



Setembro 2026

Sesc Guarulhos

Guia de Programação



Este guia traz os destaques da programação da unidade de Guarulhos. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em **sescsp.org.br**. Esta versão em PDF também é acessível para pessoas com deficiência visual. Programação sujeita a alterações.

Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

	Livre		12 anos
	6 anos		14 anos
	10 anos		16 anos
			18 anos

Legendas de Acessibilidade

- abafadores
- acessível*
- audiodescrição
- braille
- cão-guia*
- dublagem
- formato alternativo
- legenda *closed caption*
- legenda *open caption*
- legendas
- LIBRAS
- recursos táteis

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

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: Ana Lucia Torre
Foto: Divulgação

Funcionamento

Terça a sexta, 9h às 21h30.
Sábados: 9h às 20h.
Domingos e feriados: 9h às 18h.
Dia 8/9 (terça) – Unidade fechada.

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
4 a 6/9	25/8	26/8
11 a 13/9	1/9	2/9
18 a 20/9	8/9	9/9
25 a 27/9	15/9	16/9
2 a 4/10	22/9	23/9

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

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

Para espetáculos infantis, crianças de até 12 (doze) anos de idade têm gratuidade na aquisição dos ingressos. Para espetáculos adultos, a gratuidade é válida para crianças de até 3 (três) anos de idade. Em ambos os casos, os ingressos devem ser emitidos presencialmente nas bilheterias das unidades do Sesc SP. Ressaltamos que é obrigatório que todas as pessoas apresentem ingresso, cuja emissão está sujeita à disponibilidade.

6	Encontro Arte e Primeira Infância
12	Boca, pra que te quero?
14	Shows e Espetáculos
18	Cinema
19	Cursos, Oficinas e Encontros
29	Esporte e Atividade Física
42	Crianças
43	Pessoas Idosas
44	Agenda de Destaques

Editorial

Setembro chega ao Sesc Guarulhos com um convite especial: movimentar o corpo, ampliar os encontros e cultivar o bem viver. Ao longo do mês, nossa programação reúne experiências que dialogam com saúde, cultura, meio ambiente, infância e qualidade de vida, criando oportunidades para que pessoas de todas as idades experimentem novas formas de aprender, compartilhar e participar da vida em comunidade.

Um dos destaques é a **Semana MOVE 2026**, campanha internacional que mobiliza diversos países em torno da importância da prática regular de esportes e atividades físicas. Com vivências, práticas e ações abertas ao público, a campanha reforça que o movimento pode estar presente no cotidiano de maneiras diversas e acessíveis. Entre os destaques estão o **IV Fast Triathlon**, que abre a semana com uma experiência inspirada nas modalidades de natação, ciclismo e corrida, e as atividades **Skate Inclusivo: O Esporte é Para Todos!** com o Instituto Skate Anima de Porto Alegre - RS, além da **Maratona de Autocuidado, Saúde e Bem-Estar**, que convida o público a experimentar práticas voltadas ao equilíbrio físico e emocional.

A cultura também marca presença na programação do mês. No teatro, por exemplo, recebemos os espetáculos **Olhos**



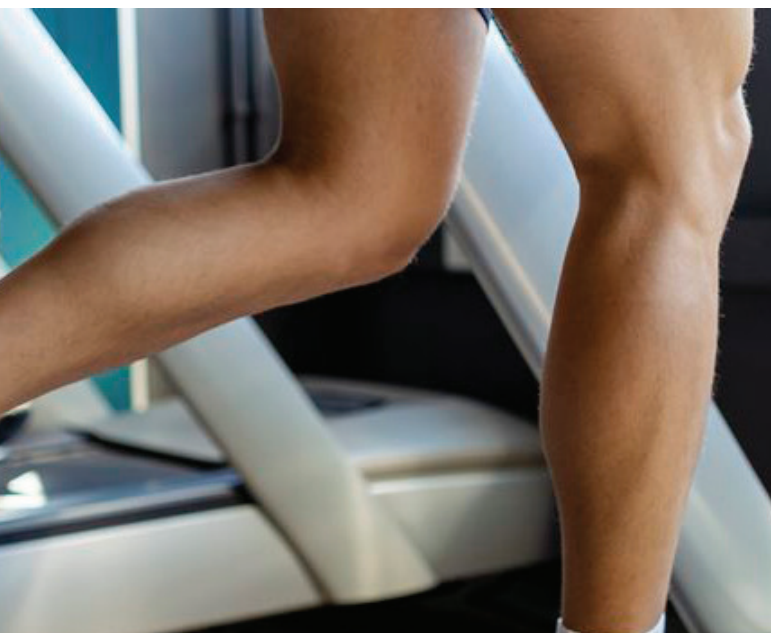
Atividade Maratona de Autocuidado, Saúde e Bem-Estar

nos Olhos, com Ana Lúcia Torre, e **Clássicos do Rock Rural**, com Guarabyra e Tuia. Já na ação **Basquete Breaking Show** a cultura urbana se une ao esporte e a dança em uma experiência participativa que celebra a criatividade e a expressão corporal.

Entre os encontros voltados à reflexão e à experimentação, destacam-se a **Mostra Agroecológica de Sustentabilidade**, as oficinas **Tramoianas: arte e ambientalismo em diálogo**, os encontros musicais **Soprando Ritmos** e **Discolados**, além das atividades de **Corpo, Aquarela e Cuidado**, que propõem momentos de escuta, desaceleração e expressão artística.

Setembro também acolhe o **Encontro Arte e Primeira Infância**, que neste ano tem como tema *Arte, Livros e Primeira Infância*, reunindo profissionais, pesquisadores e interessados para refletir sobre as relações entre arte, literatura e os primeiros anos de vida.

Tudo isso e muito mais espera por você no Sesc Guarulhos. Venha descobrir novas experiências, fortalecer vínculos e participar de uma programação que celebra o movimento em suas múltiplas formas. Confira a programação completa no Portal Sesc SP e em nossos canais de comunicação. Afinal, movimentar-se também é cuidar de si, dos outros e do mundo que compartilhamos.



Encontro Arte e Primeira Infância

O começo da vida é marcado por descobertas, experimentações e múltiplas formas de perceber e se relacionar com o mundo. Bebês e crianças pequenas possuem grande sensibilidade estética e encontram na arte diferentes possibilidades de expressão, criação e experiência.

O Encontro Arte e Primeira Infância reúne profissionais da educação, da arte e demais pessoas interessadas para refletir sobre o fazer artístico para e com bebês e crianças de 0 a 6 anos, por meio de mesas, oficinas e ações artísticas.

Nesta edição, o tema “Arte, Livros e Primeira Infância” amplia as pesquisas e reflexões construídas nos encontros anteriores, propondo outros olhares para a relação entre literatura e infância. Para além da importância da leitura, o encontro convida a pensar o livro como obra de arte, objeto de descoberta, criação e fruição artística desde os primeiros anos de vida.

Curso

CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

Com Kiara Terra

Que histórias cabem na infância de hoje? Vamos refletir sobre as diferentes concepções de infância, dialogar sobre as relações entre arte e literatura e conhecer o método de narração A História Aberta. Uma oportunidade para ampliar repertórios e práticas de contação de histórias, mediação de leitura e formação de leitores desde a primeira infância.

**9 a 11/9,
quarta a sexta,
18h30 às 21h**

Espaço de Brincar
A partir de 18 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.
Grátis



Curso Contação de Histórias

Passeio

ARTEIROS NA BIENAL DO LIVRO

Nesta apresentação, o percurso é pretexto para um momento de literatura, brincadeiras e diversão. Durante o itinerário do Sesc Guarulhos até a Bienal, a Cia A Hora da História apresentará contos narrados com interatividade e musicalidade, poemas musicados, parlendas e jogos coletivos pensados para acontecer dentro do ônibus, aproveitando o espaço e a disposição do público.

Espetáculo

VIAJANDO PELOS SONS DAS CORDILHEIRAS Com Coletivo Identidade Livre

A vivência lúdica "Viajando pelos Sons das Cordilheiras" convida as crianças a fazer uma viagem pela cultura do povo andino, conhecendo a magia de suas histórias, música e identidade através da contação da fábula boliviana "Os três amigos músicos", de brincadeiras musicais e sensoriais e de diversos elementos culturais da região, como vestimentas, instrumentos e bonecos.

Bate-papo

ABERTURA: A CONSTRUÇÃO DO IMAGINÁRIO INFANTIL E A FRUIÇÃO ARTÍSTICA Com Eva Furnari e Ilan Brenman

Será o livro o primeiro encontro da criança com a arte? Quais as sensações ao abrir um livro e se deparar com imagens, narrativas e um tanto de outras possibilidades? Para dar início às discussões do III Encontro Arte e Primeira Infância, vamos olhar para os livros através de uma perspectiva onde a arte, o brincar e a literatura se entrelaçam e se relacionam com as crianças.

**12/9, sábado,
9h às 13h**

Ação Externa
Até 6 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.
Grátis

**13/9, domingo,
16h às 17h**

Praça de
Convivência

AL

**16/9, quarta,
19h às 21h**

Teatro
A partir de 18 anos
Retirada de
convites 1h antes
Grátis

Espetáculo

PRÉ-ESTREIA DE "NEGUINHA, SIM! - O ESPETÁCULO

Com Sá Menina

No espetáculo, acompanhamos a expectativa de Neguinha, Sim! para sua primeira viagem de avião ao lado da mãe, acompanhada de seu inseparável bicho de pelúcia, "Bolacha", e do divertido ser imaginário "Tiririca Ziriguidum da Rua de Baixo". Entre fantasia, música e aventura, a narrativa conduz o público por uma experiência sensível e encantadora.

**17/9, quinta,
10h às 11h**
Praça de
Convivência

AL

Sujeito à lotação
do espaço.
Grátis

Bate-papo

**LIVRO: DAS PRIMEIRAS INTERAÇÕES
AO HÁBITO DE LEITURA**

**Com Cristiane Rogério e Bel Santos
Mayer. Mediação de Beto Silva**

Perceber o livro para além da sua função literária, mostrando a ludicidade, o despertar para a curiosidade e a experiência estética é o que pretende este bate-papo, que além de refletir sobre a importância da fruição e sobre como crianças podem se relacionar com os livros, vai abordar o papel da pessoa adulta na promoção deste encontro em diferentes fases da infância.

