



# Programação Sesc RJ – Junho/2017

\*Atenção: a programação pode ser alterada sem aviso prévio.

## SUMÁRIO

Sesc Barra Mansa .....	2
Sesc Campos .....	11
Sesc Copacabana .....	17
Sesc Duque de Caxias .....	24
Sesc Engenho de Dentro .....	32
Sesc Madureira .....	39
Sesc Niterói .....	48
Sesc Nova Friburgo .....	52
Sesc Ramos .....	53
Sesc Santa Luzia .....	60
Sesc São Gonçalo .....	61
Sesc São João de Meriti .....	67
Sesc Teresópolis .....	81
Teatro Sesc Ginástico .....	87
Sesc Tijuca .....	87

## **Barra Mansa**

---

### **ARTES CÊNICAS**

#### **Sesc Primeiros Olhares - Pé de Vento Cabeça no Chão**

Com cenas cotidianas que se permeiam pela fantasia, o espetáculo aborda as diferentes sensações que a criança experimenta com sua sensibilidade apurada. A dramaturgia da peça busca dar visibilidade ao tamanho que as crianças atribuem às suas experiências afetivas. Vivências que se repetem por força da rotina e sentimentos que nos tomam em ondas servem para marcar a passagem do tempo dentro de nós. O espetáculo de dança contemporânea também se vale de recursos teatrais como a voz dos atores e o humor para convidar o público a se divertir e se emocionar com o movimento. Direção: Alice Ripoll. R\$ 2,00 (associado) / R\$ 5,00 (meia entrada) / R\$ 10,00 (inteira) / PCG Grátis. 11/06 | Domingo às 15h30. Classificação: Livre. Teatro Sesc Barra Mansa.

### **LITERATURA**

#### **Panorama Sesc - Ponto de Leitura**

Com o intuito de fornecer acesso à literatura em diversos formatos, o projeto busca estreitar os laços entre a comunidade e a mesma, proporcionando a população contato com livros, gibis, HQs e entretenimento cultural que contribuam com a formação leitora do cidadão. Grátis. 01/06 a 30/06 | Terça a domingo, das 10h às 17h. Classificação: Livre. Biblioteca.

#### **Sesc Primeiros Olhares - Contação de História - Tapetes Falantes**

Tapetes coloridos transformam-se em alegres cenários onde rios, plantas, gente e animais de pano dão vida às narrativas de contos populares e clássicos da literatura infantil.



Sentados em roda, crianças e adultos se encontram, misturando imagem, manipulação e fantasia numa alquimia que encanta a criança que mora dentro de cada um. Grátis. 08/06 | Quinta às 10h e 14h. Classificação: Livre. Teatro Sesc Barra Mansa.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Sesc Primeiros Olhares - Asterix e o Mundo dos Deuses**

O imperador romano Júlio César sempre quis derrotar os irredutíveis gauleses, mas jamais teve sucesso em seus planos de conquista. Um dia, ao invés de ataca-los, passa a oferecer os prazeres da civilização aos gauleses. Desta forma, Júlio César ordena a construção da terra dos Deuses ao redor da vila gaulesa, para impressioná-los e, assim, convencê-los a se unir ao império romano. Só que a dupla Asterix e Obelix não está nem um pouco disposta a cooperar com os planos de César. Grátis. 04/06 | Domingo às 16h. Classificação: Livre. Teatro Sesc Barra Mansa.

### **Sesc Primeiros Olhares - O Homem da Lua**

O homem da Lua vive sozinho no satélite, até pegar carona com um cometa para visitar a terra. Após chegar ao planeta, ele se encanta com tudo a sua volta, mas o presidente do mundo o trata como uma ameaça. Agora ele vai precisar da ajuda de um cientista e das crianças para se salvar. Grátis. 18/06 | Domingo às 16h. Classificação: Livre. Teatro Sesc Barra Mansa.

