Guia de Programação

Outubro 2026

Sesc São José dos Campos

sesc | 80 ANOS

Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

Funcionamento

Terça a sexta, 7h às 22h.
Sábados, domingos e feriados, 10h às 19h.
Unidade fechada dias 13, terça; 4 e 25, domingos de eleição.

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.

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
28/9 a 4/10	22/9	23/9
5/10 a 11/10	29/9	30/9
12/10 a 18/10	6/10	7/10
19/10 a 25/10	13/10	14/10
26/10 a 01/11	20/10	21/10

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

Este guia traz os destaques da programação da unidade de São José dos Campos. 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.**

Exibição e bate-papo: Água Funda Além das Páginas - Cinema e literatura em diálogo
Imagem da capa: Bracher & Malta Produção Gráfica

6 Viva Ruth
13 Shows e Espetáculos
16 Cinema
18 Cursos, Oficinas e Encontros
30 Esporte e Atividade Física
34 Crianças
36 Pessoas Idosas
42 Turismo Social
44 Agenda de Destaques

Editorial

A programação de outubro chega em muitas cores.

Nas cores da terra, das palavras, dos corpos em movimento, dos sons que atravessam gerações e dos encontros que transformam o cotidiano.

Será um mês para experimentar diferentes linguagens, celebrar memórias, aproximar histórias e reconhecer a potência da cultura em suas muitas formas de expressão.

E, entre tantas cores e palavras, a literatura abre espaço para apresentar uma programação especial dedicada à vida, à história e às escrituras de Ruth Guimarães. Ao colocar sua vida e sua obra no centro da programação, o mês também se torna um convite à escuta de Ruth: das palavras que permanecem, das histórias que atravessam gerações e dos saberes que continuam vivos quando compartilhados, lembrados e celebrados.

Viva Ruth! - "Mulher, negra, caipira e escritora, eis minhas credenciais."

Quatro credenciais que atravessam mundos. Quatro marcas de uma vida que fez da memória território, da palavra morada e do cotidiano matéria de literatura.

Este projeto Viva Ruth! reúne literatura, cinema, encontros e formação para fazer ecoar essa voz que nunca deixou de ser necessária. Entre mesas de conversa, clubes de leitura, saraus, mediações infantis e exibições cinematográficas, o público é convidado a atravessar as páginas e os caminhos de uma autora pioneira – uma mãe, uma mulher que escreveu a partir de suas raízes sem jamais deixar de alcançar o mundo. Em sua escrita, vivem as histórias contadas à beira do fogão, os causos atravessados pelo tempo, as crenças, os saberes, os silêncios e as vozes de um povo. Vive também a oralidade, pulsando como rio antigo e fresco. Vive o folclore, não como peça de museu, mas como memória viva, reinventada a cada geração.

Em uma noite de encontro, a literatura que vira música, a música que vira lembrança, e a lembrança que, feito rio, continua correndo, a música ocupa lugar de destaque com apresentações que transitam entre diferentes sonoridades, como o concerto do Trio Inovarte, o instrumental da banda Buena Onda Reggae Club e o espetáculo musical de Eliezer Violeiro.

Nas ações voltadas para alimentação, saúde e cultura, o projeto Experimenta promove reflexões sobre modos de produzir, preparar e compartilhar os alimentos, através de oficinas, vivências e bate-papos que valorizam os saberes da culinária caipira, o respeito aos ciclos da natureza e o preparo da alimentação como prática cultural, aproximando o público das tradições gastronômicas da região e dos conhecimentos transmitidos pelas comunidades locais.

No esporte e na atividade física, a programação estimula a convivência, a participação e o movimento por meio de festivais, vivências esportivas, recreações orientadas e atividades abertas para diferentes públicos. Danças circulares, esportes sobre rodas, festivais esportivos, práticas voltadas à permanência feminina no esporte e atividades em família reforçam o esporte como espaço de inclusão, desenvolvimento e bem-estar, onde é sempre muito bom participar e estarmos em conjunto.

Que as cores de outubro nos encontrem assim: em movimento, em diálogo, em encontros – com a terra, com a arte, com a memória, com a música, com o cinema, com a comida, com o livre brincar, com as ações físicas e esportivas e, sobretudo, com as histórias que ainda têm muito a nos dizer.

Viva Ruth! Porque há vozes que o tempo não apaga. Há histórias que não terminam quando o livro se fecha.
E há mulheres que, ao escreverem o próprio mundo, abrem caminhos para tantas outras existências.

Palestra Ruth Guimarães: Vida e Obra

Divulgação

Viva Ruth!

Em 2026, o Sesc São José dos Campos celebra a vida e a obra de Ruth Guimarães, escritora nascida em Cachoeira Paulista, no Vale do Paraíba, que transformou o cotidiano, as memórias e as tradições da região na literatura de alcance nacional. Considerada uma das mais importantes autoras brasileiras do século XX, Ruth construiu uma obra marcada pela oralidade, pelo folclore, pela cultura popular e pela valorização dos saberes transmitidos entre gerações.

A programação reúne ações que evidenciam sua contribuição para a cultura brasileira, sua pesquisa sobre o folclore e sua escrita marcada pela força das tradições populares. Entre rodas de conversa, leituras mediadas, contações de histórias, oficinas e apresentações artísticas, o público é convidado a percorrer os caminhos da imaginação, da memória e da oralidade que moldam sua obra.

Viva Ruth celebra a força da palavra, da diversidade cultural e da memória coletiva, reafirmando a literatura como espaço de encontro, pertencimento e transformação social.

Sarau cenopoético

VIVA RUTH!

Com Jô Freitas e Lu Silvia

A partir da vida e da obra de Ruth Guimarães, o poeta Jô Freitas traçou um paralelo com sua trajetória poética. A diversidade literária, a altivez e a segurança presentes na obra de Ruth Guimarães encontra eco no que se produz na atualidade, evidenciando que suas obras, não deixam de dialogar com o presente, com a nossa maneira de fabular. Nesta intervenção cenopoética, poemas de Ruth se entrelaçam aos poemas de Jô, criando um diálogo entre duas vozes, duas escritas e tempos diferentes, que se encontram no corpo e na palavra.

Dia 7. Quarta.
Às 19h45.
Ginásio. Grátis.
Vagas limitadas.
AL

Palestra

RUTH GUIMARÃES: VIDA E OBRA

Com Joaquim Maria Botelho, jornalista e filho de Ruth Guimarães

A palestra apresenta a trajetória de Ruth Guimarães, percorrendo diferentes dimensões de sua atuação como escritora, professora, tradutora e pesquisadora da cultura popular. A partir de sua vida e de sua produção literária, o encontro revela a força de uma obra construída na escuta das narrativas orais, na valorização dos saberes populares e na profunda relação com o território e a cultura brasileira.

Dia 7. Quarta.
Às 20h.
Ginásio. Grátis.
Para todas as idades.
Vagas limitadas.

Sarau cenopoético Viva Ruth!

Divulgação

Curso

EU CONTO HISTÓRIAS PARA QUEM NADA EXIGE: ESCRITA DE CONTOS

Com Joaquim Maria Botelho

A oficina propõe uma experiência de escrita inspirada na oralidade, na memória e nas pequenas "acontecências" do cotidiano presentes na obra de Ruth Guimarães. A partir da leitura de contos e reflexões da autora, os participantes serão convidados a criar narrativas breves, explorando personagens, fala popular e histórias do Brasil interiorano.

Dias 8 a 22. Quintas. Das 19h às 21h. Auditório. Grátis. Senhas 30 minutos antes no primeiro dia da atividade. Turma única. A partir de 16 anos.

Vivência

CLUBINHO DA RUTH: HISTÓRIAS DE ONÇA

Com Lessandra Carvalho, educadora e mediadora de leitura

Entre onças falantes, matas encantadas e histórias que viajaram de boca em boca por muitas gerações, crianças e famílias são convidadas a entrar no universo mágico de Ruth Guimarães. Com leitura, conversa e imaginação, a atividade celebra a riqueza das histórias populares brasileiras em um encontro repleto de descobertas e diversão.

Dias 10 e 11. Sábado e domingo. Das 15h às 17h. Espaço de Leitura. Grátis. Para todas as idades.