**17/9, quinta,
15h às 17h**

Sala 4 - Auditório
A partir de 18 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.
Grátis

Oficina

**RECURSOS PARA MEDIAÇÃO DE LEITURA
Com Beto Silva**

Como aproximar crianças pequenas dos livros? O que apresentar e como preparar estes encontros onde a formação de leitores não é o único objetivo? Nesta oficina apresentaremos recursos para mediação de leitura, oferecendo meios para que o público interessado atue respeitando as especificidades e limitações de cada um e contribuindo na escolha de um acervo interessante para a primeira infância.

**17/9, quinta,
17h30 às 18h30**
Sala 3

A partir de 18 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.
Grátis

Vivência

ENCONTRO COM AUTORES

Com Heloisa Pires Lima, Graça Lima e Aline Abreu

O que tem por trás da criação de um livro para crianças? Esta e outras perguntas poderão ser feitas neste encontro que reúne autores de diversas obras premiadas e relevantes no cenário da literatura infantil, numa oportunidade para o público conversar com quem escreve e ilustra e ainda descobrir como se dá o processo, pensando na relação da criança com a obra.

**17/9, quinta,
19h às 21h**

Sala 4 - Auditório
A partir de 18 anos
Retirada de
Ingresso 1h antes.
Grátis

Espetáculo

A BRUXINHA

O espetáculo traz para os palcos a simpática personagem BRUXINHA, dos livros da consagrada e premiada autora Eva Furnari. Em um espetáculo encantador, e repleto de magia e surpresas, a Bruxinha brinca de transformar, com incrível criatividade, tudo o que está ao seu redor, até que um desajeitado monstro resolve testar a varinha de nossa heroína.

**18/9, sexta,
10h às 11h**

19/9, sábado,
16h às 17h
Praça de
Convivência

AL

Sujeito à lotação
do espaço.
Grátis



Espetáculo A Bruxinha

Divulgação

Bate-papo

O LIVRO INFANTIL: FORMA E CONTEÚDO PARA A EXPERIÊNCIA DO BEBÊ E DA CRIANÇA

Com Thais Caramico, Denise Guilherme e Selma Maria. Mediação de Máira Nakamello

Diferentes materiais, formatos e narrativas... vamos discutir como tudo isso pode influenciar na relação dos bebês e crianças com os livros, levantando questões sobre a experiência sensorial e como estes elementos podem agregar significados para os pequenos leitores.

**18/9, sexta,
15h às 17h**

Sala 4 - Auditório
A partir de 18 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.
Grátis

Oficina

BRINQUEDO-LIVRO

Com Selma Maria e Nina Anderson

Quais as possibilidades de ocupação do papel e como fazer isso virar uma história? Essa oficina de criação de brinquedo-livro mostra as diferentes maneiras que texto, imagem e materialidade podem se entrelaçar na concepção de um livro. As pessoas serão provocadas a encontrar a expressão visual que mais traduz a criação de suas narrativas.

Palestra

ENCONTRO COM AUTORES

Com Olga de Dios, Renato Gama e Renato Moriconi

O que tem por trás da criação de um livro para crianças? Esta e outras perguntas poderão ser feitas neste encontro que reúne autores de diversas obras premiadas e relevantes no cenário da literatura infantil, numa oportunidade para o público conversar com quem escreve e ilustra e ainda descobrir como se dá o processo, pensando na relação da criança com a obra.

Show

LANÇAMENTO LÍTERO-MUSICAL DO EP "ACALANTO: CANÇÕES DE NINAR, CANÇÕES DE BRINCAR"

Renato Gama apresenta "Acalanto", em formato de pocket show sensorial que entrelaça palavra, música e afeto. Inspirado no livro de Renato Gama, com ilustrações de Amora Moreira, o show convida o público a desacelerar e a mergulhar em um tempo de delicadeza, onde o cuidado é partilhado e o amor se manifesta em forma de canto.

Bate-papo

EXPERIÊNCIAS NA MEDIAÇÃO: LINGUAGENS ARTÍSTICAS PARA PRIMEIRA INFÂNCIA.

**Com pessoas educadoras do Espaço
de Brincar do Sesc São Paulo**

A equipe do Espaço de Brincar do Sesc Guarulhos convida outras equipes de Espaço de Brincar do Sesc São Paulo para apresentar para o público suas práticas e compartilhar suas experiências no trabalho com as linguagens artísticas e a primeira infância.

**18/9, sexta,
17h30 às 18h30**

Sala 3

A partir de 18 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.
Grátis

**18/9, sexta,
19h às 21h**

Sala 4 - Auditório

A partir de 18 anos
Retirada de
Ingresso 1h antes.
Grátis

**18/9, sexta,
21h às 21h30**

Sala 4 - Auditório

A18

Retirada de
Ingresso 1h antes.
Grátis

**19/9, sábado,
10h às 12h**

Sala 4 - Auditório

A partir de 18 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.
Grátis

Vivência

OS BEBÊS E OS LIVROS: BRINCAR E CONSTRUIR VÍNCULOS

Com Carol Braga e Patrícia Pereira Leite

Antes de aprender a ler e até mesmo manusear um livro, os bebês e seus cuidadores podem se beneficiar bastante das práticas de leitura e contação de histórias. Diante disso, o intuito deste encontro é apresentar meios para proporcionar estes momentos, refletindo sobre como ler para bebês, evidenciando o aspecto lúdico e o que levar em consideração para a escolha dos materiais.

**19/9, sábado,
14h às 15h30**

Sala 3

Livre

Inscrição no portal do Sesc SP ou no app Credencial Sesc SP.

Grátis

Oficina

LITERALÚDICA

Com educadoras do Espaço de Brincar

Várias histórias, diversos cenários, diferentes personagens e algo em comum: os elementos ganham vida e vêm brincar conosco fora das páginas. Após os participantes conhecerem uma história, irão confeccionar bonecos, desenhar paisagens ou construir traquitanas oriundas das narrativas escutadas.

**Dias 20 e 27/9,
domingos,
11h às 12h**

Sala 3

Até 6 anos

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis



Oficina Literalúdica

Divulgação

Espectáculo

HISTÓRIAS DE MANUEL PARA ANINHAR PASSARINHOS

Com Kiara Terra

Kiara Terra apresenta para a primeira infância um espetáculo baseado nos poemas do mestre pantaneiro Manoel de Barros. Utilizando narrativas colaborativas para aproximar o público da literatura, ela explora a sensibilidade, a infância e o encanto pelas coisas simples presentes nos versos do autor.

**20/9, domingo,
16h às 17h**

Praça de

Convivência

AL

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis

Boca, pra que te quero? 2026

Pegando carona na sabedoria popular dos ditados populares, com uma provocação em forma de questionamento, o projeto propõe reflexões sobre a importância da boca para o desenvolvimento das relações sociais e das interações do ser humano com o mundo ao seu redor. Baseado no conceito de Bucalidade, promove ações de educação em saúde bucal, para além das estruturas da boca (dentes e gengivas), considerando cultura, subjetividade e alteridade, no desenvolvimento do ser humano em sociedade, seus modos de ser, seus conflitos, seus desejos, suas pulsões e sua relação com o próprio corpo e a própria boca. Muito mais do que um sorriso bonito, dentes brancos e limpos, uma boca saudável é uma boca livre, capaz de realizar seus desejos e devorar o mundo. Boca saudável é a que deseja, que se expressa e que sabe o que quer.

Aula aberta

BOCALOKÊ - TODA BOCA TEM UMA HISTÓRIA PARA CANTAR

Com equipe de Odontologia do Sesc Guarulhos

A ação convida o público a vivenciar o karaokê como uma ferramenta de expressão, convivência e reflexão sobre o conceito ampliado de bucalidade.

A partir de mediações e experiências coletivas, a atividade utiliza a música e a ocupação da própria voz para provocar diálogos sobre a boca enquanto território de linguagem, afeto, cultura, memória, desejo e produção de subjetividades.

12/9, sábado,

10h às 16h

Estúdio 13

Todas as idades

Intervenção

SORRISOS DO MUNDO

Cia Núcleo

Sorrisos, histórias e polaroids em uma intervenção divertida e interativa que convida o público a refletir sobre os diferentes significados e funções da boca ao redor do mundo. Entre humor, afeto e encontros inesperados, atores provocam conversas sobre identidade, expressão, cultura e bucalidade, transformando cada sorriso em memória e experiência compartilhada.

12/9, sábado,

10h30 às 11h,

12h30 às 13h e

14h30 às 15h

Itinerante

Todas as idades

Grátis

JÁ 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/](https://sescsp.org.br/80anos)
80anos

Shows e Espetáculos

MÚSICA

SHOWS

Show

MAGLORE

A Maglore apresenta o encontro entre seu sexto álbum de estúdio e o que foi criado ao longo da carreira transitando entre o pop rock, a MPB e a psicodelia com identidade própria e forte carga emocional.

**4/9, sexta,
20h às 21h**

Teatro

AL

Ingresso

● R\$60,00

■ R\$30,00

▲ R\$18,00



Show Maglore

Divulgação

show

GUARABYRA E TUIA

Clássicos do Rock Rural

No show Clássicos do Rock Rural, Guarabyra e Tuia cantam clássicos da música brasileira como: "Romaria" (Renato Teixeira), "Linda Juventude" (14 Bis), "Espanhola", "Casa No Campo" (Tavito, Zé Rodrix), "Senhorita" (Zé Geraldo), "Vide Vida Marvada" (Rolando Boldrin) entre outros. As canções que marcaram a carreira da dupla Sá e Guarabyra também compõem o repertório em versões em folk rock.

**5/9, sábado,
20h às 21h**

6/9, domingo,

18h às 19h

Teatro

AL

Ingresso

● R\$70,00

■ R\$35,00

▲ R\$21,00

Show

SCALENE

Éter

A banda Scalone apresenta a turnê de 10 anos do álbum Éter, incluindo o novo single "Quimera". O repertório reúne faixas do disco, além de músicas de outros momentos da trajetória do grupo que tem uma sonoridade que transita entre stoner rock, hardcore e rock alternativo.

