada travessia.

Após a apresentação, o público é convidado a participar de um bate-papo com o artista, em um momento de troca sobre o processo de criação do espetáculo, a construção do personagem Perico e a linguagem do circo.

Dia 17/9.

Quinta, 20h30.

Área de
Convivência.

Grátis. **AL**

Ingressos (2 por
pessoa) on-line
e na Central de
Relacionamento a
partir das 12h do
dia do espetáculo.



Maila Alves

Intervenção Artística Origens da Terra

Exposições

Intervenção artística

ORIGENS DA TERRA:

ARTE MURAL COM TINTAS NATURAIS

Com o artista visual orgânico Jhon

Bermond e o artista indígena André Hulk

A composição traz narrativas ancestrais e simbologias culturais da região, celebrando a riqueza socioambiental do território e ressaltando a importância dos povos originários, seus grafismos, utensílios, artesanatos e cosmologia. Todo o mural é feito com tintas naturais coletadas na região.

**Terça a sexta,
8h às 19h30.**

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

Bosque.

Grátis.

Todas as idades.

Intervenção artística

BORA? VER DO ALTO NO MURO

Com a artista plástica e educadora, Bianca Habib

Através de elementos gráficos, reproduzidos pela técnica de stencil, a artista coloca no mural voltado para o Bosque do Sesc Thermas bichos, palavras e representações da cidade que convidam a deslocar o olhar e o sentir para a forma de viver dos animais nativos, dentre eles pássaros, capivaras, macacos, tatus e outros bichos.

**Terça a sexta,
8h às 19h30.**

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

Bosque.

Todas as idades.

Grátis.

Intervenção artística

A LUTA PELA VIDA É A RECUPERAÇÃO DA ESPERANÇA: ARTE MURAL INDÍGENA

Com a multiartista indígena Tamikuã Txihi

Tendo a onça como símbolo de inspiração, a artista indígena Tamikuã Txihi traz aos muros do Sesc Thermas pinturas que estão intimamente ligadas às memórias do seu povo Pataxó e em especial às vivências compartilhadas com sua mãe e avó. Sua arte tem como mote central a resistência e a luta pela defesa e recuperação dos territórios dos povos originários de Pindorama-Brasil.

**Terça a sexta,
8h às 19h30.**

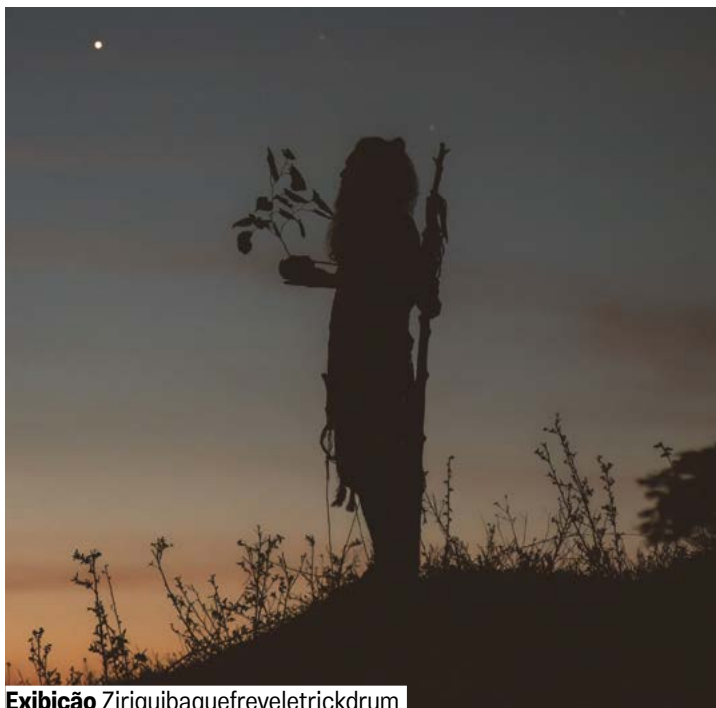
**Sábados,
domingos e
feriados,
9h às 17h30.**

Bosque.

Todas as idades.



Intervenção Artística A luta pela vida é a recuperação da esperança



Exibição Ziriguibaquefreveletrickdrum

Cinema

Exibição

ZIRIGUIBAQUEFREVELETRICKDRUM

Exibição dos videoclipes que compõem o álbum audiovisual e musical homônimo, o primeiro da banda prudentina Mocambo Groove. Formada em 2009, o grupo tem influências de música instrumental e regionalismos. As criações são marcadas pelo baião, maracatu, samba, ijexá, frevo e a sua mistura com rock, reggae, funk e salsa, entre outros ritmos que são experimentados e lapidados até chegar ao Groove.

Após a exibição, o público participa do bate-papo com o diretor Rafael Costa e três produtores audiovisuais dos videoclipes que compõem o álbum híbrido. Eles comentam as obras e compartilham os processos de criação e realização do projeto.

Dia 22/9.

Terça, 20h30.

Área de Convivência.

Grátis. **16**

Ingressos (2 por pessoa) on-line e na Central de Relacionamento a partir das 12h do dia da exibição.



Divulgação

Exibição Mostra Itinerante de Cinema do Velho Oeste

Exibição

MOSTRA ITINERANTE DE CINEMA DO VELHO OESTE

Seleção de curtas-metragens produzidos no Oeste Paulista com trajetória relevante em festivais de cinema nacionais e internacionais, e que foram fruto das atividades de formação e apoio à produção realizadas nos últimos 4 anos pelo Polo Audiovisual do Velho Oeste, tanto em comunidades periféricas, como em aldeias indígenas e assentamentos.