Vivência

CRÔNICAS DE RUTH GUIMARÃES

Com Júnia Guimarães Botelho, tradutora e filha de Ruth Guimarães

O encontro propõe uma imersão nas crônicas de Ruth Guimarães, explorando as relações entre memória, oralidade e literatura brasileira. A partir da leitura e análise de textos publicados na Folha de S. Paulo e no jornal Vale Paraibano, serão discutidos elementos da cultura valeparaibana sob perspectivas sociológicas e etnográficas.

Dias 14 e 21. Quartas. Das 19h às 21h. Espaço de Leitura. Grátis. Para todas as idades.

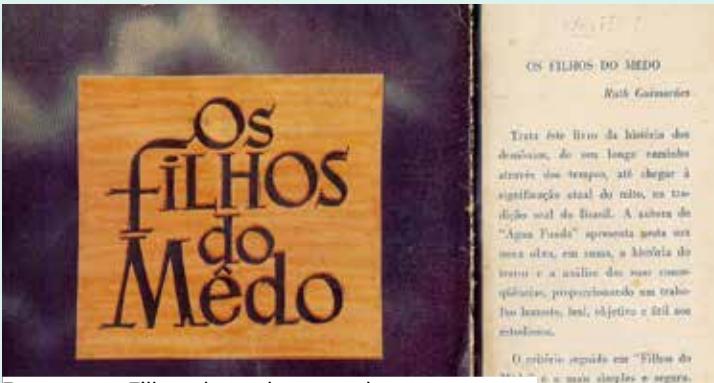
Bate-papo

FILHOS DO MEDO: ASSOMBRO, MEMÓRIA E IMAGINÁRIO NO BRASIL DE RUTH GUIMARÃES

Com Joaquim Botelho, Junia Botelho e Diego Amaro. Mediação de Mariana Bastos

Neste encontro, o público é convidado a conhecer e discutir as reflexões de Ruth Guimarães sobre o medo como um elemento fundamental para compreender o Brasil profundo. Inspirada nos estudos de Mário de Andrade e nas narrativas populares que atravessam a memória e o imaginário brasileiro, a autora interpreta o medo não como fraqueza ou superstição, mas como uma chave para entender aspectos da cultura, das opiniões e da vida cotidiana do país. A conversa propõe uma reflexão sobre a atualidade desse olhar e sua contribuição para a compreensão da identidade brasileira.

Dia 17. Sábado. Das 10h30 às 12h30. Auditório. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. Para todas as idades.



Bate-papo Filhos do medo: assombro, memória e imaginário no Brasil de Ruth Guimarães

Divulgação

Espetáculo

MALAZARTE

Com Casa Realejo de Teatro

Estamos em uma cidade inventada. Uma cidade que antes era mata onde um bando de tropeiros atravessava. Ainda atravessa? Entre risos, muxoxos e brincadeiras, ao pé da fogueira, os tropeiros contam e vivem histórias de Pedro Malazarte, cheias de embruiagens, entre canções e sapateados do catira. Nessa cidade de outro tempo nos perguntamos: aonde está Malazarte, "o semvergonho", no nosso mundo atual?

Dia 17. Sábado. Das 17h às 18h. Convivência. Grátis. Vagas limitadas.

AL

Contação de história

LENDAS E FÁBULAS DO BRASIL

Com Cíntia Moreira, narradora e escritora

Inspirada em Lendas e Fábulas do Brasil, de Ruth Guimarães, a atividade apresenta lendas, fábulas e causos que atravessam gerações, reunindo saberes indígenas, africanos e do imaginário popular. Um encontro lúdico de escuta e partilha, que valoriza a tradição oral e convida o público a se reconhecer nas histórias do nosso território.

Dia 18. Domingo.
Dia 24. Sábado.
Das 16h às 17h.
Espaço de Leitura.
Grátis. Vagas limitadas.
AL

Contação de história Lendas e Fábulas do Brasil

Divulgação

Oficina

MEDO QUE SAI PELA BOCA: ESCREVENDO CAUSOS DE ASSOMBRAMENTO

Com Diego Amaro de Almeida - Professor, Mestre em História Social

Oficina de escrita e oralidade dedicada à criação de causos de assombramento a partir da memória, da escuta e da tradição popular. A atividade propõe transformar medos, narrativas orais e imaginário coletivo em histórias escritas, explorando a potência da palavra falada e da literatura de assombro no Brasil profundo.

Dia 24. Sábado.
Das 10h30 às 12h30.
Auditório. Grátis.
Senhas no local 30 minutos antes.
A partir de 14 anos.

Bate-papo

O UNIVERSO DA MULHER CAIPIRA NO VALE DO PARAÍBA: ENTRE A HISTÓRIA E A ARTE

Com Diana Poepcke e Isabella Siqueira, mediação de Mariana Bastos

O encontro propõe uma reflexão sobre as múltiplas representações das mulheres caipiras no Vale do Paraíba, articulando pesquisa histórica, literatura e artes visuais. A partir de trajetórias, narrativas e imagens, são abordadas experiências femininas que atravessam o cotidiano rural, os saberes tradicionais e a construção de identidades no território.

Dia 27. Terça. Das 19h30 às 21h.
Solário. Grátis.
Vagas limitadas.
A partir de 16 anos.

Sarau e bate-papo

FOLHAS SOLTAS: RUTH EM POESIA

Com Junia Botelho e Juraci Condé

Além de romancista, cronista e guardiã da cultura popular, Ruth Guimarães foi, sobretudo, poeta. Em Folhas soltas, revelam-se os versos que ela escreveu em silêncio, poemas de amor, de memória e de mistério, guardados por décadas em papéis datilografados, entre versões e rasuras. Reunidos agora pela primeira vez, esses textos traçam o retrato íntimo de uma mulher inteira: a menina que escreveu para os avós, a amante que ofereceu cantigas ao marido, a pensadora que rezava com o silêncio. Com lirismo e coragem, Ruth transforma a palavra em espelho de si mesma e o leitor em cúmplice de sua travessia. Cada poema é uma folha que se desprende e flutua, livre, entre a carne e o sonho, entre a terra e o sagrado.

Dia 28. Quarta. Das 19h30 às 21h.
Solário. Grátis.
Vagas limitadas.
A partir de 16 anos.

Sarau Folhas Soltas: Ruth em Poesia

Divulgação

Exibição e bate-papo

ÁGUA FUNDA ALÉM DAS PÁGINAS - CINEMA E LITERATURA EM DIÁLOGO

Direção de Cássio Borges | 2024 | 61min

Com Cássio B, Júlia Batista e Mariana Bastos

Exibição do curta-metragem Água Funda, seguida de conversa com o diretor e a pesquisadora Julia Batista (USP), sobre os diálogos entre literatura e cinema na obra de Ruth Guimarães. O encontro propõe reflexões sobre a oralidade, a cultura caipira e suas transformações em diferentes linguagens artísticas, destacando as múltiplas formas de narrar o Brasil profundo.

Dia 29. Quinta. Das 19h às 21h30.
Auditório. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes.
L

Show

SOCORRO LIRA

No show Noturno

A cantora e compositora apresenta Noturno, espetáculo inspirado na obra poética de Ruth Guimarães. Com canções compostas a partir de poemas da escritora paulista, o show reúne música brasileira, literatura e poesia em uma homenagem sensível a uma das grandes vozes da cultura do Vale do Paraíba.

Dia 30. Sexta. Das 19h30 às 21h.
Convivência. Grátis. Vagas limitadas.
AL

Visita mediada

NO QUINTAL DA RUTH

Visita orientada às instalações do Instituto Ruth Guimarães, para conhecer o ambiente em que viveu a escritora, o legado que deixou na forma de manuscritos e livros, máquinas de datilografia que utilizava, os materiais de pesquisa de que lançava mão.

Inscrições de 13 a 24/10: enviar nome completo e telefone para o e-mail: cursos.sjcampos@sescsp.org.br

Dia 31. Sábado. Das 10h às 13h. Saída do Sesc 8h.
Cachoeira Paulista. Grátis. Todas as idades.

Para se inscrever escaneie o código QR abaixo

Visita mediada No Quintal da Ruth

Divulgação

Shows e Espetáculos

MÚSICA

Concerto
TRIO INOVARTE
O Trio Inovarte reúne fagote, violoncelo e piano em um concerto dedicado a compositores que marcaram a história da música de concerto. Formado por Marcel Nogueira (fagote e barítono), Kimair Malbec (violoncelo) e Abrão Lincoln (piano), o grupo apresenta um repertório que percorre diferentes períodos da tradição europeia, revelando a diversidade de sonoridades e possibilidades dessa formação instrumental.