**25/9, sexta,
20h às 21h**

Teatro

A16

Ingresso

● R\$60,00

■ R\$30,00

▲ R\$18,00

RAÍZES E RESSONÂNCIAS

Este projeto reúne dois shows que exploram a essência de uma carreira musical. No primeiro, o(a) artista interpreta versões de canções que compuseram a trilha sonora de sua trajetória, destacando as influências diretas, expressas nas raízes de suas criações. No segundo, apresenta composições autorais que refletem sua história e identidade.

Show

JULIA MESTRE CANTA RITA LEE

Após uma imersão nos discos dos anos 80 de Rita Lee, Julia Mestre apresenta uma homenagem que recorda canções icônicas, como "Caso Sêrio", "Mania de Você", "Doce Vampiro" e "Flagra". Influências que ecoaram no seu trabalho autoral "Maravilhosamente Bem."

26/9, sábado,
20h às 21h

Teatro

AL

Ingresso

● R\$60,00

■ R\$30,00

▲ R\$18,00

Show

JULIA MESTRE

Maravilhosamente Bem

Numa fusão de atitude e delicadeza, a cantora, compositora e multi-instrumentista Julia Mestre, ex-integrante do grupo Bala Desejo, apresenta seu trabalho de música pop em "Maravilhosamente Bem".

27/9, domingo,
18h às 19h

Teatro

AL

Ingresso

● R\$60,00

■ R\$30,00

▲ R\$18,00

TEATRO

Espetáculo

BICHOS VERMELHOS

Com Pia Fraus

Bichos Vermelhos, inspirado no livro de Lina Rosa, apresenta animais brasileiros ameaçados de extinção por meio de bonecos. Voltado ao público infantil, o espetáculo aborda, de forma lúdica e sensível, a importância do cuidado com a natureza e a preservação ambiental.

7/9, segunda,
16h às 17h

Praça de
Convivência
Todas as idades

AL

Grátis



Estetáculo Bichos Vermelhos



Divulgação

Teatro Olhos nos Olhos

Espectáculo

OLHOS NOS OLHOS**Com Ana Lúcia Torre**

Neste espetáculo, a atriz Ana Lúcia Torre divide com o público memórias e reflexões em um espetáculo vibrante, revelador e cheio de emoção, em que fala letras de diversas músicas icônicas de Chico Buarque, com participação do pianista Diógenes Junior, abordando temas como arte, amores, separações, maternidade, resistência, sociedade e o tempo.

11 a 20/9,
sextas e sábados,
20h às 21h10
domingos,
18h às 18h10

Teatro

A12

Ingresso

● R\$60,00

■ R\$30,00

▲ R\$18,00

Grátis nas sessões
de 11 a 13/9

Espectáculo

AFROHITS - TOADA PARA ERÊS**Com Grupo Trança de Teatro**

"Afrohits, uma toada para erês" celebra as infâncias por meio de música, dança e brincadeiras, evocando ritmos afro-brasileiros e a força dos erês. Em cena, o espetáculo convida o público a vivenciar ancestralidade, alegria e pertencimento de forma sensível e vibrante.

12/9, sábado,
16h às 16h45

Praça de
Convivência

AL

Grátis

Bate-papo

TEMPO, PAIXÃO E OFÍCIO: A JORNADA DE ANA LUCIA TORRE AOS 81**Com Ana Lúcia Torre**

O encontro propõe uma conversa sobre longevidade, trabalho e sentido da vida na maturidade. A atriz compartilha sua trajetória e reflexões sobre chegar aos 81 anos em plena atividade artística, em diálogo com dois técnicos do Sesc-SP que atuam com programas sociais e artes da cena. O bate-papo propõe refletir sobre o envelhecimento como um tempo de potência, criação e permanência no mundo.

17/9, quinta,
15h às 16h15

Praça de
Convivência
Todas as idades
Grátis

CIRCO

Espectáculo

SOB O MESMO TETO**Com Cia. Gravité**

Um professor muito ocupado com sua rotina e suas manias, despretensiosamente, encontra companhia em uma gata atropelada. Ele a salva das ruas, ela o salva da solidão. A partir de jogos corporais, cômicos e acrobáticos, os personagens se encontram e criam um laço de amizade que transforma a forma que enxergam a vida.

5/9, sábado,**16h às 17h**Praça de
Convivência

AL

Grátis - Sem
retirada de
ingressos.

Espectáculo

CABARÉ LUNAR

O espetáculo reúne artistas locais de Mauá e do ABC Paulista em um cabaré de variedades circenses, conduzindo o público a conhecer mais sobre esse território tão potente em arte. Trata-se de um encontro de habilidades técnicas, riso e poesia, que utiliza o picadeiro como lente para enxergar o território por meio de artistas excêntricos.

26/9, sábado,**16h às 17h**Praça de
Convivência

AL

Grátis - Sem
retirada de
ingressos.

Espectáculo

ACROBATAS SALTITANTES**Com Karen Nashiro e Wiltinho Sanfoneiro**

Katita e sua amiga, a pulga Juarez, fogem de um trabalho onde eram exploradas. Entre acrobacias, ilusionismo e risadas, juntas percebem o potencial que ambas têm e decidem criar um espetáculo de circo para sobreviver.

27/9, domingo,**16h às 16h45**Praça de
Convivência

AL

Grátis - Sem
retirada de
ingressos.**Circo** Acrobatas Saltitantes

Cinema

Exibição

MAËS

Dir. Antonio Pitanga, Brasil, 2024, 114 min

Malês é uma jornada de resistência e coragem, ambientada na vibrante Salvador de 1835. Durante seu casamento, dois jovens muçulmanos são arrancados de sua terra natal na África e escravizados no Brasil. Separados pelo destino cruel, ambos lutam para sobreviver e se reencontrar, enquanto se veem envolvidos na maior insurreição de escravizados da história do Brasil: a Revolta dos Malês.

**2/9, quarta,
19h30 às 21h**
Teatro

16

Grátis - Retirada de convites com 1h de antecedência.

Exibição

RETRATOS FANTASMAS

Dir. Kleber Mendonça Filho, 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.

**9/9, quarta,
19h30 às 21h**
Teatro

12

Grátis - Retirada de convites com 1h de antecedência.

Exibição

O ESTRANHO

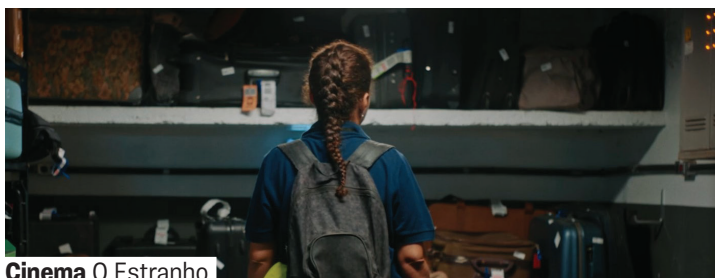
Dir. Flora Dias e Juruna Mallon, Brasil, 2023, 108'

Em um território indígena funciona o maior aeroporto do Brasil. Além das centenas de milhares de passageiros que transitam por ele diariamente, 35 mil trabalhadores permanecem naquele espaço, entre eles a funcionária de pista Alê (Larissa Siqueira). Através de sua vida cotidiana, memórias e histórias de Guarulhos vem à tona e revelam vestígios de um passado perdido.

**30/9, quarta,
19h30 às 21h**
Teatro

14

Grátis - Retirada de convites com 1h de antecedência.



Cinema O Estranho

AÇÕES PARA A CIDADANIA

Exibição

CINE CONFORTO

Placa Mãe (Dir: Igor Bastos, 2023, BRA, 105 min., Livre)

Neste mês, o Cine Conforto exhibe a animação "Placa-Mãe", uma aventura cheia de carinho para toda a família! Em uma Minas Gerais futurista, Nadi, uma androide especial, decide adotar duas crianças e vive uma jornada de descobertas, desafios e afeto. Entre diversão e emoção, o filme mostra que o amor e a família podem nascer das formas mais inesperadas. Acessibilidade Legenda e Dublagem em PT.

13/9, domingo, 11h às 13h

Teatro
Todas as idades



Adaptação sensorial no local, Legendas. Podem participar da atividade públicos com e sem deficiências. Grátis - Retirada de convites com 1h de antecedência.

Cursos, Oficinas e Encontros

LITERATURA

Encontro

ESQUENTA LITERÁRIO

Com Pétala e Isa Souza

Um encontro mensal para quem gosta de uma boa leitura (ou quer começar a gostar). O Esquenta Literário é um espaço para fortalecer o hábito leitor, trocar ideias e criar conexões a partir de livros de dialogam com temas sociais, culturais e identitários. A cada penúltimo sábado do mês, um título diferente é discutido.

19/9, 24/10, 28/11, sábados, 15h30 às 17h30

Biblioteca
A partir de 16 anos
Grátis - Sem retirada de ingressos.

TECNOLOGIAS E ARTES

Curso

NARRATIVAS VERDES BORDADAS

Com Isabelle Bianchi e Monica Fontes, pessoas educadoras do Sesc

O curso "Narrativas Verdes Bordadas" propõe uma experiência artística e reflexiva que une o bordado manual com a técnica das arpilheiras, uma forma de expressão têxtil de origem latino-americana, para estimular o diálogo sobre o meio ambiente e a sustentabilidade.

3 a 24/9, quintas, 10h às 12h

Espaço de Tecnologias e Artes - Lab B
A partir de 15 anos
Inscrição no portal do Sesc SP ou no app Credencial Sesc SP.
Grátis

Instalação

DESEJAR O FIM?**Com Maíra Vaz Valente**

Utilizando teares de prego, retalhos de tecido e barbante, a instalação de caráter performático Desejar o Fim? propõe um ciclo de ativações – em dias previamente combinados – criando uma ação/intervenção coletiva entre artista e visitante. A ação se dedica à tessitura de uma superfície única a muitas mãos.

**5 a 26/9,
sábados,
11h às 13h
7/9, segunda,
11h às 16h**

Espaço de
Tecnologias e
Artes - Lab A
A partir de 5 anos

AL
Grátis - Sem
retirada de
ingressos.