Após a exibição dos curtas-metragens, o público poderá participar de um bate-papo com os realizadores das obras e um representante do Polo de Cinema do Velho Oeste.

Dia 29/9.

Terça, 20h.

Área de
Convivência.

Grátis. **16**

Ingressos (2 por
pessoa) on-line
e na Central de
Relacionamento a
partir das 12h do
dia da exibição.



Oficina Esfihas da minha terra

Divulgação

Cursos, Oficinas e Encontros

ALIMENTAÇÃO

Oficina

ESFIHAS DA MINHA TERRA

Com a Cia Teatral Damasco

Tendo a esfiha como ponto de partida para despertar memórias, histórias e conexões culturais, a atividade propõe ao público explorar os significados da comida como expressão de identidade, em uma experiência acolhedora e repleta de referências da cultura do Oriente Médio.

Dias 17 e 18/9.

**Quinta e sexta,
14h às 16h30.**

Quiosque.

Grátis.

Senhas no local
30 min. antes.

Todas as idades.

MEIO AMBIENTE**FLORESTAR: ÁREAS VERDES EDUCADORAS**

O projeto tem como objetivo ampliar o caráter educativo das áreas verdes, por meio da contemplação, informação, experiências sensoriais e ações educativas regulares, no âmbito da Unidade, como também de sua vizinhança.

**FEIRA DE PEQUENOS PRODUTORES
Com agricultoras(es) e produtoras(es)
de Presidente Prudente e região**

Realizada mensalmente, visando fomentar a agroecologia e as principais iniciativas socioambientais da região. Cada produto ofertado é o ponto de partida para a criação de uma rede entre o rural e o urbano, aproximando produtores e consumidores, fortalecendo a agricultura familiar agroecológica e os artesãos e artesãs locais.

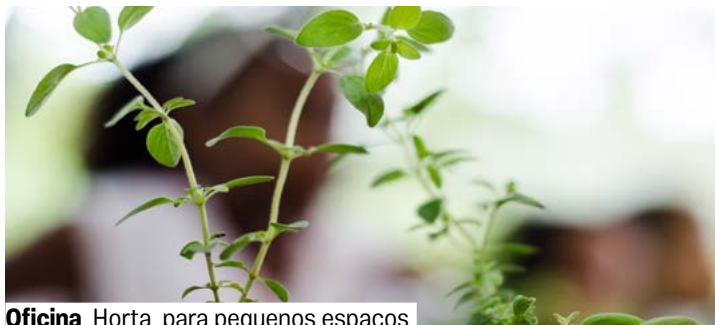
Dias 19/9.
Sábado,
9h30 às 13h.
Quintal.
Grátis.
Todos as idades.

Oficina

**HORTA PARA PEQUENOS ESPAÇOS:
ALTERNATIVAS PARA O CULTIVO URBANO
Com agente de educação ambiental**

A atividade propõe uma vivência prática de criação de hortas urbanas com canos de PVC, apresentando alternativas acessíveis para o cultivo de temperos, hortaliças e plantas alimentícias em pequenos espaços, como varandas e quintais. A horta autoirrigada é surgida como opção sustentável, incentivando o uso responsável da água e práticas de cultivo mais conscientes.

Dia 20/9.
Domingo, 10h.
Bosque.
Grátis.
Senhas no local
30 min. antes.
A partir de
14 anos.



Oficina Horta para pequenos espaços

**Oficina** Laboratório de Costura

Divulgação

TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina

LABORATÓRIO DE COSTURA

Com a costureira e artesã Cida Santos

Ateliê livre com máquinas de costura disponíveis para aqueles que são iniciantes ou avançados na arte da costura, permitindo dar continuidade a projetos existentes, estudos ou iniciar novas criações. O espaço sempre terá mediação de uma costureira experiente.

De 9 a 23/9.

**Quartas,
14h30 às 16h30
(nível avançado)
e 18h às 19h50
(nível iniciante).**

Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Grátis.

Senhas no local.

Limitado à
capacidade
do espaço.

A partir de 14 anos.

Curso

TECNOLOGIAS ASSISTIVAS - LABORATÓRIO DE PRÁTICAS INCLUSIVAS

**Com educador do Espaço de
Tecnologias e Artes do Sesc**

Utilizando recursos e ferramentas que possam ampliar a autonomia e a participação social de jovens atípicos, a proposta desta oficina é incentivar a experimentação e o desenvolvimento de habilidades para uma vida mais independente.

De 3 e 24/9.

**Quintas,
14h às 16h.**

Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Ação voltada ao
atendimento de
jovens e adultos
da APAE.

Vivência

ETA, ASTRONOMIA!: RADIAÇÃO CÓSMICA E OS RAIOS INVISÍVEIS DO ESPAÇO

**Com educador do Espaço de
Tecnologias e Artes do Sesc**

Por meio de bate-papo científico, experimentos práticos e simulações, fazemos um convite a adultos e crianças para redescobrirem o fascínio pela exploração espacial. Neste mês, proposta é apresentar conceitos básicos de radiação cósmica.

De 10 a 24/9.

**Quintas,
18h30 às 20h.**

Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Grátis.

Senhas no local
30 min. antes.

A partir de
10 anos.