Dia 3. Sábado.
Às 19h.
Auditório.
● R$10,00
■ R$15,00
▲ R$30,00
AL

Concerto Trio Inovarte

Divulgação

Show
BUENA ONDA REGGAE CLUB
A Buena Onda Reggae Club atua na música instrumental independente paulista. Formada em 2016 por músicos com trajetória em grupos como Nômade Orquestra, Samuca e a Selva, Black Mantra, Jah-Van, Reggae Little Lions, Leões de Israel e Bloco Kaya Na Gandaia, a banda construiu uma identidade própria ao unir ritmos jamaicanos como ska, reggae, rocksteady e dub a elementos do jazz, afrobeat, salsa, música caribenha e sonoridades brasileiras.

Dia 9. Sexta.
Às 19h30.
Solário. Grátis.
AL

Show
BERNADETE
Bernadete celebra mais de cinco décadas dedicadas ao samba paulista em um show que reúne clássicos do gênero e sambas que marcaram sua trajetória. Primeira mulher a interpretar um samba-enredo na passarela do Anhembi e referência no carnaval de São Paulo, a cantora apresenta uma homenagem à memória, à força e à tradição do samba.

Dia 1/11. Domingo. Às 17h.
Solário. Grátis.
AL

TEATRO

Espetáculo
O CORPO DA MULHER COMO CAMPO DE BATALHA
Com Cia da Entropia
A narrativa tocante sobre duas mulheres traumatizadas pela trágica realidade da Guerra da Bósnia, ocorrida entre 1992 e 1995. Dorra é abusada por um grupo de soldados e está em recuperação em uma casa de repouso, onde é cuidada por Kate, uma psicóloga americana. Esse contato promove a colisão entre duas visões de mundo, que se chocam e se transformam na tentativa dessas duas mulheres em seguirem suas histórias e superarem os traumas da guerra.

Dia 2. Sexta. Às 20h.
Auditório.
● R$12,00
■ R$20,00
▲ R$40,00
A16

Espetáculo O corpo da mulher como campo de batalha

Divulgação

Espetáculo
NO PALCO COM LÉLIA ABRAMO
Com Cia Teatro da Cidade
A partir do encontro entre Andreia e Léila, o espetáculo percorre vida e carreira da atriz brasileira Lélia Abramo, filha de imigrantes italianos. A narrativa aborda o período da Segunda Guerra Mundial, quando a atriz viveu em Roma, a militância política na época da Ditadura de Getúlio Vargas, e alguns de seus famosos personagens, como Pozzo (Esperando Godot, de Samuel Becket) e Romana (Eles não usam black-tie, de Gianfrancesco Guarnieri).

Dia 16. Sexta.
Às 20h.
Auditório.
● R$12,00
■ R$20,00
▲ R$40,00
A12

DANÇA

Espetáculo
PANAPANÁ
Com Gabriel Fernandez Tolgyesi e colaborações
Em coletivo, treze performers vestindo túnicas coloridas inspiradas nos figurinos das danças serpentinas de Loïe Fuller (1862-1928), fazem mover seus tecidos de modos variados, materializando e reverberando as trajetórias espaciais de seus movimentos corporais.
Por meio de rastros e formas estáticas, o grupo metaforiza borboletas, casulos, flores, redemoinhos, montanhas e uma sorte de imagens moventes, sensoriais e fantasiosas - sendo ambientadas por uma trilha sonora tocada ao vivo.

Dia 10. Sábado.
Às 18h.
Solário. Grátis.
AL

Espetáculo Panapaná

Divulgação

Cinema

Exibição
LUIZ MELODIA - NO CORAÇÃO DO BRASIL
Direção: Alessandra Dorgan.
Documentário. Brasil. 2024.75 min
Uma viagem sonora e visual, com materiais raros e inéditos de arquivo, que retrata a vida e obra do grande cantor e compositor brasileiro, Luiz Melodia. O documentário musical dá voz ao artista, que ao abraçar sua liberdade e originalidade, desafiou muitas normas no mercado fonográfico e cultural brasileiro.

Dia 1. Quinta.
Às 19h.
Atividade externa. Cine Pop Ubatuba. Grátis.
12

Exibição
CINE CONCERTO FAÇA A COISA CERTA COM DJ KL JAY E GUILHERME CHIAPPETTA
A trilha sonora do filme dirigido por Spike Lee será realizada ao vivo pelo DJ KL Jay e pelo músico e produtor musical Guilherme Chiappetta. Os diálogos e ambientações do filme são preservados criando para o público uma nova versão do filme e uma sessão de cinema única e memorável.

Dia 11. Domingo.
Às 18h.
Ginásio. Grátis. Vagas limitadas.
14

Exibição Cine Concerto Faça a Coisa Certa

Divulgação

Exibição
AVENIDA BEIRA-MAR
Direção: Maju de Paiva e Bernardo Florim. Drama. Brasil, 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 18. Domingo. Às 18h.
Auditório. Grátis. Retirada de ingressos a partir das 16h30 para Credencial Plena e das 17h para demais interessados.
14

Exibição
RETRATOS FANTASMAS
Direção: Kleber Mendonça Filho
Drama. Brasil, 2023. 93 min.
Como em tantas cidades do mundo ao longo do século XX, milhões de pessoas foram ao cinema no centro do Recife. Com a passagem do tempo, as ruínas dos grandes cinemas revelam algumas verdades sobre a vida em sociedade.

Dia 31. Sábado. Às 17h.
Auditório. Grátis. Retirada de ingressos a partir das 15h30 para Credencial Plena e das 16h para demais interessados.
12

Exibição Retratos fantasmas

Divulgação

Cursos, Oficinas e Encontros

AÇÕES PARA A CIDADANIA

SEMANA NACIONAL DE ARTE E TECNOLOGIAS
A Semana Nacional de Ciência e Tecnologia de 2026 traz o tema "Ciência Delas", e a parceria entre INPE e Sesc reforça a produção científica e tecnológica como ferramenta de cidadania. A iniciativa busca aproximar pesquisa e sociedade, levando conhecimento para além dos centros de pesquisa e fortalecendo a ciência como instrumento de cidadania, diálogo e transformação social.

Bate-papo
MULHERES, MÉRITO E AS REGRAS INVISÍVEIS DA CIÊNCIA
Com Myanna Lahsen (antropóloga cultural e pesquisadora titular do CCST-INPE)
Quem recebe reconhecimento por uma descoberta? Quem, de fato, consegue financiamento para pesquisas e publica artigos científicos? Dados mostram que mais mulheres entram na ciência, mas poucas chegam a posições de liderança. O bate papo irá olhar a ciência também como um processo social e discutirá como redes, avaliações e critérios aparentemente neutros podem influenciar reconhecimento e ascensão. A partir das pesquisas de Myanna Lahsen, serão explorados caminhos para uma ciência mais diversa, justa e comprometida com a sustentabilidade da vida.

Myanna Lahsen - antropóloga cultural e pesquisadora titular do Centro de Ciência do Sistema Terrestre do INPE, atua na interface entre ciência, tecnologia e sustentabilidade. Com trajetória por instituições como Harvard e Wageningen, investiga as dinâmicas socioculturais e políticas das mudanças ambientais globais.

Dia 31. Sábado. Das 10h30 às 12h30.
Espaço Corpo e Arte. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 16 anos.

Oficina

FÍSICA DOS RAIOS

Com Grupo de Pesquisa em Física dos Raios - INPE

Entre experimentos práticos e registros em alta velocidade, a oficina explora a ciência das tempestades, seus riscos e como nos proteger dos raios. A atividade apresenta registros de raios, demonstrações sobre a formação e o comportamento das descargas elétricas, além de experimentos que ilustram formas de proteção e riscos associados às tempestades.

O Grupo de Pesquisa em Física dos Raios do INPE é referência internacional no estudo da eletricidade atmosférica, na investigação dos mecanismos de iniciação, propagação e conexão dos raios a estruturas no solo, por meio de câmeras de alta velocidade. Compõem o grupo Paola Lauria, Tagianne da Silva, Diego Rhamon, Hentony Barboza, Ivan Cruz e João Alves.

Dia 02/11. Segunda. Às 14h; às 15h e às 16h. Auditório. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. Para todas as idades.