**Instalação** Desejar o Fim?

Divulgação

Oficina

TRAMOIANAS: ARTE E AMBIENTALISMO EM DIÁLOGO**Com Maíra Vaz Valente**

Tramoianas é para crianças e famílias transformarem retalhos têxteis em objetos poéticos, explorando o tridimensional. A proposta integra fazer criativo e consciência ambiental, convidando o público a ressignificar sobras da indústria de confecção em formas poéticas e sustentáveis.

**6 a 27/9,
domingos,
14h às 16h**

Espaço de
Tecnologias e
Artes - Lab A
A partir de 5 anos
Grátis - Entrega
de senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.

QUEM DECIDE O QUE É TECNOLOGIA?

Vivência

CIDADE EXPANDIDA: GRAFFITI EM REALIDADE VIRTUAL**Com Jorge Buffalo, educador de Tecnologias e Artes**

O graffiti é uma tecnologia de comunicação nascida da disputa pelo espaço urbano, criminalizada quando não autorizada, apropriada quando interessa ao mercado. A oficina investiga essa linguagem e usa a realidade virtual para experimentar o gesto sem o risco físico da rua.

**De 5 a 26/9,
sábados, 14h
às 16h**

Espaço de
Tecnologias e
Artes - Lab B
A partir de 14 anos
Grátis - Entrega
de senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.

Curso

ARQUITETURAS POSSÍVEIS: CRIAÇÃO DE IMAGENS COM I.A.**Com Damany Santos e Guilherme Bretas**

Essa formação percorre desde uma iniciação a processos curatoriais e de pesquisa até a produção de colagens digitais com I.A., abordando as decisões que constroem uma imagem: o que se escolhe mostrar, de onde se parte e o que se quer dizer.

**De 15/9 a 1/10,
terças e quintas,
19h às 21h30**

Espaço de
Tecnologias e

Artes - Lab B

A partir de 14 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.

● R\$40,00

■ R\$20,00

▲ R\$12,00

Curso

CRIAÇÃO, PRODUÇÃO E AUTOGESTÃO PARA ARTISTAS DA CENA**Com Cia. Gravitá**

Neste curso voltado ao circo e ao teatro, serão apresentadas ferramentas que facilitam o processo de criação cênica, desde a concepção artística até a formatação do material necessário para alavancagem do projeto dentro do mercado, considerando aspectos culturais, sociais, financeiros e ambientais da criação. Os encontros são voltados a artistas circenses, do teatro e artistas iniciantes.

**15/9 a 8/10,
terças e quintas,
19h30 às 21h30**

Sala 6

A partir de 16 anos
Ingresso

● R\$60,00

■ R\$30,00

▲ R\$18,00



Curso Criação, Produção e Autogestão para Artistas da Cena

Alonso Júnior

Exibição

CINE DEBATE: QUEM DECIDE O QUE É TECNOLOGIA?**Com Nelson Simplicio e mediação de Jorge Buffalo, educador de Tecnologias e Artes**

Exibição da obra audiovisual do artista Nelson Simplicio, desenvolvida ao longo da 2ª edição do Laboratório de Arte-Educação. Após a exibição, haverá um bate-papo com o Nelson e Jorge Buffalo, educador de Tecnologias e Artes.

**23/9, quarta,
19h às 21h**

Teatro

16

Grátis - Retirada
de convites
com 1h de
antecedência.

Ateliê

L.A.T.A. - LABORATÓRIO ABERTO DE TECNOLOGIAS E ARTES**Com pessoas educadoras de Tecnologias e Artes**

No Laboratório Aberto de Tecnologia e Artes (L.A.T.A.) o espaço de tecnologias e artes é disponibilizado para você utilizar ferramentas que você já conhece para estudar, praticar, criar suas produções artísticas e aprimorar o seu projeto pessoal nas interseções de arte e tecnologias.

6/9 a 13/12,
domingos,
10h às 12h
Exceto 4/10
9/9 a 9/12,
quartas,
14h às 19h

Espaço de
Tecnologias e
Artes - Lab B
A partir de 16 anos
Grátis - Sem retirada
de ingressos.

Oficina

PAPEL, TESOURA E MÚSICA**Com Lidia Martiniano, educadora de Tecnologias e Artes**

Oficina de criação de imagens a partir da escuta de artistas independentes do município de Guarulhos, explorando colagens manuais em papel.

15 a 29/9, terças,
15h às 17h

Espaço de
Tecnologias e
Artes - Lab A
A partir de 12 anos
Grátis - Entrega
de senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.

**Oficina** Papel, Tesoura e Música

Divulgação

JOVENS

Oficina

PRIMAVERA EM CORES: QUADRINHOS FLORAIS EM AQUARELA**Com pessoas educadoras do Programa Juventudes**

Explore a delicadeza e a expressividade da técnica de aquarela por meio da criação de pequenos quadros ilustrados com flores. A proposta é desenvolver esboços leves, aplicar camadas translúcidas de cor, experimentar efeitos de luz e sombra e compor cenas harmoniosas.

7/9, segunda,
e 5 a 26/9,
segundas e
sábados,
15h às 17h.

Exceto dias
14/9 e 21/9
Juventudes
De 13 a 29 anos
Grátis - Entrega
de senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.

MEIO AMBIENTE

Vivência

QUEM SOU EU?: RESÍDUOS SÓLIDOS**Com Moacyr Turuzawa, Agente de Educação Ambiental**

Quem sou eu? é um jogo de adivinhação muito divertido e dinâmico. Nesta edição adaptada ao tema Resíduos Sólidos, os jogadores terão que adivinhar o que são a partir de dicas dadas pelos demais jogadores dentro de um curto período de tempo. Tudo a ser descoberto está relacionado aos 5R's, logística reversa, aterro sanitário, programas de gestão de resíduos, sustentabilidade e muito mais!

**5/9, sábado,
14h às 17h**

Centro de Educação Ambiental
A partir de 7 anos
Grátis - Sem retirada de ingressos.

Feira

É DIA DE FEIRA! - MOSTRA AGROECOLÓGICA DE SUSTENTABILIDADE**Com diversas iniciativas socioambientais**

Durante a Mostra Agroecológica e de Sustentabilidade o público terá contato com diferentes produtores que apresentam seus trabalhos, produtos e ideias em agroecologia e sustentabilidade. Tragam suas sacolas retornáveis!

**6/9, domingo,
11h às 17h**

Praça de Convivência
Todas as idades

**Feira** É Dia de Feira! - Mostra Agroecológica de Sustentabilidade

Paulo Sutti

BATE-PAPO**AGROECOLOGIA URBANA - DA TERRA AO PRATO****Com diversas iniciativas socioambientais**

Como a produção de alimentos pode transformar nossa relação com a cidade e com o meio ambiente? Nesta roda de conversa, vamos refletir sobre os princípios da agroecologia urbana, percorrendo o caminho da terra ao prato e debatendo práticas de cultivo, alimentação saudável, sustentabilidade e o fortalecimento das redes locais de produção e consumo.

**6/9, domingo,
14h às 15h30**

Praça de Convivência
Todas as idades

Oficina

PANO ENCERADO

Com Natacha Sales, agente de Educação Ambiental

O pano encerado é uma alternativa ecológica e sustentável para embalar alimentos e conservá-los dentro ou fora da geladeira. Nesta oficina você fará seu próprio pano encerado, enquanto bate um papo sobre geração de resíduos e consumo consciente.

**7/9, segunda,
14h às 16h**

Centro de
Educação
Ambiental

A partir de 14 anos
Entrega de senha
no local com
30 minutos de
antecedência.
Grátis

NATURALIA - CONEXÕES ENTRE NATUREZA E ARTE



Oficina Ateliê de Botânica

Oficina

ATELIÊ DE BOTÂNICA

Com Anderson Santos da Escola de Botânica

Unindo ciência e arte, o Ateliê de Botânica é uma imersão investigativa das plantas a partir do estudo das formas, da biologia reprodutiva e da compreensão das relações que as plantas estabelecem com o mundo. Nesta oficina, as pessoas manipulam plantas, experimentam pigmentos naturais, criam colagens com plantas secas e compõem imagens autorais com elementos naturais.

**4 e 11/9, sextas,
11h às 13h**

Centro de
Educação
Ambiental

A partir de 12 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.

● R\$30,00

■ R\$15,00

▲ R\$10,00

Oficina

A História da Arte Botânica

Com Anderson Santos da Escola de Botânica

A arte botânica passeia ao longo da história por diversos registros rupestres, em papiros, papel, pranchas e impressos gráficos, retratando as plantas através de diversos estilos comuns à cada época. Venha percorrer esses estilos e conhecer artistas, gravuristas, aquarelistas, ilustradoras e ilustradores que se destacaram ao longo da história da arte e da Botânica.

**4 e 11/9,
sextas,
15h às 17h**

Centro de Educação
Ambiental

A partir de 14 anos
Inscrição no portal
do Sesc SP ou no
app Credencial
Sesc SP.

● R\$30,00

■ R\$15,00

▲ R\$10,00

Curso

ANTOTIPIA**Com Dani Sandrini**

Já pensou em fazer cópias fotográficas utilizando pigmentos vindos dos vegetais? A antotipia é um processo histórico que utiliza os pigmentos extraídos de plantas para a impressão de uma cópia fotográfica, a partir de imagens em transparências e/ou objetos.

**5 e 12/9,
sábados,
10h às 13h**

Centro de Educação Ambiental

A partir de 16 anos
Inscrição no portal do Sesc SP ou no app Credencial Sesc SP.

● R\$30,00

■ R\$15,00

▲ R\$10,00

Oficina

PIGMENTOS NATURAIS**Com Dani Sandrini**

Uma experiência de descoberta e criação por meio do universo dos pigmentos, os participantes irão conhecer processos de extração, preparo e produção de cores, explorando possibilidades criativas que conectam arte, conhecimento e natureza.