Oficina

**EXPERIMENTOS COM IA:
APLICATIVOS DE MÚSICA**
**Com educador do Espaço de
Tecnologias e Artes do Sesc**

Aplicativos como Udio e Suno que fazem uso da Inteligência Artificial (IA), são recursos que ajudam músicos e não músicos a criar e compor. Venha aprender um pouco sobre a utilidade dessas ferramentas, inspire-se e construa rimas e letras para encaixar em diferentes estilos musicais.

Dia 12/9.

**Sábado,
14h30 às 16h.**

Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Grátis.

Inscrições
on-line 2 a 11/9.

A partir de
16 anos.

Oficina

**CIÊNCIA CRIATIVA: SLIME EM
CONTENÇÃO ESPECIAL**
**Com educador do Espaço de
Tecnologias e Artes do Sesc**

Produza um slime especial "radioativo" e aprenda seus cuidados específicos de armazenamento. Ao final do processo, cada participante acondiciona sua criação em uma caixa de acetato, simulando procedimentos de segurança e estimulando a imaginação, a curiosidade e o aprendizado.

Dia 14/9.

**Segunda,
14h30 às 16h.**

Quiosque.

Grátis.

Senhas no local
30 min. antes.

Todas as idades.



Oficina Experimentos com IA

Vivência

OBSERVAÇÃO ASTRONÔMICA

Mediado pelo pesquisador Gustavo Vieira Reis

A proposta tem como objetivo apresentar ao público a Lua, alguns planetas visíveis no horário da observação, além das principais estrelas do céu e aglomerados estelares, com foco na experiência prática de observação por meio de telescópio, acompanhada de materiais educativos, estimulando a curiosidade, a contemplação e o interesse pela astronomia.

**Dias 16 e 23/9;
e 14 e 21/10.
Quartas, 19h
às 21h.**

Bosque.

Grátis.

A partir de
10 anos.

Curso

AUTONOMIA DIGITAL

**Com educador do Espaço de
Tecnologias e Artes do Sesc**

Encontros para troca de ideias e conhecimentos práticos sobre aspectos de segurança digital, dicas, aplicativos interessantes e outros temas sobre autonomia no uso do celular e outros equipamentos digitais. Neste mês, a proposta é falar sobre aplicativo de comunicação WhatsApp.

**Dias 22 e 29/9.
Terças,
14h30 às 16h.**

Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Grátis.

Inscrições on-
line 9 a 22/9.

Todas as idades.



Vivência Observação Astronômica

Oficina

INTRODUÇÃO À MARCENARIA: SUPORTE DE PRATO

**Com educador do Espaço de
Tecnologias e Artes do Sesc**

A atividade apresenta as bases da marcenaria por meio de oficinas teórico-práticas, acompanhando as etapas do projeto à execução da peça. Neste mês, a proposta é confeccionar um suporte de pequeno porte para pratos decorativos

**Dia 26/9.
Sábado,
10h às 13h.**

Espaço de
Tecnologias
e Artes.

Grátis.
Inscrições
on-line 9 a 26/9.
A partir de
16 anos.

Vivência

TABLETS: DIVERSÃO QUE ENSINA

**Com educador do Espaço de
Tecnologias e Artes do Sesc**

Os tablets são dispositivos eletrônicos portáteis amplamente utilizados no processo de aprendizagem. Permitem o acesso a jogos educativos e divertidos, que mesclados à outras metodologias de ensino contribuem para o aprendizado de jovens e adultos no campo da tecnologia, das artes, da lógica e da ciência sempre em um formato descomplicado e interativo.

**Dia 27/9.
Domingo,
14h30 às 17h.**

Quiosque.
Grátis.
Senhas no local
30 min. antes.
Todas as idades.



Oficina Introdução à Marcenaria

Semana Move

A Semana Move é uma campanha latino-americana de promoção da prática de esportes e atividades físicas, na qual instituições organizam no mês de setembro atividades de acesso livre para sua comunidade. As ações são gratuitas e desenhadas para motivar pessoas de todas as faixas etárias a adotarem uma rotina mais ativa e conhecerem os benefícios de um estilo de vida saudável.

**Vivência** Circuito de Raquetes

Divulgação

Vivência

AQUECE MOVE: CIRCUITO DE RAQUETES

Com professor Abel Dias e atletas do Parabadminton Ana Carolina Coutinho Reis, Arthur Terencio Dias e Caio Henrique da Silva atleta de Badminton

Leva às cidades de Iepê e Nantes um circuito de esportes de raquete com vivências de badminton/parabadminton, tênis de mesa. A atividade incentiva a prática esportiva como promotora de bem-estar, qualidade de vida e convivência.

Dia 19/9.**Sábado,
9h às 14h.**

Iepê(SP) - Escola Municipal João Antônio Rodrigues.
Grátis.

Todas as idades.

Dia 20/9.**Sábado,
9h às 14h.**

Nantes (SP) - Praça Nossa Senhora Aparecida
Grátis.

Todas as idades.

Aula aberta

AQUECE MOVE: YOGA**Com a instrutora Edna Branco**

Chega às cidades de Iepê e Nantes com uma prática que promove o equilíbrio entre corpo e mente por meio de exercícios posturais e técnicas de respiração. A atividade combina fortalecimento muscular, relaxamento e bem-estar, incentivando hábitos saudáveis e a qualidade de vida.

Dia 19/9.**Sábado,
9h30 às 10h30.**

Iepê(SP) - Escola Municipal João Antônio Rodrigues.
Grátis.

Todas as idades.