### **Panorama Sesc - Viver é fácil com os Olhos Fechados**

Em 1966, Antônio, um professor de ensino médio da Espanha, embarca em uma jornada para conhecer John Lennon e dá carona a dois fugitivos. Grátis. 1/6 | Quinta às 15h. Classificação: 14 anos. Teatro Sesc Barra Mansa.

### **Panorama Sesc - A Alma da Gente**

A Alma da Gente é um documentário brasileiro de 2013, dirigido por Helena Solberg e David Meyer, que mostra os diferentes destinos de pessoas marcadas pela transformação através da arte. Grátis. 8/6 | Quinta às 15h. Classificação: Livre. Teatro Sesc Barra Mansa.

### **Panorama Sesc - Nós Somos as Melhores**

Estocolmo, 1982. Bobo e Klara são adolescentes e amam o punk, ao contrário do resto. Apesar de não terem talento, decidem formar uma banda ... Só falta incluir Hedvig, uma garota clássica que toca violão acústico. Grátis. 15/06 | Quinta às 15h. Classificação: 12 anos. Teatro Sesc Barra Mansa.

### **Panorama Sesc - Amar Beber e Cantar**

Um grupo de teatro amador ensaia uma nova peça quando descobre que um amigo está muito doente. De acordo com os médicos, George terá no máximo seis meses de vida. Eles têm a ideia inusitada de chamá-lo para interpretar um dos personagens da peça. Grátis. 22/06 | Quinta às 15h. Classificação: 12 anos. Teatro Sesc Barra Mansa.

### **Panorama Sesc - O Congresso Futurista**

Antes do declínio de sua carreira, uma atriz decide vender sua imagem a um estúdio de cinema para ser escaneada e usada de maneira digital. Os anos passam e ela deve enfrentar uma vida em um mundo cibernético. Grátis. 29/06 | Quinta às 15h. Classificação: 12 anos. Teatro Sesc Barra Mansa.

## **AULAS DE ESPORTE**

### **Ritmos**

Diversos estilos musicais sendo trabalhados como forma de entretenimento, integração social e prática saudável de atividade física. Venha aprender a dançar no Sesc! R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc). 01 a 29/06 | Terças e Quintas às 18h, 19h e 20h. Classificação: 15 anos. Sala de Dança.

### **Balé**

Seja clássico, neoclássico ou contemporâneo, damos ênfase aos mais diversos movimentos corporais, buscando melhoria da postura, harmonia e simetria de movimentos, sem visar a padrões de corpos e tipos físicos. R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc). 02 a 30/06 | Quartas e Sextas às 19h e 20h. Classificação: 11 anos. Sala de Dança.

### **Hidroginástica**

Atividade que não oferece impacto nem sobrecarga nas articulações, além da sensação de conforto por ser praticada na água. Melhora o estresse do cotidiano, alivia as tensões, massageia a musculatura e relaxa o corpo. R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc). 01 a 30/06 | Terças e Quintas às 08h, 09h e 18h | Quartas e Sextas às 19h. Classificação: 15 anos. Parque Aquático.

### **Natação**

Ajuda na capacidade circulatória e cardiorrespiratória, desenvolve os músculos, a flexibilidade, a resistência e a coordenação motora. Além disso, auxilia no tratamento de problemas articulares, asma, bronquite e controla os níveis de açúcar e colesterol do sangue. R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc). 01 a 30/06 | Terças e Quintas às 07h, 15h, 16h, 17h e 19h | Quartas e Sextas às 07h, 08h, 09h, 10h, 16h, 17h e 18h. Classificação: 07 anos. Parque Aquático.

### **Circuito Funcional**

Esta atividade baseia-se nos movimentos naturais do ser humano, como pular, correr, agachar, girar e empurrar. O praticante ganha força, equilíbrio, flexibilidade, condicionamento, resistência e agilidade. R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc) 02 a 30/06 | Quartas e Sextas às 18h e 19h. Classificação: 15 anos. Quadras.