Oficina Física dos raios

Divulgação

Curso

BIOJOIAS: CRIAÇÃO E VENDA DE ACESSÓRIOS COM SEMENTES

Com Jéssica Terra, empresária e artesã de Biojoias

As pessoas inscritas terão uma imersão na técnica da criação das Biojoias, indo do básico ao avançado e terão um conteúdo teórico para compreender o seu valor na sociedade atual e a importância de criá-la. Aprenderão a criar acessórios com sementes, como colares, brincos e pulseiras ao mesmo tempo em que concebem uma forma de gerar renda.

Dias 20/10, 27/10 e 10/11. Terças. Das 18h30 às 21h30. Dias 21/10, 28/10, 4/11 e 11/11. Quartas. Das 18h30 às 21h30. Dias 5/11 e 12/11. Quintas. Das 18h30 às 21h30. Oficina. Grátis. Senhas 30 minutos antes no primeiro dia da atividade. A partir de 16 anos. Turma única.

ALIMENTAÇÃO

PRATO (PER) FEITO

Projeto que faz um convite a passear pelas dimensões do comer, baseado no Guia Alimentar para a população brasileira, referenciando o "prato feito" ou "pf", buscando o respeito a regionalidade, a variedade e a comensalidade.

Instalação

OS 10 PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Com CUÁS - Ateliê Escola Livre de Arte e Cultura

"10 Passos para uma Alimentação Saudável" é uma instalação interativa que convida o público a vivenciar, de forma lúdica e sensorial, os dez passos para uma alimentação saudável. Ao percorrer diferentes estações, os visitantes interagem com elementos visuais e táteis que representam hábitos alimentares, escolhas do cotidiano e seus impactos na saúde e no bem-estar.

Dias 30/9 a 18/10. Terças a sextas. Das 7h às 21h45. Exceto dia 13/10. Dia 12. Segunda. Das 10h às 18h45. Dias 3 a 18. Sábados e domingos. Das 10h às 18h45. Praça. Grátis. AL

EXPERIMENTA! COMIDA, SAÚDE E CULTURA

O projeto Experimenta! Comida Saúde e Cultura convida o público a refletir sobre universo da alimentação, busca promover a Alimentação Adequada e Saudável e ampliar a autonomia em torno das escolhas alimentares. As ações são pautadas por temas relacionados ao desenvolvimento de habilidades culinárias, valorização das diversas expressões das culturas alimentares, abordagem do sistema alimentar na sua integralidade, entre outros.

Bate-papo

SABERES E SABORES DO CUMÊ DEVAGARINHO

Com Instituto Chão Caipira

A roda de conversa propõe discutir a tradição da culinária caipira feita no fogão a lenha e sua relação com o conceito cultural do "Cumê divagarinho", relacionando o tempo da lenha, a paciência dos preparos e o respeito às estações e às épocas de cada comida.

Dia 21. Quarta. Das 19h às 20h30.
Solário. Retirada de senhas 30 minutos antes no local.
A partir de 16 anos.

Oficina

FOGÃO ACESO, PROSA QUENTE

Com Instituto Chão Caipira

A oficina convida os participantes a vivenciar a culinária como um espaço de encontro e memórias. Enquanto receitas ganham forma no fogão, histórias, lembranças e saberes são compartilhados, transformando o ato de cozinhar em uma experiência de convivência e troca. Uma experiência em que o calor do fogão aquece também as conversas, conectando pessoas por meio dos sabores e das histórias.

Dia 22. Quinta. Das 19h às 20h30.
Solário. Retirada de senhas 30 minutos antes no local.
A partir de 16 anos.

Oficina

PAÇOCA NO PILÃO

Com Instituto Chão Caipira

A oficina apresenta a tradição da paçoca caipira feita no pilão. A atividade aborda os fundamentos das duas principais formas de paçoca tradicionais da região, a salgada e a doce, explicando diferenças de ingredientes, usos e contextos culturais.

Dia 23. Sexta. Das 19h às 20h30.
Solário. Grátis.
A partir de 16 anos.

Show

ELIEZER VIOLEIRO

No show Raízes Caipiras

Inspirado na riqueza cultural do Vale do Paraíba, Eliezer Violeiro apresenta um espetáculo dedicado à valorização da música sertaneja de raiz e das tradições do universo caipira. A viola conduz um repertório de clássicos que dialoga com histórias, costumes e memórias do campo, aproximando diferentes gerações da cultura popular brasileira.

Dia 24. Sábado.
Às 17h.
Solário. Vagas limitadas.
AL

Show Eliezer Violeiro

Divulgação

Oficina

DA ORIGEM À MESA: LEGUMES

Com a feirante Gabrielle Reis Ortiz
e a chef Thais Okamoto

Da origem à mesa: Legumes conecta o caminho dos alimentos entre a feira e a cozinha brasileira. A feirante Gabrielle Reis Ortiz, da Banca do Alê, e a gastróloga Amanda Malafaia conduzem este encontro, aproximando o público do cotidiano da comercialização dos legumes e de seus caminhos até o preparo, valorizando os saberes, as práticas e a diversidade da nossa cultura alimentar.

Dia 29. Quinta.
Das 19h às 21h.
Área de Exposição. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. Para todas as idades.

JOVENS

Curso
JUVENTUDES – COLAÊ
O Juventudes – Colaê é um programa de educação não formal, gratuito, que atende jovens dos 13 aos 18 anos e busca, através de ações processuais, contribuir para a amplificação do repertório cultural, estimular a convivência e o respeito às diferenças. Os encontros semanais abordam temas variados e podem acontecer em formatos diversos.

De 1 a 29. Quintas. Das 18h30 às 20h.
Oficina.

Recreação
RPG: ESPAÇO DE AVENTURAS
Espaço em que participantes podem criar personagens, desenvolver narrativas coletivas e vivenciar aventuras colaborativas. Um ambiente seguro, acolhedor e propício à imaginação, à convivência e ao jogo em grupo. Ideal para quem já joga e está buscando um espaço para conhecer novos jogadores.

Dias 24. Sábado. Das 15h às 18h.
Espaço Corpo e Arte. Grátis.
A partir de 13 anos.

MEIO AMBIENTE

Passeio
PASSARINHADA: OCTOBER BIG DAY
Com Instituto Save Brasil
A atividade convida o público para uma experiência de observação de aves, integrando o movimento mundial October Big Day, uma das maiores mobilizações de ciência cidadã voltadas ao registro da biodiversidade. Durante a caminhada, os participantes poderão conhecer espécies da avifauna local, desenvolver práticas de observação da natureza e contribuir para o monitoramento da fauna, fortalecendo a conexão com o território e a conservação ambiental.

Inscrições de 1 a 7/10: enviar nome completo e telefone para o e-mail: cursos.sjcampos@sescsp.org.br

Dia 10. Sábado. Das 6h às 12h. Saída do Sesc 5h30 e retorno às 12h.
Grátis.
São Francisco Xavier.
A partir de 16 anos.

Para se inscrever escaneie o código QR abaixo

SAÚDE

SORRISO É COISA SÉRIA

Sorriso é Coisa Séria é um projeto de saúde bucal, de caráter multidisciplinar, direcionado a escolares ou crianças em contraturno escolar. Tem por objetivo a autonomia e o empoderamento das crianças no que se refere às medidas de prevenção para doenças bucais, através do desenvolvimento de atividades lúdicas e culturais, sensibilizando os participantes para que cada um seja corresponsável por sua saúde, tornando-se, ainda, um multiplicador dentro de seu núcleo familiar e em sua comunidade.

Oficina

SORRISO É COISA SÉRIA

Com equipe odontologia

Atividade didática e educativa sobre Saúde Bucal, em parceria com a secretaria da saúde, a ser realizada com crianças de escolas da prefeitura de São José dos Campos. Serão realizados bate papos com dentistas da equipe de Odontologia, que através de atividade lúdica ensinarão sobre Saúde e Higiene Bucal desenvolvendo autonomia para o cuidado.

Dias 20 a 22. Terça a quinta. Das 8h às 13h. Atividade externa. Escola CEDIN Paulo Cesar. De 3 a 5 anos.

Dias 27 a 29. Terça a quinta. Das 8h às 17h. Atividade externa. EMEF Maurício Cury. De 6 a 12 anos.

TEATRO

Oficina

DRAMATURGIA DO TAROT - OS ARCANOS COMO DISPOSITIVO DE CRIAÇÃO CÊNICA

Com Fernando Rodrigues

Oficina que utiliza a estrutura simbólica e arquetípica dos Arcanos Maiores do Tarot como ferramenta de estímulo para a escrita criativa e criação de cenas. O Tarot será abordado como um mapa narrativo visual, no qual a "Jornada do Louco" espelha a jornada do herói. A oficina será dividida em dois blocos, equilibrando teoria e dinâmicas de criação e compartilhamento.