Dia 20/9.**Sábado,
9h30 às 10h30.**

Nantes (SP) - Praça Nossa Senhora Aparecida
Grátis.

Todas as idades.

Vivência

MEDITAÇÃO ANCESTRAL GUIADA

Com a Terapeuta Integrativa Daniela Soares

Voltada ao fortalecimento emocional, pertencimento e bem-estar coletivo, utilizando a ancestralidade de origem africana como referência de identidade, memória e reconexão humana.

Dias 22 e 24/9.

**Terça e quinta,
10h às 11h30.**

**Dia 25/9. Sexta,
18h30 às 20h.**

Quintal
Grátis.
Todas as idades.

Vivência

CIRCUITO DE RAQUETES

Com professor Abel Dias e atletas do Parabadminton Ana Carolina Coutinho Reis, Arthur Terencio Dias e Caio Henrique da Silva atleta de Badminton

Composto por vivências de badminton/ parabadminton e tênis de mesa. A atividade promove o esporte como ferramenta de bem-estar, inclusão e convivência.

**Dia 23/9. Quarta,
9h às 12h.**

Quadra Esportiva.
Grátis.
Todas as idades.

**Dia 23/9. Quarta,
14h às 17h.**

Associação
Assistencial
Adolpho Bezerra
de Menezes.
Grátis.
Todas as idades.

Vivência

ALONGUE-SE +

Com equipe de fisioterapeutas do Sesc Thermas

Estimula o movimento e o bem-estar ao propor integração da saúde física e mental, além de criar vínculos entre os(as) colaboradores(as).

**Dias 23 e 24/9.
Quarta e quinta,
9h às 15h.**

Empresas.
Grátis.
Todas as idades.



Vivência Alongue-se

Vivência

TÊNIS DE MESA PARA MULHERES

Com a atleta Maira Ranzeiro

Proposta pensada para reunir mulheres em um momento de movimento, troca e diversão através do tênis de mesa. A atividade convida participantes de todas as idades e níveis a conhecerem a modalidade de forma leve, acolhedora e participativa.

**Dia 24/9. Quinta,
9h30 às 11h30.**

Área de
Convivência.

Grátis.

A partir de
12 anos.

Vivência

TÊNIS DE MESA

Com a Atleta Maira Ranzeiro

Atividade aberta a pessoas de todas as idades visando promover o contato com o tênis de mesa em um ambiente descontraído. A proposta incentiva a prática esportiva por meio de experiências que valorizam a convivência, a experimentação e o aprendizado.

**Dia 25/9. Sexta,
16h às 19h.**

Parque Shopping
de Presidente
Prudente (SP).

Grátis.

A partir de
12 anos.

Vivência

BEACH TENNIS

Com o atleta Gui Maia

Guilherme Maia é atleta de Beach Tennis e professor de Educação Física, reconhecido por sua inspiradora trajetória no esporte. Tornou-se o primeiro atleta amputado do Brasil a se destacar na modalidade, demonstrando que a prática esportiva pode ser uma poderosa ferramenta de superação, inclusão e transformação de vidas.

**Dias 26 e 27/9.
Sábado e domingo,
9h às 12h.**

Quadra de Areia.

Grátis.

A partir de
12 anos.



Vivência Tênis de mesa para mulheres

Esporte e Atividade Física

Aula aberta

MOVIMENTO CONSCIENTE

Com a equipe de atividades físico esportivas do Sesc Thermas

As aulas propõem experiências variadas de práticas corporais, proporcionando uma vivência ampla de técnicas, métodos e filosofias que visam o desenvolvimento da consciência corporal e conexão mental.

Dias 1 a 29/9,

exceto dias

8 e 15/9.

Terças e quintas,
10h às 11h.

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Vivência

JUDÔ PARA MULHERES

Com Maria Janizete da Silva Almeida

Arte marcial japonesa praticada como modalidade esportiva, o judô promove o desenvolvimento integrado do corpo, da mente e do espírito. A atividade incentiva a participação feminina nas artes marciais, destacando valores como disciplina, autoconfiança, respeito e superação, além dos benefícios para o condicionamento físico e o bem-estar.

De 2 a 30/9.

Quartas e sextas,
18h30 às 20h.

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Aula aberta

YOGA

Com Vitória Souza

Prática que estimula o equilíbrio a partir de exercícios posturais e de respiração, mesclando tonicidade muscular e relaxamento.

Traga seu tapete, uma canga ou toalha e venha participar da vivência de yoga no nosso Quintal.

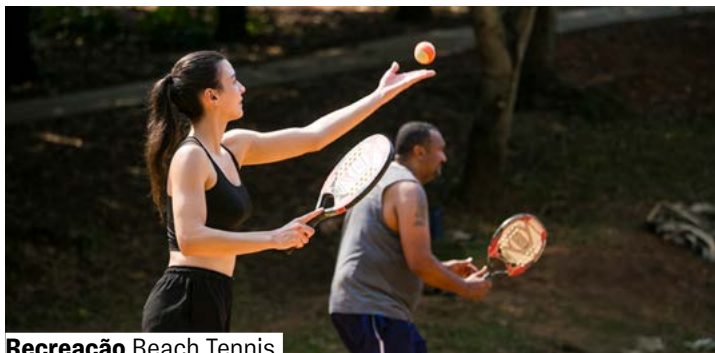
De 6 a 20/9.

Domingos,
10h às 11h.