**13/9, domingo,
14h às 17h**

Centro de Educação Ambiental

A partir de 16 anos
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Oficina

HERBÁRIO DE CHEIRO - CRIANDO UM LIVRO AROMÁTICO COM AS PLANTAS DO NOSSO QUINTAL**Com Analia Terra - Artista Naturalista e Pesquisadora das Poéticas do Chão**

A partir da leitura do livro Cheiros, as pessoas participantes mergulham no universo aromático das plantas em um passeio pelos jardins do Sesc. A atividade inclui observação de formas, texturas e cheiros, coleta de elementos naturais, impressão vegetal em papel e a criação de um Herbário de Cheiro.

**18/9, sexta,
16h às 18h**

Centro de Educação Ambiental Externo

Todas as idades
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Oficina

INVENTÁRIO CROMÁTICO DA NATUREZA - FAÇA SEU GIZ PASTEL COM PIGMENTOS NATURAIS**Com Analia Terra - Artista Naturalista e Pesquisadora das Poéticas do Chão**

Os participantes são convidados a produzir bastões riscantes a partir da coleta no entorno do espaço (e/ou exploração das terras que levo do meu Ateliê). Vamos transformar terra em bastão para desenho, elaborando nossos próprios Giz Pastel Seco com pigmentos minerais, aglutinantes e modelagem artesanal.

**Dias 19 e
20/9, sábado e
domingo, 11h
às 13h30**

Centro de Educação Ambiental

A partir de 12 anos
Inscrição no portal do Sesc SP ou no app Credencial Sesc SP.

● R\$30,00

■ R\$15,00

▲ R\$10,00

Vivência

O QUE SERÁ QUE TEM NA SUA ÁRVORE?

Com Moacyr Turuzawa, Agente de Educação Ambiental

Vivência educativa de imaginação e criatividade para o público infantil, onde cada participante criará um elemento para compor a copa de uma imensa árvore de madeira. Vamos conversar sobre os motivos pelos quais devemos conservar as árvores que estão ao nosso redor, especialmente nas cidades, onde a falta delas é notável.

Dias 19 e

20/9, sábado

e domingo,

14h às 17h

Jardim Interno

Todas as idades

Grátis

Vivência

MEIO AMBIENTE E JOGOS DE TABULEIRO

Com Natacha Sales, Agente de Educação Ambiental

Mediação de jogos de tabuleiro com temáticas relacionadas a biodiversidade, a ciência e a sustentabilidade durante as tardes no Centro de Educação Ambiental. Venha se divertir elaborando estratégias e encarando os desafios socioambientais em grupo. Todo último final de semana do mês.

Dias 26 e

27/9, sábado

e domingo,

13h às 17h

Centro de

Educação

Ambiental

A partir de 7 anos

Grátis - Sem

retirada de

ingressos.

MÚSICA

CENTRO DE MÚSICA 2026

Oficina

DESCOBRINDO A VOZ

Com Hellen Sabino, educadora em atividades musicais

Oficina livre de introdução aos fundamentos do canto, explorando e ampliando as habilidades das pessoas que desejam aperfeiçoar a sua voz. Durante os encontros, abordaremos diferentes temáticas fundamentais para potencializar a produção vocal, por meio da consciência corporal, percepção auditiva, afinação, ritmo e repertório direcionado.

1/9 a 17/11,

terças, 17h

às 18h

Estúdio 01 - Sala

C.M. Coletivo

De 18 a 59 anos

Oficina

RODA - RITMO E TRADIÇÃO

Com Alessandra Noronha, Educadora em Atividades Musicais

Um encontro musical dedicado à prática coletiva, à troca de saberes e ao aprofundamento de ritmos da cultura popular brasileira. A atividade reúne o público espontâneo e participantes de diferentes cursos, para compartilhar repertórios, aperfeiçoar técnicas, esclarecer dúvidas e fortalecer processos de aprendizagem, criação e convivência por meio da musicalidade.

Vivência

ZEQUINHA DE ABREU EM CONCERTO

Com Gregori Benedito e Fernanda Dias, educadores em Atividades Musicais

Uma vivência musical voltada à apreciação da obra de Zequinha de Abreu, destacando a riqueza melódica, o virtuosismo e a importância cultural de suas composições para a música brasileira, por meio da escuta atenta e da contextualização histórica das obras.

Vivência

PROCURA-SE VOCALISTA

Com a Equipe de Educação Musical do Centro de Música

Procura-se um Vocalista é uma experiência musical interativa onde você assume o microfone e canta acompanhado por uma banda ao vivo! Escolha sua música favorita no cardápio, sinta a energia do palco e viva a emoção de ser a estrela do show. Diversão garantida para todos, sem precisar ser profissional - só vontade de cantar e se conectar com a música!

Vivência

ESTÚDIO ABERTO - EDIÇÃO SAMBA!

Com a Equipe de Educação Musical do Centro de Música

Uma nova edição do Estúdio Aberto chega cheio de ritmo, alegria e boas histórias! Em um formato especial do projeto, o Centro de Música abre suas portas para o Samba! Nesta atividade, cada participante faz parte de uma grande e democrática roda de samba, onde o batuque, o cavaquinho, e o pandeiro se encontram em harmonia com outros instrumentos.

2 a 30/9, quartas, 14h às 15h

Estúdio 14 - Sala C.M. Coletivo
Todas as idades
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

3/9 a 26/11, quintas, 17h às 18h

Jardim Interno
Todas as idades

Dias 5/9, 19/9, 3/10, 17/10, 31/10, 14/11, 28/11, 12/12, sábados, 11h30 às 12h30

Estúdio 02 - Sala C.M. Coletiva
A partir de 10 anos

De 5/9 a 28/11, sábados, 14h às 16h. Exceto dias 24/10 e 21/11

Estúdio 02 - Sala C.M. Coletiva
A partir de 12 anos
Grátis - Sem retirada de ingressos.

Oficina

SOPRANDO RITMOS

Com a Equipe de Educação Musical do Centro de Música

Oficina musical que convida os participantes a experimentar a flauta doce soprano e o xilofone como instrumentos melódicos. A atividade propõe a construção coletiva de canções com acompanhamento de instrumentos de percussão, promovendo escuta, interação e o prazer de fazer música em grupo.

6/9, 20/9, 18/10, 1/11, 15/11, 29/11, domingos, 11h30 às 12h30
Estúdio 14 - Sala C.M. Coletiva
A partir de 6 anos

Vivência

ESTÚDIO ABERTO - ENCONTROS MUSICAIS

Com a Equipe de Educação Musical do Centro de Música

O Estúdio 2 do Centro de Música abre suas portas como um espaço de socialização e desenvolvimento musical em grupo, propiciando aos participantes a experiência do tocar em uma "jam session", no formato de banda, em um espaço propício para se conhecer outros saberes musicais, estilos e ideias, estimulando a formação de laços e afinidades, tendo a música como plano de fundo.

6/9 a 29/11, domingos, 14h às 17h
Exceto 4, 18 e 25/10
Estúdio 02 - Sala C.M. Coletiva
A partir de 12 anos
Grátis - Sem retirada de ingressos.

Vivência

BATUQUE ABERTO

Com Alessandra Noronha e Guilherme dos Santos, educadores em Atividades Musicais

Vivência de percussão voltada à experimentação de ritmos da cultura popular brasileira. Por meio da prática com instrumentos, do corpo e do canto, os participantes compartilham uma experiência coletiva que desperta a escuta, a coordenação, a criatividade e o prazer de tocar em conjunto.

7/9 e 2/11, segundas, 11h às 12h
Estúdio 13 - Sala C.M. Coletiva
Todas as idades
Grátis - Sem retirada de ingressos.

Vivência

SONS DA NOSSA VOZ

Com a Equipe de Educação Musical do Centro de Música

Nesta oficina as pessoas participantes terão contato com os fundamentos do canto por meio de jogos cooperativos. A proposta é permitir ao público desenvolver a escuta, trabalhar a criatividade, a expressão vocal e a sociabilização, através do canto.

7/9 e 2/11, segundas, 14h às 15h
Estúdio 13 - Sala C.M. Coletiva
Todas as idades

Encontro

DISCOLADOS

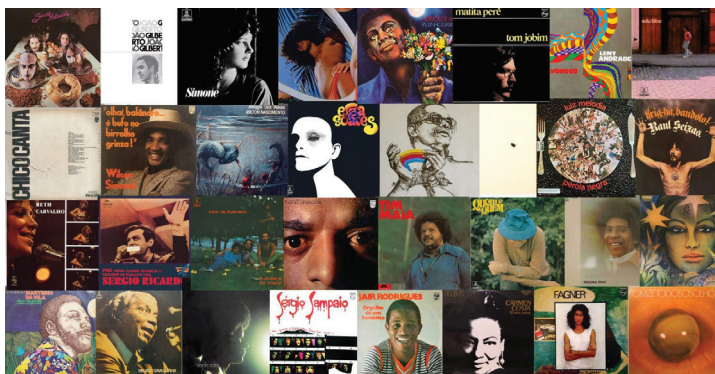
Com Tita Reis, Educador em Atividades Musicais

Discolados é um encontro quinzenal para amantes de vinil que promove escuta coletiva, troca de experiências e descoberta musical.

Em um ambiente acolhedor, participantes compartilham discos, histórias e estilos diversos, valorizando o ritual do vinil e a conexão humana através da música. Um espaço para ouvir, aprender e se conectar.

**13/9, 27/9,
11/10, 8/11,
6/12, 20/12,
domingos,
10h às 12h**

Sala 4 - Auditório
A partir de 12 anos
Grátis



Esporte e Atividade Física

SEMANA MOVE

A Semana Move promoverá ações de maneira a alcançar o maior número possível de lugares, pessoas e cidades, a partir de uma rede de parceiros espalhados pelo Brasil e a América Latina, a fim de propiciar o máximo de oportunidades para engajamento e sensibilização da importância do hábito da prática de esportes e atividades físicas.

Vivência

TREINO FUNCIONAL COM KETTLEBELL

Com Priscilla Pinto

Prática que utiliza kettlebells (peso livre), numa vivência acessível para todos os níveis, tanto para quem nunca teve contato quanto para quem já treina e quer aprofundar a técnica. Durante a aula, vamos explorar movimentos fundamentais, fluidez, coordenação e o potencial do kettlebell como ferramenta de condicionamento físico e desenvolvimento corporal.