Dias 17 e 18. Sábado e domingo. Das 14h às 18h. Espaço Corpo e Arte. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. Turmas independentes. A partir de 16 anos.

TECNOLOGIA E ARTES

Vivência
JOGOS NO ETA
Com pessoas educadoras em Tecnologias e Artes
O Espaço Tecnologias e Artes (ETA) vai se tornar um ponto de encontro para os apaixonados por jogos. Venha se divertir junto!

Dia 3. Sábado. Das 14h30 às 17h30. Dia 18. Domingo. Das 14h30 às 17h30. Espaço Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 6 anos.

Vivência Jogos no ETA

Bárbara Andre

Curso
FOTOGRAFANDO COM O CELULAR
Com Lucas Trabachini, fotógrafo e videoartista
Descubra como transformar o seu smartphone em uma poderosa ferramenta fotográfica. O participante aprenderá técnicas de composição, uso da luz e os principais ajustes de câmera nativos do aparelho. O objetivo é desmistificar a fotografia mobile e ensinar o aluno a tirar o máximo proveito do seu equipamento. Recomenda-se que cada pessoa traga seu aparelho celular para uso na atividade.

De 6 a 8. Terça a quinta. Das 14h30 às 17h30. Espaço Tecnologias e Artes. Grátis. Inscrições no local, 1 hora antes, apenas no primeiro dia do curso. Turma única. A partir de 14 anos.

Curso Fotografando com o celular

Divulgação

Oficina
LAB TÊXTIL: COSTURA PARA TODAS AS PESSOAS
Com Alline Lola e Gab, pessoas educadoras em Tecnologias e Artes
Encontros livres e independentes para exercitar o fazer manual com agulha e linha: realizar um reparo numa peça de roupa, aprender a mexer na máquina de costura doméstica, começar um bordado ou realizar um projeto pessoal no universo têxtil.

Dia 7. Quarta. Das 19h às 21h30.
Espaço Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 14 anos.

Oficina
BRINQUEDO ÓPTICO: TAUMATRÓPIO
Com Lucas Trabachini, fotógrafo e videoartista
O taumatrópio é um brinquedo óptico do início do século XX que mostra como nossos olhos "guardam" uma imagem por um instante, criando a ilusão de movimento. Nesta atividade, cada participante irá criar o seu taumatrópio e aprender sobre o princípio da persistência da visão e como ele ajudou a criar os desenhos animados e o cinema.

Dia 10. Sábado. Das 14h30 às 16h30.
Espaço Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 6 anos.

Oficina Brinquedo óptico: taumatrópico

Lucas Trabachini

Vivência

A INUSITADA SALA DOS RETRATOS ANIMADOS

Com Lucas Trabachini, fotógrafo e videoartista

Instalação interativa que transforma o universo dos retratos em uma experiência divertida, surpreendente e participativa. O público é convidado a posar para a câmera, recriar poses clássicas ou inventar gestos inusitados, vendo sua própria imagem, transformada por filtros e efeitos, exibida nos quadros da sala.

Dias 11 e 12. Domingo e segunda. Das 14h30 às 17h30.
Espaço Corpo e Arte. Grátis.
A partir de 6 anos.
Atividade rotativa.
Encontros independentes.

Oficina A inusitada sala dos retratos animados

Lucas Trabachini

Oficina

LAB GRÁFICO

Com Gab, pessoa educadora em Tecnologias e Artes

Espaço dedicado às artes gráficas, desde a criação de zines, técnicas de impressão analógicas e digitais, encadernação manual, experimentações com gravura, entre outras possibilidades gráficas. O ETA disponibiliza materiais de uso comum, porém materiais específicos devem ser trazidos pela pessoa participante.

Dia 14. Quarta. Das 19h às 21h30.
Espaço Tecnologias e Artes. Grátis.
Senhas no local 30 minutos 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.

Ateliê

ATELIÊ LIVRE DE BORDADO

Com Gab, pessoa educadora em Tecnologias e Artes

Encontro para reunir praticantes de bordado de diversos tipos e quem nunca nem passou uma linha na agulha: aqui todas as pessoas poderão utilizar os materiais do ETA para começar um bordado ou para continuar um projeto em boa companhia.

Dias 17 e 20. Sábado e terça. Das 14h30 às 17h30. Espaço Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 14 anos. Encontros independentes.

Curso

DESENHO LIVRE

Com Lau Mazzo, quadrinista e integrante da Encrenca Coletiva

Curso para perder o medo do papel em branco! Em quatro encontros, vamos explorar a prática do desenho como expressão pessoal, deixando de lado a busca por um "traço certo" e nos aproximando da nossa identidade e traço pessoal com leveza, curiosidade e prazer.

De 21 a 29. Quartas e quintas. Das 18h30 às 21h30. Espaço Tecnologias e Artes.
● R$9,00
■ R$15,00
▲ R$30,00
A partir de 14 anos. Turma única.

Inscrições online pelo portal do Sesc sescsp.org.br/sjcampos ou pelo app Credencial Sesc, a partir de 14/10, às 15h, para Credencial Plena, e a partir de 16/10, às 15h, para demais pessoas interessadas.

Curso Desenho livre

Divulgação

Oficina
MONSTROS DE PAPEL
Com Lau Mazzo, quadrinista e integrante da Encrenca Coletiva
Criação de monstros de papel articulados a partir de moldes base. Cada participante irá montar e customizar seus personagens com colagens, desenhos e dinâmicas coletivas.

Dias 24/10 e 2/11. Sábado e segunda. Das 14h30 às 17h30
Espaço Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 7 anos. Encontros independentes.

Oficina Monstros de papel

Divulgação

Oficina
STOP MOTION COM MASSINHA
Com Lau Mazzo, quadrinista e integrante da Encrenca Coletiva
Prática de introdução à animação em stop motion a partir da criação de personagens em massinha. Cada participante irá modelar seu próprio personagem ou monstro, criar um pequeno cenário e aprender, de forma simples e acessível, como animar utilizando o celular.

Dias 31/10 e 1/11. Sábado e domingo. Das 14h30 às 17h30.
Espaço Tecnologias e Artes. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 8 anos. Encontros independentes.

Oficina Stop motion com massinha

Divulgação

Esporte e Atividade Física

PERCEBA-SE
Projeto de práticas corporais do Sesc São José dos Campos que tem como objetivo apresentar ao público abordagens e técnicas variadas com foco em atingir atenção plena e consciência corporal, contribuindo para a promoção da saúde e do bem-estar. Ao longo do ano serão oferecidas diversas atividades permeando três eixos: atividades contemplativas, atividades rítmicas e expressivas e atividades contemporâneas. Acompanhe a programação e conheça a si mesmo através do seu corpo, perceba-se!

Aula aberta
DANÇAS CIRCULARES
Com educadores do Sesc
As danças circulares, também chamadas de danças dos povos, resgatam tradições folclóricas de diversos países. Elas representam momentos de celebração de rituais de passagem, como nascimento, aniversário e casamento, entre outros. Sua prática promove, de forma lúdica, a integração e a cooperação entre os participantes, que reunidos em roda celebram a coletividade, a cultura e a paz.

Dias 11 e 18. Domingos. Das 10h30 às 12h.
Espaço Corpo e Arte. Grátis. Senhas no local 15 minutos antes. A partir de 12 anos.

Aula aberta Dança circulares

Regiane Trombi

COPA SESC DO COMÉRCIO E SERVIÇOS

Competição que abrange diversas modalidades esportivas, realizada em diferentes categorias, com foco no público prioritário, promovendo a prática esportiva, a integração social e a qualidade de vida.

Torneios e campeonatos

TÊNIS DE MESA

Festival de tênis de mesa da Copa Sesc do Comércio e Serviços com a participação de funcionário das empresas de São José dos Campos e região.
Idade mínima - 12 anos - masculino e feminino.

Inscrições de 1 a 14/10 pelo do e-mail esportivo.sjcampos@sescsp.org.br

Dia 18. Domingo. Das 10h30 às 14h.
Ginásio. Grátis. A atividade é exclusiva para o público com a credencial plena do Sesc e seus dependentes. A partir de 12 anos.