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos



Maíla Alves

Recreação Beach Tennis**RECREAÇÕES ESPORTIVAS**

Atividades que visam incentivar a prática regular das modalidades. Para participar das recreações, é necessário ter 13 anos ou mais e Credencial Plena ou Credencial Atividade válida.

BASQUETE PARA MULHERES

Com a orientação do professor Luiz Waldemar

De 5 a 27/9.

Sábados e domingos, 9h às 10h30.

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 13 anos.

BASQUETE

Com a orientação do professor Luiz Waldemar

De 5 a 27/9.

Sábados, domingos e feriados, 10h30 às 12h.

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 13 anos.

BEACH TENNIS

Com a orientação do professor Geraldo Barbosa.

De 5 a 27/9.

Sábados e domingos, 9h às 12h.

Quadra de Areia. Grátis. A partir de 13 anos.

VÔLEI DE AREIA

Com a orientação do professora Sarah Souza.

Dias 5 a 27/9.

Sábados e domingos, 15h às 17h30.

Quadra de Areia. Grátis. A partir de 13 anos.

FUTSAL

Com a orientação do professor Carlos Campos.

De 5 a 27/9.

Sábados e domingos, 15h às 17h30.

Quadra Esportiva. Grátis. A partir de 13 anos.

TÊNIS DE MESA

Recreação livre.

Sábados e domingos, 9h às 12h.

Área de Convivência*. Grátis. A partir de 10 anos. O Sesc fornece material para os participantes. Não é necessário agendamento.

*O local e os horários podem sofrer pequenos ajustes conforme a realização de atividades programáticas no mesmo espaço.



Marco Rotta

Programa Sesc de Esportes

PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Ensino e treino das modalidades esportivas pautados na educação e formação do cidadão, com metodologia adequada a cada faixa etária.

	Terças e quintas	Quartas e sextas	Quintas e domingos
ESPORTE CRIANÇA 6 a 10 anos	14h às 17h		
ESPORTE JOVEM Basquete Feminino 13 a 16 anos		16h às 17h30	
ESPORTE ADULTO Clube do Futsal A partir de 16 anos		19h às 20h	
Clube do Tênis de Mesa A partir de 16 anos		10h às 11h	
Clube da Corrida A partir de 16 anos			9h às 10h (1 turma por dia)

Grátis.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física. Inscrições na Central de Relacionamento* mediante disponibilidade de vagas.

* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site centralrelacionamento.sescsp.org.br



Marco Rotta

Ginástica Multifuncional

GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

Programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos.

Terças a sextas

8h às 13h e 15h às 20h

● R\$ 52

▲ R\$ 113

Sábados

9h às 15h

Grátis: 12 a 16 anos

Domingos e feriados

9h às 13h

Desconto de 50%: a partir de 60 anos

A partir de 12 anos.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.

Inscrições na Central de Relacionamento* mediante disponibilidade de vagas.

PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

Desenvolve competências para possibilitar a segurança do praticante na água, o condicionamento físico, a autonomia e o bem-estar.

CONDICIONAMENTO FÍSICO AQUÁTICO (CFA)

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.

Terças e quintas

8h10 e 18h30

● R\$ 18,50

▲ R\$ 41

Grátis: 12 a 16 anos e pessoas a partir de 60 anos

Quartas e sextas

8h10, 9h10 e 18h

A partir de 12 anos.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.

Inscrições na Central de Relacionamento* mediante disponibilidade de vagas.

* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site centralrelacionamento.sescsp.org.br



Ivan Pinto

Espectáculo Teatral Entre o medo e a coragem

Crianças

Instalação

PARQUE LÚDICO

O parque é formado por um conjunto de brinquedos que compõem um circuito de habilidades para as crianças. Escorregador, balanço, gangorra, pirâmides de bambu, trave de equilíbrio e pula-pula, proporcionam uma experiência divertida e integrada ao contato com a natureza.

Terça a sexta,
8h às 18h.

Sábados,
domingos
e feriados,
9h às 19h30.

No Recanto
Pau Brasil.

Grátis.

Até 12 anos.

Espectáculo teatral

ENTRE O MEDO E A CORAGEM

Com a Cia. Bambolina

Um menino vive aterrorizado com a ideia de ir para a escola. Para esconder seus medos e inseguranças, ele acredita que precisa parecer forte e encontra no bullying uma forma equivocada de se proteger, passando a atacar os próprios colegas. Entre eles está um menino gordinho, de óculos, que se torna seu principal alvo. Cansado das agressões, esse garoto decide enfrentá-lo. Do encontro entre medo e coragem nasce uma amizade inesperada, que revela que a verdadeira força está nas diferenças e na capacidade de se colocar no lugar do outro.

Dia 3/9.

Quinta, às 10h.

Centro Cultural
Matarazzo.

Ação em parceria
com a Defensoria
Pública e as
Secretarias
Estadual e
Municipal de
Educação de
Presidente
Prudente.

Contação de história

HISTÓRIA SEM PÉ NEM CABEÇA, MAS COM CORAÇÃO

Com a atriz Juliana Galante

As três histórias, sobre como nasceu a chuva, o sol e o arco-íris, falam de uma forma cômica e particular sobre a importância da liberdade, respeito às diferenças, amor próprio e empatia. Esses temas são abordados de forma leve e sensível, para tocar onde for preciso, dentro do universo de cada pessoa. Afinal, o importante é sentir.

Dia 5/9.

Sábado, 15h.

Quintal.

Grátis. 