**5 a 19/9,
sábados, 10h
às 11h
24/9, quinta,
9h30 às 10h30,
17h30 às 18h30
e 19h às 20h**

Praça de
Convivência
A partir de 12 anos

Torneios e Campeonatos

IV FAST TRIATLON

Aquece MOVE dá o start em uma semana de programações com uma vivência inspirada no triatlon: uma jornada dinâmica que integra natação, ciclismo e corrida, promovendo saúde, superação e conexão. Venha viver essa experiência, seja você iniciante ou atleta experiente.

**19/9, sábado,
18h às 21h**

Piscina
Descoberta
A partir de 12 anos
Vagas limitadas
Inscrições no local.

Vivência

BASQUETE 3X3

Com ANB 3x3

A atividade de Basquete 3x3 propõe uma vivência esportiva e cultural no Ginásio Elefantão, em Atibaia, integrando prática, formação e entretenimento. Com DJ e MC ao longo da programação, contempla aulão, circuito de habilidades e jogos recreativos com arbitragem especializada, promovendo acesso qualificado, dinâmico e inclusivo ao basquete 3x3.

**20/9, domingo,
11h30 às 17h30**

Ginásio
Elefantinho -
Atibaia - SP
Av. Horácio Netto,
1061 - Lot.
Loanda, Atibaia -
SP, 12945-010
A partir de 13 anos
Grátis

Vivência

BASQUETE 3X3

Com Nezinho e Luana Souza

A apresentação esportiva com Nezinho (ex-atleta da Seleção Brasileira, campeão dos Jogos Pan-Americanos de 2007 e multicampeão nacional) e Luana de Souza (atleta da Seleção Brasileira de Basquete 3x3 e campeã pan-americana da modalidade) propõe um encontro entre prática, diálogo e inspiração, reunindo atletas e público em uma experiência interativa na cidade de Atibaia - SP.

**20/9, domingo,
15h30 às 17h30**

Ginásio Elefantinho
- Atibaia - SP
Av. Horácio Netto,
1061 - Lot.
Loanda, Atibaia -
SP, 12945-010
A partir de 13 anos

Vivência

FUTEBOL 1X1 - PANNA KO

Vivências e disputas de futebol um contra um no formato Panna KO, realizadas em quadras próprias e reduzidas que estimulam habilidade, criatividade e tomada de decisão. Inspirada no futebol de rua, a atividade valoriza o improviso e a interação, promovendo jogos rápidos e participativos que incentivam o movimento, o bem-estar e a convivência em um ambiente dinâmico e acessível.

**22 a 25/9, terça
a sexta, 9h30 às
12h30 e 14h30
às 17h30**

Ginásio
Todas as idades
Grátis

Vivência

CIRCUITO AQUAFUNCIONAL

Com pessoas educadoras do Sesc

Movimento, energia e diversão dentro e fora da água. Participe de um circuito dinâmico que combina exercícios funcionais com prancha, peso do corpo e outros implementos para trabalhar força, resistência e equilíbrio. Ideal para quem busca desafio e bem-estar em um ambiente seguro e estimulante.

22 a 25/9, terça a sexta, 9h30 às 10h30 e 18h30 às 19h30

Piscina

Descoberta

A partir de 12 anos

Vivência

STEP: RITMO E COORDENAÇÃO

Com pessoas educadoras do Sesc

Movimento, ritmo, energia e diversão em uma experiência cheia de disposição! Você está convidado(a) para uma vivência prática utilizando o Step: uma modalidade dinâmica que combina exercícios aeróbicos, coordenação motora e fortalecimento muscular através de movimentos realizados sobre uma plataforma. Acessível para todos os níveis, para quem quer se exercitar de forma leve e motivadora.

22/9, terça, 9h30 às 10h30, 17h30 às 18h30 e 19h às 20h

Praça de

Convivência

A partir de 12 anos

Vivência

MODOS DE JOGAR: FUTEBOL 2X2 E 3X3

Vivências e jogos de futebol nos formatos 2x2 e 3x3 que estimulam participação ativa, cooperação e tomada de decisão. As dinâmicas favorecem o contato constante com a bola e o protagonismo dos participantes, promovendo experiências de movimento, convivência e bem-estar em um ambiente acessível e participativo.

22 a 25/9, terça a sexta, 18h30 às 21h30

Campo de Grama Sintética

Todas as idades

Vivência

DANÇA DE VIDEOCLIPES

Com pessoas educadoras do Sesc

Uma aula aberta criada para quem ama música, movimento, expressão e toda a energia dos clipes que marcaram gerações. Prepare-se para mergulhar em coreografias inspiradas nos maiores sucessos do pop, hip hop e da cultura dos videoclipes daqueles que todo mundo reconhece nos primeiros segundos! Não importa seu nível de experiência.

22 a 25/9, terça a sexta, 20h30 às 21h30

Praça de

Convivência

A partir de 12 anos

Aula aberta

TREINÃO DE CORRIDA

Parque Cecap e Bosque Maia

Chegou a hora de colocar o tênis e sentir a energia da corrida em grupo!

Você está convidado(a) para o nosso TREINÃO ABERTO: um encontro para corredores de todos os níveis que querem se movimentar, se desafiar e compartilhar quilômetros de motivação e superação. Não importa se você está começando ou já vive no ritmo da corrida.

**23/9 no CECAP e
25/9 no Bosque
Maia, quarta e
sexta, 7h30 às 9h**
Ação Externa
A partir de 12 anos



Aula Aberta Treinão de Corrida

Divulgação

Vivência

CAMINHADA COMUNITÁRIA NO BOSQUE MAIA

Com pessoas educadoras do Sesc

O desafio de caminhar, de forma correta e segura, ao mesmo tempo em que estimula a percepção e apropriação do meio em que vivemos. A proposta é estimular a prática de uma atividade física simples e regular, começando de forma mais controlada e menos intensa, voltada para a comunidade do entorno e agregando a proposta da Ginástica Comunitária.

**23/9, quarta,
8h às 9h**
Ação Externa
A partir de 12 anos
Inscrições
mediante
preenchimento
do Par-Q e Termo
de Adesão,
diretamente com
os Educadores.
Grátis

Vivência

AERO JUMP - FUNCIONAL COM TRAMPOLIM

Com pessoas educadoras do Sesc

Quer queimar muitas calorias, tonificar o corpo e ainda se divertir? Então vem experimentar a aula de Aero Jump, que é um treino intenso feito no trampolim individual, com música animada e movimentos sincronizados! As aulas têm ênfase no exercício cardiorrespiratório e promovem alta queima calórica, melhora o condicionamento cardiovascular, tonifica pernas, glúteos e abdômen.

**23/9, quarta,
9h30 às 10h30,
17h30 às 18h30
e 19h às 20h**
Praça de
Convivência
A partir de 12 anos

Vivência

HANDEBOL EM MOVIMENTO: RECREAÇÃO ARBITRADA

A recreação arbitrada de Handebol, integrada à programação da Semana Move, propõe vivências de jogo organizadas e mediadas por arbitragem, proporcionando ao público a experiência da modalidade em formato acessível e participativo. A atividade estimula o jogo coletivo, a compreensão das regras e a convivência, incentivando a prática esportiva como lazer ativo.

**23 e 25/9, quarta
e sexta, 17h30
às 19h30**

Ginásio

A partir de 13 anos
Grátis

Vivência

BASQUETE EM MOVIMENTO: RECREAÇÃO ARBITRADA

A recreação arbitrada de Basquetebol, integrada à programação da Semana Move, propõe vivências de jogo organizadas e mediadas por arbitragem, proporcionando ao público a experiência da modalidade em formato acessível e participativo. A atividade valoriza o jogo coletivo, a compreensão das regras e a convivência, estimulando a prática esportiva como lazer ativo.

**Dias 23 e 25/9,
quarta e sexta,
20h às 21h30**

Ginásio

A partir de 13 anos
Grátis

Vivência

CIRCUITO CARDIO TOTAL

Prepare-se para uma experiência de alta energia, movimento e superação!

Você está convidado(a) para um Circuito Cárdio, que combinará diferentes modalidades e equipamentos para um treino dinâmico, intenso e extremamente motivador. Serão propostas estações com: Remos cicloergômetros, Bikes de spinning, Aero bikes, Kangoo Jumps, entre outros.

**25/9, sexta,
9h30 às 10h30,
17h30 às 18h30
e 19h às 20h**

Praça de

Convivência

A partir de 12 anos



Vivência Circuito Cardio Total

Aula Aberta

3º DESAFIO DE GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

Com pessoas educadoras do Sesc

O Desafio está lançado! Uma aula aberta especial, embalada por muita música e animação, que tem como objetivo desafiar os participantes a testarem o seu nível de condicionamento físico e promover a autossuperação, por meio de provas que envolvam as capacidades e aptidões físicas tais como: força, equilíbrio, resistência, potência, agilidade e velocidade, que são desenvolvidas no Programa de GMF.

**26/9, sábado,
9h30 às 13h30**

Ginásio

A partir de 12 anos

Aula aberta

MARATONA DO AUTOCUIDADO, SAÚDE E BEM-ESTAR

Com Professor Marcelo Anselmo

A Maratona de Autocuidado propõe uma jornada de saúde e bem-estar com práticas corporais baseadas nos métodos Feldenkrais, DNS e Relaxamento Progressivo de Jacobson, promovendo consciência, movimento e equilíbrio integral. Ao final, os participantes recebem um guia de autocuidado para dar continuidade às práticas no dia a dia.

**27/9, domingo,
9h30 às 11h**

Praça de

Convivência

A partir de 12 anos

Corrida

MEIA MARATONA GMF RUN

Com pessoas educadoras do Sesc

Prepare-se para viver uma experiência única de resistência, superação e energia!

Vem aí a nossa Meia Maratona GMF Run: 21KM de desafio em esteiras ergométricas, em um ambiente eletrizante, cheio de música, incentivo e conexão entre os participantes. A prova pode ser realizada em duplas ou quartetos, que somarão as distâncias até atingir a metragem total.

**27/9, domingo,
14h30 às 17h30**

Ginástica

A partir de 12 anos

Vivência

SKATE INCLUSIVO: O ESPORTE É PARA TODOS!