Torneios e campeonatos

FESTIVAL DE QUEIMADA

Com educadores do Sesc

O jogo de Queimada é praticado por dois times com o objetivo de eliminar os adversários, atingindo-os com uma bola. É um tipo de jogo popular em todo Brasil. também conhecido como "baleado", "caçador", "mata-soldado" ou "carimba", sendo jogado, principalmente nas escolas e como modalidade nas olímpiadas escolares.

Inscrições de 6 a 23/10 pelo e-mail esportivo.sjcampos@sescsp.org.br

Dia 31. Sábado. Das 10h30 às 12h30.
Ginásio. A atividade é exclusiva para o público feminino com a credencial plena do Sesc e seus dependentes. A partir de 12 anos.

Torneios e Campeonatos

FUTSAL FEMININO

Campeonato de futsal feminino com a participação das alunas do Programa Sesc de Esportes e equipes da cidade de São José dos Campos e região.

Inscrições encerradas.

Congresso técnico com os representantes das equipes, dia 7/10, às 20h.

Início 15/10. Terças e quintas. Das 20h às 21h30. Exceto dia 3/11. Terça.
Ginásio. Grátis. Vagas limitadas A partir de 16 anos.

Vivência
VAMOS JOGAR?
Com educadores do Sesc
Encontro esportivo que reúne os alunos do Programa Sesc de Esportes - Esporte Jovem - 10 a 13 anos e seus pais e responsáveis com a realização de jogos pré-desportivos e atividades recreativas.

Dia 24. Sábado. Das 10h30 às 12h30.
Ginásio.
Atividade exclusiva para alunos do Programa Sesc de Esportes.

Vivência
ESPORTES SOBRE RODAS: PATINAÇÃO
Com educadores do Sesc
Vivência e experimentação da prática da patinação. Para participar da atividade é necessário que cada participante traga seus patins e equipamentos de proteção.

Dia 3. Sábado. Das 10h30 às 12h30.
Ginásio ou Quadra externa. Grátis.
A partir de 6 anos.

Vivência
VILA ESPORTIVA
Com educadores do Sesc
Jogos, brincadeiras e atividades motoras praticadas de maneira lúdica, propiciando a experimentação e a participação integrada entre crianças e adultos. A cada final de semana uma proposta diferente, tendo como elementos básicos as habilidades motoras e as brincadeiras em família.

Dias 3, 10, 17, 24 e 31. Sábados. Das 14h às 15h. Dias 11 e 18. Domingos. Das 14h às 15h. Dia 12. Segunda. Das 14h às 15h. .
Ginásio ou Praça. Grátis. A partir de 6 anos.

Vivência Vila Esportiva

Divulgação

Recreação
RECREAÇÃO ORIENTADA DE VÔLEI
Com educadores do Sesc
Recreação orientada de vôlei para pessoas interessadas na modalidade, para iniciantes e praticantes.

Dias 3, 17, 24 e 31. Sábados. Das 15h30 às 17h. Dia 18. Domingo. Das 17h às 18h30.
Ginásio. Grátis.
A partir de 13 anos.

Recreação
RECREAÇÃO ORIENTADA DE BASQUETE
Com educadores do Sesc
Recreação orientada de basquete para pessoas interessadas na modalidade, para iniciantes e praticantes.

Dias 3, 17, 24 e 31. Sábados. Das 17h às 18h30. Dia 18. Domingo. Das 15h às 16h30.
Ginásio. Grátis.
A partir de 13 anos.

Aula aberta
FUTSAL
Com educadores do Sesc
Recreação orientada de futsal para pessoas interessadas na modalidade, para iniciantes e praticantes.

Dia 11. Domingo. Das 10h30 às 12h30. Dia 12. Segunda. Das 10h30 às 12h30.
Ginásio. Grátis.
A partir de 13 anos.

Aula aberta
PRÁTICAS ESPORTIVAS E PERMANÊNCIA FEMININA NO ESPORTE
Com educadores do Sesc
Atividade esportiva direcionada ao público feminino em diferentes possibilidades, utilizando como base pedagógica os jogos de invasão e de rebater, pertencentes a metodologia das famílias dos jogos, mesclando jogos pré-desportivos e modalidades esportivas. Queimada, futebol, pebolim humano, cambio e frescobol, são alguns dos jogos que serão praticados pelas mulheres.

Dia 17. Sábado. Das 10h30 às 12h30.
Ginásio. Grátis.
A partir de 13 anos.

Barbara Andre

Aula aberta Práticas esportivas e permanência feminina no esporte

Crianças

ESPAÇO DE BRINCAR
O Espaço de Brincar é um programa socioeducativo do Sesc, voltado para primeira infância (bebês e crianças de 0 a 6 anos), que promove a convivência por meio do brincar livre e de atividades sensoriais, manuais e motoras. A cada semana, uma atividade diferente: Brincantinhos, Do fazer ao brincar e Espaço temático. **Crianças devem permanecer acompanhadas das/os responsáveis no local.**

Vivência
BRINCANTINHOS
Com educadoras do Programa Espaço de Brincar
Mais do que um espaço físico, Brincantinhos é um conjunto de elementos que estimulam a convivência e a descoberta do brincar livre como uma experiência social, na qual as crianças criam seus próprios modos de vida.

Dias 3 e 24. Sábados. Das 10h às 13h.
Dias 18. Domingo. Das 10h às 13h.
Oficina. Grátis.
Até 6 anos.

Oficina
DO FAZER AO BRINCAR: FANTOCHES DE MEIA
Com Cíntia Fernandes e Leda Araújo - educadora do Programa Espaço de Brincar
Que tal transformar aquela meia órfã ou antiga em um personagem cheio de histórias para contar? A Oficina de Fantoches é um espaço pensado para crianças de até 6 anos e adultos construírem juntos um fantoche de meia.

De 10 a 12. Sábado a segunda. Das 10h30 às 11h30 e das 11h30 às 12h30.
Oficina. Grátis.
Senhas no local 15 minutos antes de cada sessão.
Até 6 anos.

Vivência
ESPAÇO TEMÁTICO: DE BLOCO EM BLOCO
Com Bruna Paiva - educadora do Programa Espaço de Brincar
O que é possível criar e brincar utilizando apenas um tipo de material? Integrando a programação do programa Espaço de Brincar, "De bloco em bloco" convida bebês e crianças pequenas a experimentar situações de equilíbrio com blocos diversificados, descobrindo modos de composição dos objetos no espaço e a conexão com o imaginário das cabanas, vilarejos e cidades.

Dias 17 e 31. Sábados. Das 10h às 13h.
Espaço Corpo e Arte. Grátis.
Até 6 anos.

CINE COM AS CRIAS!

Exibições de filmes para motivar o protagonismo infanto-juvenil.

Exibição

CINE CONCERTO VIDA DE INSETO

Com duo Caranguejo-Escorpião

Uma experiência lúdica e imersiva onde a animação da Pixar é exibida com a trilha sonora executada ao vivo. O duo Caranguejo-Escorpião recria a música do filme em tempo real usando instrumentos inusitados como xilofones, kalimba, brinquedos e sintetizadores.

Dia 12. Segunda.
Às 15h.
Ginásio. Grátis.
Vagas limitadas.
L

Exibição Cine Concerto Vida de Inseto

Divulgação

Espetáculo

DE ONDE VEM O BAIÃO

Com Cia. O QUE DE QUE

Em um pequeno salão de forró, pessoas se encontram, se relacionam, dançam e devaneiam pelo universo das músicas do forró pé de serra.

Dia 18. Domingo.
Às 15h.
Auditório.
● R$12,00
■ R$20,00
▲ R$40,00
Grátis para crianças até 12 anos, com retirada de ingresso no momento da compra.
AL

Pessoas Idosas

MÚLTIPLOS OLHARES: REFLEXÕES SOBRE A PLURALIDADE DO ENVELHECER

Em parceria com a Faculdade da Terceira Idade da Univap, o projeto Múltiplos Olhares: Reflexões sobre a Pluralidade do Envelhecer convida pessoas idosas a refletir sobre "Pertencimentos: encontros, memórias e modos de habitar o mundo". Por meio de atividades artísticas, rodas de conversa e trocas, vamos celebrar memórias, laços afetivos e novas formas de pertencer em todas as fases da vida.

Bate-papo

ENVELHECER SEM DEIXAR DE EXISTIR

Com a psicóloga Mônica Paiva

Nesta roda de conversa, o público é convidado a refletir sobre pertencimento, identidade e os novos sentidos que podem surgir ao longo da vida. Com dinâmicas em duplas, momentos de escuta e troca, o encontro termina com a declamação de um poema, celebrando as muitas formas de pertencer e habitar o mundo.