Espectáculo circense

AS MULTIDANÇARINAS

Com Grita Cia de Palhaços

Com vocês, as maravilhosas, as incríveis, as estúpidas, digo, as estupendas, As Multidançarinas! Adelaide, Cora e Frida mostram todo seu gingado e elegância nesse espetáculo de dança. Os passos são simples, porém, as dançarinas são muito complexas. A coreografia pode até não estar tão bem encaixada, mas, o jogo entre as palhaços é uma dança cômica de ações calculadas que conduzem a plateia ao riso.

Dia 6/9.

Domingo, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. 



Espectáculo As Multidançarinas

Espetáculo teatral

TÔ FRACO, TÔ FRACO

Com a Cia Azul Celeste

No terreiro onde a vida nasce em cascas frágeis, pequenas diferenças ganham o tamanho de um mundo. Ali, cada pena carrega uma história, um medo, uma cor e nem todas são vistas com o mesmo brilho. Choca e Garnisé habitam um galinheiro pequeno, privados da liberdade e do entendimento sobre a diversidade do mundo. Entre cantos interrompidos e silêncios que ferem, D'Angola aprende que existir também é resistir e descobre que o riso pode machucar quando não enxerga o outro por inteiro. No compasso do quintal todos percebem que a potência nasce quando acolhemos aquilo que não é igual a nós e que a beleza genuína está na pluralidade dos seres que formam nosso território.

Dia 7/9.

Segunda, 16h.

Área de
Convivência.

Grátis. 

Mediação de leitura

ABEBÊLHAS: COLMEIA SENSORIAL PARA BEBÊS

Com a Cia Bambuzal

Vivência afetivo-poética para bebês e famílias numa instalação em formato de colmeia com sete favos das cores do arco-íris, onde os participantes poderão adentrar propostas olfativas, musicais, poéticas e sensoriais.

Dia 12/9.

Sábado às 14h.

Quintal

Grátis. 



Espetáculo Tô fraco, tô fraco!



Re Prado

Espetáculo Antoninha Catadora de Umbigos

Oficina

**BRINQUEDOS DE NATUREZA: CALEIDOSTOTEM
Com a Cia Bambuzal**

A oficina convida crianças e adultos a criarem caleidoscópios de bambu com totens de pássaros feitos de cristais, sementes, grãos e pedrarias. Entre cores, formas e elementos naturais, o público experimenta a arte de construir peças únicas, estimulando a criatividade, o olhar sensível e a conexão com a natureza de forma lúdica e divertida.

Dia 13/9.**Domingo, 14h30.**

Quiosque.

Grátis.

Livre. **AL**

Senhas no local
30 min. antes.

Espetáculo teatral

ANTONINHA CATADORA DE UMBIGOS**Com a Cia. Bicho Poema**

Antoninha é catadora de recicláveis por necessidade (dela e do mundo), e de umbigos, pela alegria de sonhar. Que o umbigo é um burquinho no meio da barriga, todo mundo sabe. O que a gente esquece é que ele é a cicatriz primordial - aquela que nos lembra que um dia a gente foi de alguém. E quando a pessoa se esquece de onde vem, e por isso acaba se esquecendo de quem é, ela perde o umbigo.

Dia 13/9.**Domingo, 16h.**

Área de
Convivência.

Grátis. **AL**
 **LIBRAS**

Espetáculo teatral

RESENHA DE MAMULENGO**Com Cia Mamulengo da Folia**

A Folia no Terreiro de seu Mané Pacaru, é, como um bom espetáculo de mamulengo, recheado de passagens em que figuras como o valentão, a mocinha, o polícia, o coronel e tantos outros clássicos da cultura popular, parentes próximos dos tipos da Comédia Dell'Arte, pincelam com suas loas e brincadeiras, essa grande festa no terreiro.

Dia 20/9.**Domingo, 16h.**

Área de
Convivência.

Grátis. **AL**

Espetáculo para bebês

ESPETÁCULO DE DANÇA PARA BEBÊS: ASSOMBRINHO

Com Núcleo Quanta

Três fantasmas estão em ensaio, e quando as crianças chegam, tudo se altera. Estes seres fantasmáticos se multiplicam e a experiência se abre para a criação conjunta. Surge dança, performance, cinema, espaço, jogos e brincadeiras, estímulos ao protagonismo dos pequenos e pequenas.

Dia 26/9.

Sábado, 11h.

Área de
Convivência.

Grátis.

0 a 3 anos.

Mediação de leitura

LIVROS QUE CONTAM, LETRAS QUE BRINCAM

Com a Cia Pinambeta

E quando as letras pulam dos livros e podemos brincar com elas de várias formas? Bichos e números também são convidados. Nesta ação, as mediadoras de leitura lerão livros que tratam de temas diversos, e os mesmos serão disponibilizados de uma maneira acessível e convidativa. Ainda, o espaço aconchegante contará também com letras divertidas e números coloridos.

Dias 26 e 27/9.

**Sábado e
domingo, 14h.**

Quintal

Grátis. 



Contação de história Livros que contam, letras que brincam



Estevão Salomão

CURUMIM

O programa contribui para o desenvolvimento integral das crianças de 7 a 12 anos, por meio de experimentações, brincadeiras, convivência e novas amizades. Atividades educativas estimulam autoestima, pensamento crítico, ética, solidariedade e autonomia. As crianças são acompanhadas por uma equipe de educadoras e educadores.

Turma 1: terças e quintas, das 8h às 12h.