### **Programa de Iniciação Esportiva**

Quanto mais estimuladas forem as crianças, mais preparadas para a vida elas serão. Nessa aula buscaremos desenvolver os alunos com um leque enorme de atividades: natação, futebol, lutas entre outras. R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc). 01 a 29/06 | Terças e Quintas às 16h30 | Quartas e Sextas às 17h (iniciação a dança) e 18h. Classificação: 07 a 10 anos. Quadras.

### **Taekwondo**

Treinamento físico e mental, autocontrole, autoconfiança, coordenação motora e disciplina são características dessa arte marcial milenar. R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc). 01 a 29/06 | Terças e Quintas às 18h, 19h e 20h. Classificação: dos 11 aos 17 anos. Quadras.

### **Futebol de Areia**

Culturalmente, o futebol é o esporte predileto de crianças e adultos. Sendo assim, o Sesc oferece aos seus praticantes treinamento físico, técnico e tático no campo de areia. R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc). 01 a 30/06 | Terças e Quintas e Quartas e Sextas às 17h45 e às 19h. Classificação: 11 anos. Campo de Areia.

### **Pilates Solo**

Método de alongamento e fortalecimento que utiliza o peso do corpo na execução dos movimentos. Trabalha a reeducação corporal, aumentando a flexibilidade, força muscular, melhora a respiração, corrige a postura e previne lesões. R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc). 01 a 30/06 | Terças as Quintas às 07h, 08h e 09h | Quartas e Sextas às 07h, 08h, 09h e 20h. Classificação: 15 anos. Sala de Dança.

### **Tai Chi Chuan**

Arte marcial milenar, que tem como característica a prática física e mental, como meio de levar os participantes a um modo de vida mais integral, a um estado de espírito mais feliz, a uma maior vitalidade e a uma vida mais harmoniosa. R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc). 03 a 31/05 | Quartas e Sextas às 07h, 08h e 09h. Classificação: 15 anos. Área Verde da Unidade.

### **Aulões DFE (Desenvolvimento Físico Esportivo)**

03/06 a 24/06 - Aulas abertas das modalidades esportivas aos finais de semana.

03/06 a 24/06 | Sábados às 11h - Aula especial de hidroginástica (Prof.<sup>a</sup> Juliana/ Prof.<sup>a</sup> Valdirene)

03/06 a 24/06 | Sábados às 10h – Aula especial de natação (Prof.<sup>a</sup> Juliana/ Prof.<sup>a</sup> Valdirene)

Grátis. Classificação: Livre. Parque Aquático.

## **PALESTRAS E DEBATES**

### **Palestras**

Será oferecida palestra aos alunos das modalidades hidroginástica, pilates e circuito funcional, para melhoria na qualidade de vida e promoção da saúde. Tema: Mudanças da rotina. 29/06 | Quinta às 08h. 30/06 | Sexta às 19h. Grátis. Classificação: Livre. Teatro.

## **CURSOS E OFICINAS**

### **Oficina de Jogos de Raquete**

Oferecida aos nossos alunos de Iniciação Esportiva. Propomos oferecer atividades esportivas extras, difundindo novas práticas e/ou ampliando o conhecimento esportivo dos alunos participantes, por meio de conteúdos teórico-práticos e de curta duração. 21/06 e 22/06 | Quarta e Quinta às 17h. Grátis. Classificação: Livre. Local: Quadras Poliesportivas.

### **Sesc+ Verde - Visita mediada Observatório Ambiental**

Visita guiada por um educador ambiental pelos espaços verdes da unidade Barra Mansa com objetivo de identificar as árvores nativas e exóticas e suas relações com a cultura, economia e preservação do meio ambiente. Grátis. 6, 7, 8 e 9/06 | Terça a Sexta-feira, das 13h às 14h. Classificação: Livre. Área Verde. Visitas podem ser agendadas pelo telefone (24) 3324-2684.