Dia 6. Terça. Das 16h30 às 18h. Auditório. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 60 anos

Bate-papo Envelhecer sem deixar de existir

Divulgação

Oficina

A TRILOGIA CRIATIVA DE SI PARA O OUTRO: MEDITAÇÃO, DESENHO E TEATRO

Com o arte-educador André Luiz Bortolanza

Pertencer é reconhecer a si, expressar a própria história e criar encontros. Nesta oficina, meditação, desenho e teatro conduzem uma experiência sensível entre si e o outro. No silêncio, nos traços e na criação coletiva, participantes exercitam escuta, imaginação e expressão, fortalecem vínculos e descobrem formas de reconhecer a si, ao outro e ao mundo compartilhado.

Dias 9 e 16. Sextas. Das 15h às 17h. Auditório. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 60 anos

Oficina

SEMPRE HÁ TEMPO PARA CANTAR

Com Marcio Faria, maestro e tenor

Nunca é tarde para descobrir o poder da própria voz. A oficina convida o público a viver uma experiência de socialização, escuta e expressão artística. Por meio do canto coletivo, trabalhamos o alongamento, a respiração e a afinação, criando um espaço de acolhimento que fortalece a autoestima, estimula a memória e celebra a vida em comunidade.

Dia 14. Quarta. Das 14h às 16h30. Auditório. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 60 anos.

Oficina Sempre há tempo para Cantar

Divulgação

Aula aberta

DANÇAR, RECORDAR E PERTENCER

Com Val Garcia, professor de Educação Física e especialista em Dança

A Tarde Dançante promove uma viagem musical pelos sucessos das décadas de 1960, 1970, 1980 e 1990, reunindo diferentes ritmos em um ambiente de alegria, integração e movimento. A atividade fortalece o sentimento de pertencimento ao incentivar a convivência, o compartilhamento de memórias afetivas e a construção de vínculos por meio da dança.

Dia 20. Terça.
Das 14h às 16h.
Solário. Grátis.
Vagas limitadas.
A partir de
60 anos.

Aula aberta Dançar, recordar e pertencer

Divulgação

Oficina

TEATRO-DANÇA: MATURIDADES POÉTICAS

Com a Orientadora Keila Fuke

Neste workshop, o Teatro-Dança se transforma em espaço de criação, liberdade e expressão. Um lugar para brincar com a imaginação, movimentar corpo, memórias e tecer, com poesia, as pontes entre passado, presente e desejo. É também o encontro com o outro como espelho e convite para a criação conjunta. Um corpo que escuta, traz uma memória que cria, uma poesia que atravessa. Nossa imaginação é uma verdadeira caixa de surpresas.

Dia 23. Sexta.
Das 15h às 17h.
Auditório. Grátis.
Vagas limitadas.
A partir de
60 anos.

Espetáculo

PASSOS

Com Coletivo Oriente-se

O espetáculo "Passos", livremente inspirado no Dorama (K-drama sul coreano) Navillera, com texto de Renata Mizrahi e direção de Victoria Ariante, tem como objetivo principal refletir sobre o preconceito em nossa sociedade com pessoas 60+ (Etarismo), através da reflexão sobre sonhos, resiliência, preconceitos, choque intergeracional e Etarismo, mas também sobre a possibilidade do encontro e aprendizado entre gerações, da mudança e da transformação do indivíduo e sociedade através da arte.

Dia 23. Sexta.
Às 19h.
Auditório.
A10

● R$12,00
■ R$20,00
▲ R$40,00

Espetáculo Passos

Divulgação

Vivência

SOMOS PORQUE PERTENCEMOS: VIVÊNCIA TEATRAL SOBRE IDENTIDADE E CONVIVÊNCIA

Com Ralf Stanley, ator, diretor e educador teatral

Uma vivência voltada ao público 60+ que utiliza o teatro, dinâmicas e rodas de conversa para refletir sobre identidade, pertencimento e relações humanas. Por meio da expressão artística e da troca de experiências, os participantes fortalecem vínculos, valorizam suas histórias de vida e desenvolvem a empatia, a convivência e o bem-estar.

Dia 27. Terça.
Das 14h às 16h.
Auditório. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 60 anos.

Vivência Somos porque pertencemos: vivência teatral sobre identidade e convivência

Divulgação

Passeio

PARQUE DA CIDADE - PASSEANDO NO QUINTAL

Com o guia e especialista Davi Kassim

Pertencer também é conhecer as histórias que moldam os lugares onde vivemos. Neste passeio pelo Parque Roberto Burle Marx, o público é convidado a percorrer um importante conjunto paisagístico, arquitetônico e histórico de São José dos Campos, conhecendo a trajetória da antiga Tecelagem Parahyba, a Residência Olivo Gomes e os jardins projetados por Roberto Burle Marx. Mais do que visitar um patrimônio da cidade, a atividade propõe um olhar sensível sobre as memórias, paisagens e transformações que constroem nossa relação com o território. Uma oportunidade para caminhar, compartilhar experiências, fortalecer vínculos e descobrir novas formas de pertencer à cidade.

Dia 30. Sexta.
Das 14h às 18h.
Ponto de encontro na entrada principal do Parque às 13h30.
Atividade externa. Inscrições de 20 a 29/10, na Central de Atendimento. Inscrições por ordem de chegada.

Bate-papo

PONTO DE ENCONTRO - TRABALHO SOCIAL COM PESSOAS IDOSAS

Encontro mensal para bate-papo e atividades relacionadas ao bem-estar da pessoa idosa. Com rodas de conversa e atividades socioculturais e educativas voltadas às pessoas a partir de 60 anos, é parte integrante do programa TSPI (Trabalho Social com Pessoas Idosas), que visa promover, principalmente, a sociabilização, a reflexão sobre o envelhecimento, o desenvolvimento de novas habilidades e a integração com as demais gerações. No encontro, também serão compartilhadas as programações do mês!

Dia 6. Terça.
Às 16h.
Auditório. Grátis. Senhas no local 30 minutos antes. A partir de 60 anos.

Barbara Andre

Bate-papo Ponto de encontro - Trabalho Social com Pessoas Idosas

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**

Turismo Social

Excursão
Natureza Nas Serras Catarinenses
Lages, São Joaquim, Bom Jardim da Serra, Urubici (SC)
Lages é a maior cidade do estado de Santa Catarina em extensão territorial. A região tem uma beleza naturalmente deslumbrante, onde a araucária é predominante na paisagem. No turismo se destaca pelas propriedades rurais, clima frio e as tradições culturais oriundas dos tropeiros, como a roda de chimarrão e os causos contados ao redor do fogo de chão. Visita às cidades de Urubici (Serra do Corvo Branco e o Morro da Igreja), São Joaquim (Mirante da Serra do Rio do Rastro) e Bom Jardim da Serra. Pensão completa.

Acompanhamento de crianças e adolescentes menores de 12 anos
Crianças menores de 12 anos poderão participar de passeios acompanhadas de:
- Parente ascendente ou colateral maior, até terceiro grau, comprovado documentalmente o parentesco;
- Pessoa maior de idade, mediante apresentação de autorização escrita assinada pelo pai ou pela mãe, guardião ou tutor, com firma reconhecida em cartório.
Participantes de 12 a 15 anos completos poderão viajar desacompanhados com autorização dos pais em documento por escrito e com firma reconhecida em cartório.