Com Skate Anima

O skate é movimento, liberdade, superação e, acima de tudo, inclusão.

Venha participar de uma experiência transformadora ao lado da equipe Skate Anima, referência em ações voltadas à promoção da saúde, cidadania e inclusão de pessoas com necessidades especiais através do esporte.

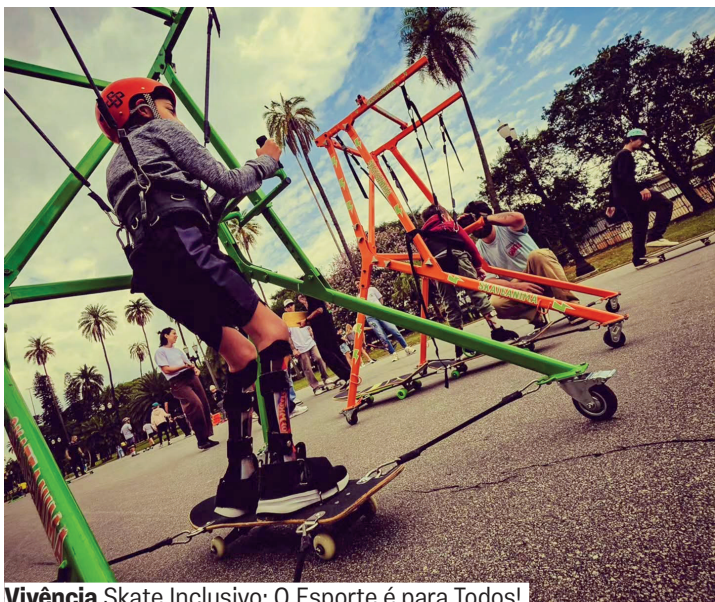
Atividades físico-esportivas para pessoas com deficiência. Podem participar da atividade públicos com e sem deficiências.

**27/9, domingo,
13h30 às 17h30**

Quadra

Poliesportiva

A partir de 13 anos



Vivência Skate Inclusivo: O Esporte é para Todos!

Aula aberta

ENTRE CAMINHADAS E CORRIDAS

Histórias dos 5 aos 10 km

Prepare-se para dar os primeiros passos na corrida. Nesta ação, composta por uma sequência de aulas, oferece orientações práticas sobre postura, ritmo, respiração e cuidados essenciais. Ao longo dos encontros, os participantes vivenciam exercícios progressivos, fortalecendo a confiança e a autonomia para iniciar na prática com segurança e bem-estar.

**1 a 29/9, terças
e quintas, 20h
às 21h20**

Praça de
Convivência

A partir de 16 anos

Aula Aberta

TERÇAS ZEN

Com pessoas educadoras do Sesc

Exercícios que utilizam diversas técnicas corporais orientais e ocidentais, com movimentos que trabalham força, flexibilidade, ritmos, respiração, concentração, e que colaboram com o autoconhecimento.

**1/9 a 29/9,
terças, 9h às 10h
e 19h às 20h .**

Exceto dia 8/9

Praça de

Convivência

A partir de 12 anos

Grátis - Sem

retirada de

ingressos.



Aula Aberta Terças Zen

Divulgação

Vivência

FUT7 ADULTO MASCULINO

Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de bola e coletes, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 5/9 a 26/9,
sábados, 9h15
às 13h**

Campo de Grama

Sintética

A partir de 16 anos

Vivência

TÊNIS

Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de bolas e raquetes, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**5/9 a 27/9,
sábados e
domingos, 9h15
às 13h45 e
15h30 às 17h30**

Quadra de Tênis

A partir de 13 anos

Vivência

TÊNIS DE MESA

Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de bolas e raquetes, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 5/9 a 19/9,
sábados, 9h15
às 12h**

Ginásio

A partir de 10 anos

Vivência

MULTIMODALIDADES

Com pessoas educadoras do Sesc

No Sesc Guarulhos, você vai se divertir enquanto aprende e desenvolve suas habilidades! Venha experimentar diversos esportes diferentes, brincar e fazer amigos, tudo em um ambiente inclusivo e acolhedor. Aqui a diversão e o aprendizado andam juntos!

**5/9 a 26/12,
sábados,
h15 às 12h**

Quadra
Poliesportiva

**6/9 a 27/12,
domingos,
9h15 às 13h**

Campo de Grama
Sintética

A partir de 3 anos
Grátis - Sem
retirada de
ingressos.

Vivência

PICKLEBALL

Com pessoas educadoras do Sesc

Venha se divertir praticando e jogando o Pickleball. Trata-se de um esporte dinâmico que combina elementos do Tênis, Badminton e Tênis de Mesa, sendo jogado em uma quadra menor com raquetes e bolas leves. Com disponibilização de bola e placares, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 5/9 a 19/9,
sábados,
9h15 às 12h**

Ginásio

A partir de 13 anos

Vivência

NADANDO SEM MEDO

Com pessoas educadoras do Sesc

Esta atividade propõe a vivência inicial no meio aquático para pessoas com receio da água. Por meio de atividades lúdicas e progressivas, a ação estimula a confiança, a segurança e o cuidado com o corpo, respeitando os tempos individuais e promovendo uma relação acolhedora com a piscina.

**De 5/9 a 12/12,
sábados, 10h30
às 11h30**

Piscina Coberta

A partir de 12 anos

Vagas limitadas.

Necessário exame
dermatológico
válido.

Grátis - Entrega
de senhas no local
com 30 minutos
de antecedência.

Vivência

BASQUETE 3X3

Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de bolas e coletes, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**5/9 a 26/9,
sábados, 12h30
às 17h30**

Quadra
Poliesportiva

A partir de 13 anos

Grátis - Sem
retirada de
ingressos.

Vivência

VOLEIBOL

Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de bola e placares, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 5/9 a 26/9,
sábados,
12h30 às 17h30**

Ginásio
A partir de 13 anos

Vivência

FUT FAMÍLIA

Com pessoas educadoras do Sesc

Vamos nos divertir com o futebol de um jeito especial! Temos jogos adaptados e atividades alternativas para todos participarem, desde crianças até os mais velhos. É uma ótima chance para brincar em família, porque aqui o futebol é para todos e a diversão é garantida!

**De 5/9 a 26/9,
sábados e
domingos,
13h30 às 15h30**

Exceto 13 e 20/9
Campo de Grama
Sintética
Até 99 anos
Grátis

Vivência

FUT 7 INFANTO JUVENIL

Com disponibilização de bola e coletes, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 5/9 a 27/9,
sábados e
domingos,
16h às 17h30**

Campo de Grama
Sintética
De 10 a 15 anos

Aula Aberta

FUTSAL

Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de bolas e coletes, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 6/9 a 27/9,
domingos,
9h15 às 12h30**

Quadra
Poliesportiva
A partir de 16 anos

Vivência

BADMINTON

Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de raquetes e petecas, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 6/9 a 27/9,
domingos,
9h15 às 11h30**

Ginásio
A partir de 13 anos

Aula Aberta

**PRÁTICAS CORPORAIS PARA
AUTOCUIDADO - FELDENKRAIS**
Com Professor Marcelo Anselmo

Vivência corporal suave baseada no Método Feldenkrais e nos padrões do desenvolvimento motor, com movimentos sutis e conscientes. A prática amplia mobilidade, coordenação e percepção, reduz tensões e ativa o core de forma funcional, promovendo organização do movimento, leveza e maior eficiência no cotidiano.

**6/9, domingo,
9h30 às 11h**
Praça de
Convivência
A partir de 12 anos

Vivência

PRIMEIRAS BRAÇADAS PARA ÁGUAS ABERTAS
Com Água Viva Assessoria

Venha explorar a natação em águas abertas de forma segura e orientada. Nesta atividade serão abordadas técnicas básicas de deslocamento, respiração, orientação e adaptação ao ambiente natural, além de estratégias de segurança e controle emocional, preparando iniciantes para vivenciar novos desafios fora da piscina.

**6 a 27/9,
domingos, 9h30
às 10h30**
Piscina
Descoberta
A partir de 12 anos

Vivência

BASQUETE
Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de bola e coletes, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 6/9 a 27/9,
domingos,
12h às 15h**
Ginásio
A partir de 13 anos
Grátis - Sem
retirada de
ingressos.

Vivência

ESPORTES DE REBATER
Com pessoas educadoras do Sesc

Com disponibilização de equipamentos próprios das modalidades, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

**De 6/9 a 27/9,
domingos,
13h às 17h30**
Quadra
Poliesportiva
A partir de 3 anos
Grátis

Vivência

RECREÁGUA ESPORTES

Com pessoas educadoras do Sesc

Nesta oportunidade divertida você irá vivenciar esportes aquáticos, além disso irá se movimentar e interagir com sua equipe nesta divertida ação. Com propostas leves e dinâmicas, a programação é aberta a todos. Traga sua energia e aproveite momentos de lazer e bem-estar praticando modalidades de esportes aquáticos.

De 6 a 27/9, segundas e domingos, 14h às 15h. Exceto dias 14/9 e 21/9
Piscina Coberta
A partir de 6 anos

Vivência

ESPORTE FAMÍLIA

Com pessoas educadoras do Sesc

Recreação de jogos, brincadeiras e esportes adaptados intergeracionais. Com disponibilização de materiais, além da mediação de pessoas educadoras do Sesc.

De 6/9 a 27/9, domingos, 15h30 às 17h30
Ginásio
Todas as idades
Grátis

Aula Aberta

PRÁTICAS CORPORAIS PARA AUTOCUIDADO - DNS (ESTABILIZAÇÃO NEUROMUSCULAR DINÂMICA)

Com Professor Marcelo Anselmo

Prática baseada nos padrões naturais do desenvolvimento motor, utilizando princípios do Método DNS para ativar o core de forma funcional. A aula desenvolve estabilidade, postura, respiração e força sem tensão excessiva, promovendo organização do movimento, prevenção de dores e mais autonomia nas atividades do cotidiano.

13/9, domingo, 9h30 às 11h
Praça de Convivência
A partir de 12 anos

Vivência

JOGANDO BASQUETE

Com a ApageBask

Aulão e vivência prática de basquete conduzidos pela equipe da ApageBask, abordando fundamentos da modalidade, seguidos de jogos com atletas sub-19 e ex-atletas desta tradicional equipe guarulhense. A ação aproxima o público de um projeto que alia esporte, formação cidadã e desenvolvimento social por meio do basquete.