Turma 2: quartas e sextas, das 8h às 12h.
Grátis.

Vagas e critério de seleção

TURMAS

As vagas são limitadas e as turmas serão preenchidas a partir da análise de perfil, com base na renda familiar e/ou tipo de Credencial do Sesc do Sesc São Paulo.

PRÉ-INSCRIÇÃO

Nesta etapa, a família preenche uma ficha de interesse, que não garante a vaga para o Programa. A partir desse documento, as famílias serão chamadas para uma entrevista.

A pré-inscrição é feita presencialmente no Sesc Thermas, de terça a sexta, das 8h às 19h30, sábado e domingo, das 9h às 17h30.

O que inclui:

Uniforme, lanche, acompanhamento odontológico e materiais para as atividades.



Maíla Alves

Curso Dança

Pessoas Idosas

Curso**DANÇA****Com a professora Kinha Campos**

Um convite ao movimento, ao encontro e ao prazer de dançar. O curso propõe vivências corporais acessíveis, com sequências simples e dinâmicas que estimulam a expressão, a coordenação e a convivência. Um espaço para se movimentar com liberdade, compartilhar o ritmo e cuidar do corpo e do bem-estar.

Para pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.

**De 5/8 a 30/10.
Quartas e sextas,
15h.**

Quintal.

Grátis.

Inscrições de 1/8
a 30/10, on-line
ou na Central de
Relacionamento.
A partir de
55 anos.

Saúde

Tratamento

FISIOTERAPIA

O serviço de fisioterapia do Sesc Thermas de Presidente Prudente tem como objetivo tratar e prevenir distúrbios do movimento, contribuindo para a redução de disfunções e para a melhora da qualidade de vida dos pacientes. O atendimento é composto por até 25 sessões, realizadas em grupos de até 20 pacientes. Para se inscrever, é necessário possuir encaminhamento via Sistema Único de Saúde (SUS), contendo o número da Classificação Internacional de Doenças (CID), além de carimbo e assinatura do médico. Havendo possibilidade de atendimento, a equipe do Sesc entra em contato com o paciente.

Vagas limitadas.

Grátis.

A partir de

18 anos.

Inscrições on-line

por meio do

QR Code abaixo:



Bate-papo

PAPO MATERNO: VIAS DA MATERNIDADE

Com Adoção em Prosa

Encontro acolhedor para trocar experiências sobre maternidade, voltado a gestantes, mães e mulheres que desejam refletir sobre esse universo, trazendo reflexões sobre maternidade adotiva, maternidade biológica, os processos de construção de vínculo e as diversas formas de maternar. Durante o bate-papo, haverá um espaço de leitura e sensorial para as crianças, com supervisão de uma educadora.

Dia 24/9.

Quinta,

18h30 às 20h.

Quiosque.

Grátis.

Livre.

Aula aberta

ALONGUE-SE

Com equipe de fisioterapeutas do Sesc

A prática correta do alongamento é essencial para aumentar a flexibilidade corporal. Alongar-se diariamente auxilia no alívio das tensões musculares, na melhoria da postura corporal e na prevenção de lesões musculares.

Dia 26/9.

Sábado,

10h às 11h.

Quintal.

Grátis.

A partir de 12 anos.

Festival Sesc de Turismo - Perto da gente

Integra as ações do programa Turismo Social do Sesc São Paulo e propõe um convite à (re) descoberta dos territórios próximos às unidades – sejam bairros, cidades ou regiões vizinhas – partindo do pressuposto de que a experiência turística não está necessariamente associada a grandes deslocamentos, mas à qualidade da experiência vivenciada.

O projeto visa ampliar a compreensão de turismo como prática cultural, educativa e de pertencimento, reconhecendo que ruas, bairros, cidades vizinhas e paisagens cotidianas podem se tornar destinos de fruição, aprendizagem e troca. Ao valorizar o que está próximo, o Festival estimula novos olhares e narrativas sobre o território, suas memórias, saberes, modos de vida e dinâmicas socioculturais.



Breno Malacrida.

Passeio Astroturismo

TURISMO

Passeio

ASTROTURISMO: UM CÉU ESTRELADO PERTO DA GENTE - TACIBA/ SP

Passeio para a Estância Canaã, em Taciba/SP, com o intuito da observação astronômica. Inclui café de recepção com produtos rurais, bate-papo com especialista e registro fotográfico dos participantes tendo o céu noturno como cenário.

Dia 12/9.
Sábado,
16h às 22h.
Taciba (SP).

Inscrições
Encerradas.



Divulgação

Passeio Uma praia perto da gente

Passeio

UMA PRAIA PERTO DA GENTE - PRESIDENTE EPITÁCIO/ SP

Passeio para o balneário do Parque "O Figueiral", às margens do Rio Paraná, em Presidente Epitácio/SP. Uma tarde para tomar banho de sol e de água fresca - quem disse que não tem praia perto da gente? O programa inclui um almoço especial, em que os pratos à base de peixe são o destaque. A contemplação do pôr do sol mais bonito do Brasil encerra o dia.

Dia 26/9.

Sábado,

10h às 19h.

Presidente
Epitácio (SP).

Inscrições
Encerradas.