Precificação*
Quartos individuais:
Credencial plena - R$ R$2.535,00
Credencial atividade -R$ 3.803,00

Quartos duplos:
Credencial plena - R$ 1.950,00
Credencial atividade - R$ 2.925,00

*Valores individuais

De 22 a 27/11/2026.
Domingo a sexta.
Inscrições online ou na Central de Atendimento a partir 06/10 (terça) até 11/10 (domingo)

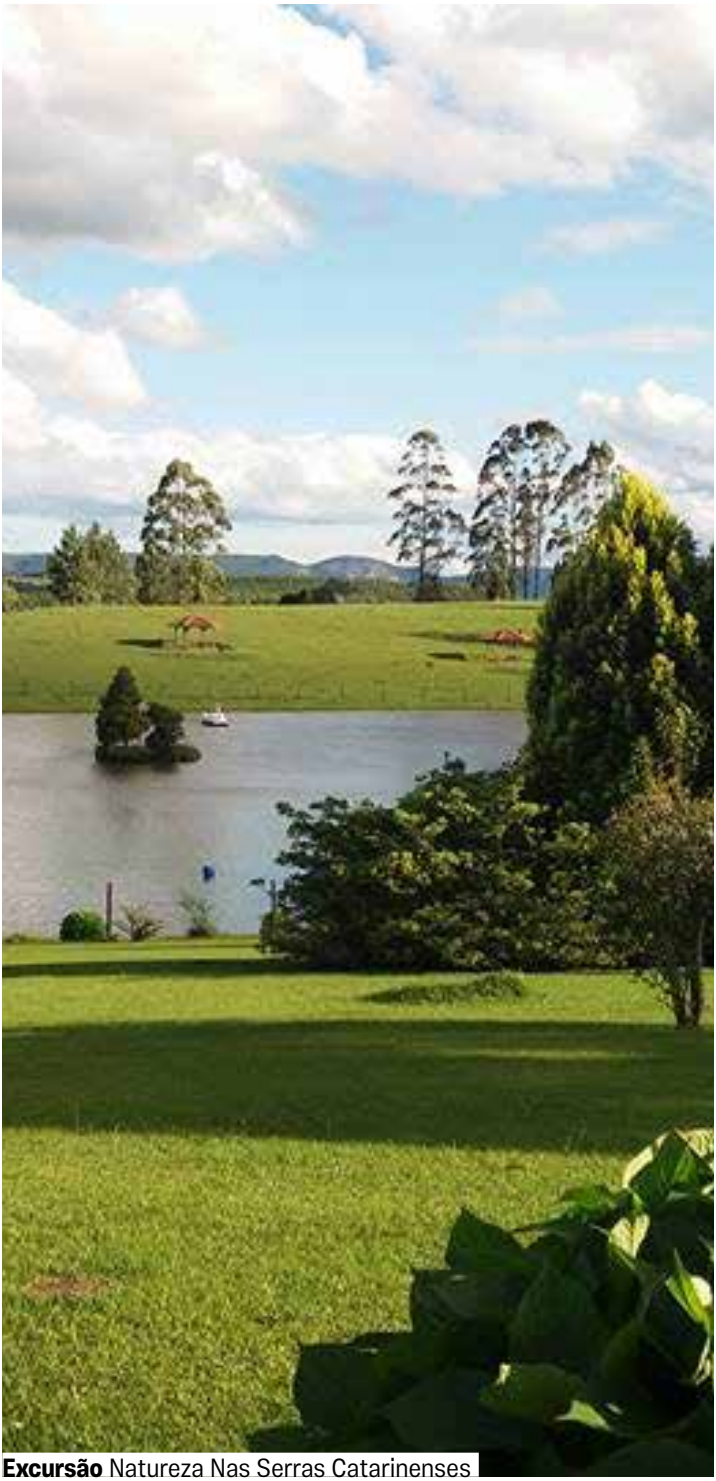
Sorteio em 14/10 (quarta), sorteio, com divulgação dos códigos dos sorteados no portal às 17h.

Após a divulgação dos resultados, o prazo para pagamento e efetivação da vaga será de 15/10, quinta, à 20/10, terça (12/10, segunda, unidade aberta e dia 13/10 unidade fechada).

Lista de espera a partir de 21/10 quarta-feira.

Ônibus padrão turismo com acompanhamento de guia credenciado pelo Ministério do turismo, com destino à cidade de Lages.
Lanche de bordo (incluso).

Política de Desconto:
- 0 a 6 anos: gratuito
- 7 a 12 anos: 50% de desconto
- A partir de 13 anos: pagamento integral



Excursão Natureza Nas Serras Catarinenses

Divulgação

AGENDA DE DESTAQUES

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
Divulgação			**1** **Cinema** Luiz Melodia – no coração do Brasil
Mayra Azzi	**6** **Cursos e Oficinas e Encontros** Fotografando com o celular	**7** **Viva Ruth!** Ruth Guimaães: Vida e Obra	**8** **Cursos e Oficinas e Encontros** Eu conto histórias para quem nada exige: escrita de contos
12 **Crianças** Cine Concerto Vida de Inseto **Crianças** Do fazer ao brincar: Fantoches de meia	**13** **UNIDADE FECHADA**	**14** **Viva Ruth!** Crônicas de Ruth Guimarães	**15** **Cursos e Oficinas e Encontros** Os 10 passos da alimentação saudável
Divulgação	**20** **Cursos e Oficinas e Encontros** Biojoias: criação e venda de acessórios com sementes	**21** **Experimenta** Saberes e Sabores do Cumê Devagarinho	**22** **Experimenta** Fogo aceso, prosa quente
Murilo Alvesso	**27** **Viva Ruth!** O Universo da Mulher Caipira no Vale do Paraíba: entre a história e a arte	**28** **Viva Ruth!** Folhas Soltas: Ruth em Poesia	**29** **Viva Ruth!** Água Funda Além das Páginas – Cinema e literatura em diálogo

SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
2 **Shows e Espetáculos** O corpo da mulher como campo de batalha	**3** **Shows e Espetáculos** Trio Inovarte	**4** **UNIDADE FECHADA**
9 **Shows e Espetáculos** Buena Onda Reggae Club	**10** **Shows e Espetáculos** Panamá	**11** **Cinema** Cine Concerto Faça a Coisa Certa
16 **Shows e Espetáculos** No palco com Lélia Abramo	**17** **Viva Ruth!** Filhos do medo: assombro, memória e imaginário no Brasil de Ruth Guimarães	**18** **Shows e Espetáculos** De onde vem o baião
23 **Pessoas Idosas** Passos Teatro-Dança: Maturidades Poéticas	**24** **Experimenta** Eliezer Violeiro	**25** **UNIDADE FECHADA**
30 **Viva Ruth!** Socorro Lira	**31** **Cinema** Retratos fantasmas	

Divulgação

Divulgação

Divulgação

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

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

Sesc São José dos Campos
Terça a sexta, 7h às 22h
Sábados, domingos e feriados,
10h às 19h

Central de atendimento
Tel.: 12 3904-2000
Informações em atividades, Turismo Social e Bilheteria.
Terça a sexta, 9h às 21h45
Sábados, domingos e feriados,
10h às 18h45

Loja Sesc
Terça a sexta, 13h às 21h45.
Sábados, domingos e feriados,
10h às 18h45.
Venda de CDs, DVDs, livros, camisetas e souvenirs.

Espaço de Leitura
Terça a sexta, 7h às 21h45
Sábados, domingos e feriados,
10h às 18h45

Ginásio e Quadras
Terça a sexta, 9h às 21h45.
Sábados, domingos e feriados,
10h às 18h45.
Com apresentação de credencial plena.
Atividades esportivas e recreativas.

Exame dermatológico
Terça a Sexta, das 8h às 14h
Sábados, domingos e feriados, das 10h às 16h

É obrigatório o uso de traje de banho para realizar o exame dermatológico.

Piscina
Terça a sexta, 7h10 às 21h30
Sábados, domingos e feriados,
10h às 18h30
Para frequentar a piscina, é necessário apresentar credencial e exame dermatológico válidos, traje de banho (maiô, biquini, calção de banho ou sunga, não transparentes).

Comedoria e almoço
Terça a sexta, das 13h às 21h30.
Sábados, domingos e feriados
das 10h às 18h30.
De acordo com a Lei nº 6321 de 14 de abril de 1976, não é aceito o pagamento de bebidas alcoólicas através do voucher refeição.
Shows/espetáculos na Comedoria possuem quantidade reduzida de assentos para maior circulação.
Capacidade máxima: 62 pessoas.

Bicicletário
Terça a sexta, 7h às 21h30
Sábados, domingos e feriados,
10h às 18h30.
Traga sua própria corrente com cadeado. O Sesc não se responsabiliza por danos, furtos ou roubos.

Odontologia
Tel.: 12 3904-2021
Terça a sexta, 8h às 21h30
Sábados, 10h às 18h30.
Exclusivo para trabalhadores no comércio de bens, turismo e serviços credenciados e dependentes. Atendimento com inscrição prévia. Vagas limitadas.

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

SELO FSC

SESC SÃO JOSÉ DOS CAMPOS
Av. Adhemar de Barros, 999
Jardim São Dimas
Tel.: 12 3904-2000
/sescsjcampos
sescsp.org.br/sjcampos

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**