13/9, domingo, 12h às 15h
Ginásio
A partir de 16 anos
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Vivência

BASQUETE BREAKING SHOW

Com o Grupo Lezizz

Apresentação esportiva e vivência, reunindo acrobacias, enterradas e break dance em uma experiência inspirada na cultura urbana. O "Basquete Breaking Show" combina performance do grupo Lezizz Dunk Show com oficinas práticas, convidando o público a experimentar técnicas e movimentos, promovendo interação, criatividade e aproximação com o universo do basquete.

13/9, domingo,

15h às 17h30

Ginásio

Todas as idades



Vivência Basquete Breaking Show

Divulgação

Aula Aberta

PRÁTICAS CORPORAIS PARA AUTOCUIDADO - MÉTODO RELAXAMENTO PROGRESSIVO DE JACOBSON

Com Professor Marcelo Anselmo

Vivência de práticas de respiração, alongamento e relaxamento baseada no método de Relaxamento Progressivo de Jacobson, que alterna contração e soltura muscular. A proposta reduz estresse e tensões, melhora a respiração e a percepção corporal, promovendo desaceleração, bem-estar físico e emocional e maior qualidade no cotidiano.

20/9, domingo,

9h30 às 11h

Praça de

Convivência

A partir de 12 anos

Crianças

Vivência

EMBOCADOS: BRINCANDO COM BOLAS

Com pessoas educadoras do Espaço de Brincar

Em uma vivência cheia de cores e descobertas os bebês exploram diferentes bolas (grandes, pequenas, macias e saltitantes) em brincadeiras que estimulam o toque, o olhar e o movimento. Entre rolar, segurar e brincar, cada momento vira uma aventura de sensações e sorrisos.

Dias 5 e 26/9, sábados, 14h às 15h30

Sala 3

Até 2 anos

Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Oficina

DOBRADURAS DE PAPEL

Com pessoas educadoras do Espaço de Brincar

Um convite para brincar, criar e descobrir o encanto escondido em cada pedacinho de papel nesta oficina de dobraduras. O papel ganha vida nas mãozinhas curiosas das crianças e com dobrinhas simples se transformam em bichinhos, brinquedos e surpresas.

De 4 a 25/9, sextas, 10h30 às 11h30. Exceto 18/9

Espaço de Brincar

Até 6 anos

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis

Oficina

ENTRE BRINCADEIRAS E AFETOS: RESGATANDO VÍNCULOS POR MEIO DO BRINCAR

Com pessoas educadoras do Programa Curumim

A oficina "Entre Brincadeiras e Afetos" propõe a criação de um espaço de encontro entre crianças e adultos, valorizando o livre brincar como ferramenta de conexão, expressão e construção de vínculos. Por meio de brincadeiras tradicionais e corporais como pular corda, amarelinha, pular elástico, os participantes são convidados a vivenciar experiências lúdicas que despertam memórias.

6 a 27/9, segundas e domingos, 14h às 16h. Exceto dias 14/9 e 21/9

Pista de

Caminhada

De 7 a 12 anos

Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Vivência

BRINCANDO COM BOLHAS DE SABÃO

Com pessoas educadoras do Espaço de Brincar

Grandes, pequenas, flutuantes, ou que logo estouram, carregadas pelo vento, ou capturadas por uma mão brincalhona, bolhas de sabão são uma diversão para todas as idades.

De 6 a 13/9, segundas e domingos, 11h às 12h

Espaço de Brincar Externo

Até 6 anos

Sujeito à lotação do espaço.

Grátis

Pessoas Idosas

Oficina

CORPO, AQUARELA E CUIDADO

Com Casa Arauá

Os participantes são convidados a entrar em contato com suas sensações e emoções por meio de meditações ativas e do som, favorecendo processos de bem-estar. Em seguida, são convidados a expressar o que vivenciaram através da aquarela, de forma livre e sem necessidade de experiência prévia.

Dias 9 e 16/9, quartas, 14h às 15h30

Dias 10 e 17/9, quintas, 10h30 às 12h

Sala 6

A partir de 50 anos
Grátis - Entrega de senhas no local com 30 minutos de antecedência.

Reunião

PONTO DE ENCONTRO

Reunião do Trabalho Social com Pessoas Idosas no Sesc Guarulhos

Junte-se a nós para o encontro mensal do programa TSPI: "Trabalho Social com Pessoas Idosas"! Descubra como fortalecer sua autonomia, explorar novas habilidades e possibilidades e se envolver ativamente em sua própria jornada de envelhecimento.

30/9, quarta, 13h30 às 14h30

Dias 28 e 16/12, quartas, 13h30 às 15h30

Sala 4 - Auditório

A partir de 60 anos
Grátis



Reunião Ponto de Encontro

Carol Fraletti

Sarau

VOZES DA EXPERIÊNCIA: MICROFONE ABERTO

Com Participantes do Trabalho Social com Pessoas Idosas

Nessa atividade, convidamos as pessoas idosas a se expressar por meio de poesias, músicas, histórias ou outras formas artísticas. O objetivo é incentivar o protagonismo e a criatividade, fortalecer vínculos e valorizar as singularidades de cada participante, transformando suas expressões artísticas em momentos de celebração.

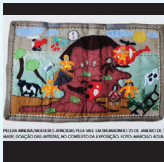
30/9, quarta, 14h30 às 15h30

Sala 4 - Auditório

A partir de 60 anos
Grátis

AGENDA DE DESTAQUES

Divulgação



TERÇA

1

Oficina

Descobrimdo a Voz

QUARTA

2

Cinema

Malês

QUINTA

3

Curso

Narrativas Verdes
Bordadas

Divulgação



8

Aula Aberta

Entre Caminhadas
e Corridas

9

Curso

Contação de
Histórias

Cinema

Retratos
Fantasmas

10

Vivência

Zequinha de Abreu
em Concerto

Divulgação



15

Curso

Arquiteturas
Possíveis: Criação
de Imagens
com I.A.

16

Bate-papo

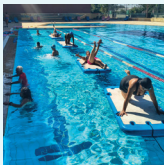
Abertura: A
construção
do imaginário
infantil e a
fruição artística

17

Oficina

Descobrimdo a Voz

Divulgação



22

Vivência

Circuito
Aquafuncional

23

Vivência

Basquete em
Movimento:
Recreação
Arbitrada

24

Vivência

Treino Funcional
com Kettlebell

Divulgação



29

Aula Aberta

Entre Caminhadas
e Corridas

30

Cinema

O Estranho

SEXTA

4

Show

Maglore

SÁBADO

5

Show

Guarabyra e Tuia

DOMINGO

6

Oficina

Tramoianas: Arte e Ambientalismo em Diálogo



Divulgação

11

Teatro

Olhos nos Olhos

12

Espetáculo

Afrohits – Toada para Erês

Intervenção

Sorrisos do Mundo

13

Cine Conforto

Placa Mãe



Divulgação

18

Espetáculo

A Bruxinha

19

Encontro

Esquenta Literário

20

Oficina

Inventário Cromático da Natureza – Faça seu Giz Pastel com Pigmentos Naturais



Divulgação

25

Show

Scalene

26

Show

Julia Mestre canta Rita Lee

27

Circo

Acrobatas Saltitantes



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/agorاناتv

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

Biblioteca

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h30

Bicicletário

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado: 9h às 20h
Domingo e feriado: 9h às 18h
*Obrigatório uso de corrente

Cafeteria

Terça a sexta: 9h30 às 11h
e 15h30 às 20h30
Sábado: 9h30 às 11h e 15h30 às 20h
Domingo e feriado: 9h30 às 11h e
15h30 às 18h

Central de Atendimento*

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado, domingo e feriado: 9h às 17h
*Agendamento por meio do site
centralrelacionamento.sescsp.org.br
ou pelo APP - Credencial Sesc SP.

Centro de Educação Ambiental

Terça a sexta: 9h às 21h
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h30

Comedoria

Terça a sexta: 11h às 14h
Sábado, domingo e feriado:
11h às 14h
*Compra de refeição pelo APP -
Credencial Sesc SP.

Espaço de Brincar

Terça a sexta: 10h às 17h30.
Sábado, domingo e feriado:
10h às 13h30 e das 14h às 17h30

Espaço de Tecnologias e Artes

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h

Exame Dermatológico

Terça a sexta: 9h às 21h,
com intervalo das 16h às 17h
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h, com intervalo
das 13h às 14h

Estacionamento

315 vagas para carros e 42 para motos
Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado: 9h às 20h
Domingo e feriado: 9h às 18h
Preços:
Credencial Plena. Primeira hora:
R\$ 9. Hora adicional: R\$ 3
Público geral. Primeira hora: R\$ 15
Hora adicional: R\$ 5

Ginástica Multifuncional

Terça a sexta: 7h15 às 21h30
Sábado: 9h às 16h
Domingo e feriado: 9h às 14h

Juventudes

Terça a sexta: 10h às 21h
Sábado, domingo e feriado:
10h às 17h30

Odontologia

Terça a sexta: 7h20 às 20h40
Sábado: 9h às 14h20
Exclusivo para trabalhadores
no comércio de bens, turismo
e serviços credenciados e
dependentes. Atendimento com
inscrição prévia. Vagas limitadas.

Piscina Externa

Terça a domingo: 9h às 17h30

Piscina Interna

Terça a sexta: 9h às 21h30
Sábado, domingo e feriado:
9h às 17h30

Programa de Relacionamento com Empresas

Credenciamento Sesc e ações junto às
empresas.
Telefone: (11) 2475-5717
E-mail: relacionamentocomempresas.guarulhos@sescsp.org.br

Agendamento de Grupos

Participação de grupos em atividades
presenciais e online.
Telefone: (11) 2475-5712.
E-mail: agendamento.guarulhos@sescsp.org.br

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

SESC GUARULHOS

Rua Guilherme Lino dos Santos, 1200
Jardim Flor do Campo, Guarulhos
Tel.: (11) 2475-5550

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

sescsp.org.br/guarulhos