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

AGENDA DE DESTAQUES

Maila Alves



TERÇA

1

**Esporte e
Atividade Física**
10h - Aula aberta-
Movimento
Consciente

QUARTA

2

Pessoas Idosas
15h - Aula aberta -
Dança

QUINTA

3

**Esporte e
Atividade Física**
10h - Aula Aberta-
Movimento
Consciente

Divulgação



8

9

**Esporte e
Atividade Física**
18h30 - Vivência -
Judô para Mulheres

10

**Tecnologias
e Artes**
18h30 - Vivência
- ETA, Astronomia:
radiação cósmica
e os raios invisíveis
do espaço

Jo Padovan



15

16

**Tecnologias
e Artes**
19h - Vivência
- Observação
Astronômica

17

Palco Território
20h30 -Espetáculo
- Perico em Alto
Mar, Nem Tão Mar
Assim!

Divulgação



22

23

Cinema
20h30 - Exibição-
Ziriguibaquefrevele
trickdrum

Semana Move
9h - Vivência -
Circuito de
Raquetes

24

Saúde
18h30 - Bate-
papo - Papo
materno: vias da
maternidade

Divulgação



29

30

Cinema
20h - Exibição-
Mostra Itinerante
de Cinema do Velho
Oeste

**Esporte e
Atividade Física**
18h30 - Vivência -
Judô para Mulheres

SEXTA

4

**Esporte e
Atividade Física**
18h30 - Vivência -
Judô para Mulheres

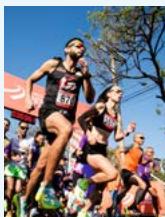
SÁBADO

5

Música
16h - MPB -
Luana Granai

DOMINGO

6

**Circuito Sesc
de Corridas**
7h - Etapa
Presidente
Prudente (SP)

Maila Alves

11

Pessoas Idosas
15h - Aula aberta -
Dança

12

Música
16h - Música
Caipira - Canta
Viola: música,
cidadania e
tradição

13

Crianças
16h - Espetáculo
teatral -
Antoninha
Catadora de
Umbigos

Re Prado

18

Alimentação
14h - Oficina -
Esfihas da Minha
Terra

19

Música
16h - Jazz -
Gui Jianelli

20

Crianças
16h - Espetáculo
teatral- Resenha de
Mamulengo

Divulgação

25

Semana Move
18h30 - Vivência -
Meditação
Ancestral Guiada

26

Música
16h -Pop-
Flashlovers

27

Circo
16h - Espetáculo -
Fio de Prosa

Anna Casanova

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/agorantv

Edições Sesc

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

sescsp.org.br/edicoes

Selo Sesc

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

sescsp.org.br/selosesc

Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 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

Central de relacionamento

Tel.: 18 3226-0400

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
9h15 às 17h30.

Emissão e renovação de credenciais,
inscrições em atividades, Turismo
Social, bilheteria e informações.
O atendimento presencial ocorre
mediante agendamento prévio,
que pode ser realizado no site
centralrelacionamento.sescsp.org.br
ou no aplicativo Credencial Sesc SP
(disponível nas lojas Google Play
e App Store).

Loja Sesc

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,
9h15 às 17h30.

Venda de CD's, DVD's, livros,
camisetas e souvenirs.

Espaço de tecnologias e artes

Destinado à realização de atividades
como oficinas e cursos ligados à prática
artística ou à vivência tecnológica,
desenvolvendo diferentes linguagens
e estimulando a prática do criar.

Quadras

Terça a sexta, 8h às 19h30.

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

Espaço aberto para todos os
públicos visando a prática recreativa
de diversas modalidades.

O Sesc Thermas possui uma quadra
esportiva e uma quadra de areia.

Bosque e pista de caminhada

Com mais de 30 mil m², o Bosque
do Sesc Thermas possui uma área
amplamente arborizada com uma
pista de aproximadamente 1 km
que convida o público a praticar
diferentes atividades físicas como
caminhada, corrida, skate, patins.

Bicicletário

Terça a sexta, 8h às 19h45.

Sábados, domingos e feriados,
das 9h às 17h45. Permanência da
bicicleta somente durante horário de
funcionamento da unidade.

Parque aquático

Terça a sexta das 8h às 19h30.

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

Composto por três piscinas de águas
quentes naturais, o Parque Aquático
do Sesc Thermas é abastecido por
um poço de águas termais naturais.
Para frequentar a piscina, é
necessário apresentar credencial
e exame dermatológico válidos.

Exame dermatológico

Horários:

Terça a quinta: 8h15 às 13h45.

Sextas: 8h15 às 19h30

Sábados e domingos: 9h15 às 17h30.

Feriados: 12h15 às 17h30

**Sujeito a alterações pontuais.*

Valores:

R\$ 12 (Credencial Plena)

R\$ 24 (Credencial Atividade)

Menores de 16 anos e acima de
60 anos são isentas do pagamento

Cafeteria

Terça a sexta, 9h às 19h.

Sábados, domingos e feriados,
das 10h às 17h30.

Nossa cafeteria oferece opções de
salgados, doces, frutas, bolos e
bebidas quentes e frias.

Odontologia

Tel.: 18 3226-0418.

Terça a sexta, 11h às 19h30.

Sábados, 9h às 17h30.

Exclusivo para trabalhadores do comércio
de bens, serviços e turismo credenciados
e dependentes. Atendimento com
inscrição prévia que acontece anualmente
pelo site sescsp.org.br/odontologia
O atendimento prioriza indivíduos e/ou
famílias com maior vulnerabilidade social.

Brigada de incêndio

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



DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

SESC THERMAS DE PRESIDENTE PRUDENTE

Rua Alberto Peters, 111

Tel.: 18 3226-0400

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

sescsp.org.br/prudente