### **Sesc+ Verde - Oficina Jardim Rupestre**

Este tipo de jardim é planejado para que pareça que foi esculpido pela natureza, onde são utilizados rochas, madeira e plantas do local se integrando com o ambiente que é construído. Nessa oficina aprenderemos a explorar melhor o espaço e aproveitar os elementos naturais para construir um bonito jardim! Grátis. 6, 7, 8 e 9/06 | Terça a Sexta-feira, das 14h às 16h. Classificação: Livre. Área Verde.

### **Sesc+ Verde - Vivência: O que eu desejo para o meio ambiente?**

No mês do meio ambiente nesta vivência iremos refletir sobre os principais problemas ambientais. Quais são e que impactos causam? Estamos fazendo nossa parte? Qual o mundo que eu desejo? Todos esses desejos serão colocados em uma cápsula que será enterrada na Unidade sob uma muda de ipê. Grátis. 6, 7, 8 e 9/06 | Terça a Sexta-feira, das 16h às 17h. Classificação: Livre. Área Verde.

### **Sesc+ Verde - Oficina Composteira Doméstica**

Construir uma composteira caseira é uma atitude de preservação do meio ambiente! Ela reduz a quantidade de lixo que iria para os aterros ou lixões além de fabricarmos nosso próprio adubo. Nesta oficina aprenderemos o passo-a-passo para construirmos uma composteira doméstica com materiais baratos e recicláveis! Grátis. 10, 11, 24 e 25/06 | Sábados e Domingos, das 10h às 12h. Classificação: Livre. Área verde da Unidade.

### **Sesc+ Verde - Oficina Desvendando as Bromélias**

As bromélias estão cada vez mais populares, pois além de lindas são fáceis de cultivar. Algumas vegetam no solo, outras nos galhos das árvores e outras em rochas nuas. São duráveis e raramente incomodadas por pragas. Depois de conhecer mais sobre elas iremos confeccionar quadros vivos com bromélias utilizando madeira de pallets usados. Grátis. 10, 11, 24 e 25/06 | Sábados e Domingos, das 13h às 15h. Classificação: 14 anos. Área verde da Unidade.

### **Sesc+ Criativo - Oficinas de Práticas Manuais**

A técnica será ensinada a partir da confecção de peças básicas, passando o conceito da técnica e convidando os participantes para o aprofundamento no curso que se iniciará em seguida. Grátis. 04/06 | Domingo, das 10h às 13h – Técnica de Fuxico. 06/06 | Terça, das 13h30 às 16h30 – Técnica de Patch Applique. Classificação: 16 anos. Varanda Rio.

### **Sesc+ Criativo - Cursos de Práticas Manuais**

Oferecer conteúdos que desenvolvam habilidades básicas, visando proporcionar ao participante a elevação de sua autoestima e uma fonte de geração de renda extra. Vagas limitadas para o público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. 06/06 | Terça, às 17h Sorteio das vagas para os cursos de Patch Applique e Fuxico. 08/06 a 29/06 | terça e Quinta, das 13h às 18h – Técnica de Patch Applique.





14/06 a 30/06 | Quarta e Sexta, das 13h às 18h – Técnica de Fuxico. Classificação: 16 anos. Varanda Rio.

#### **Sesc+ Social - Reunião**

O projeto propõe troca de experiência e incentivo à articulação comunitária de grupos de artesãos, com objetivo ligar o Sesc com a comunidade artesã, desenvolvendo e articulando os instrumentos sociais locais, com proposições e articulações que possam contribuir para protagonismo dos seus integrantes e o desenvolvimento comunitário. Livre. Grátis. 22/06 | Quinta às 14h. Classificação: Livre. Varanda Rio.

#### **Sesc+ Social - Feira de Artesanato**

A feira de artesanato visa apoiar a produção e a comercialização dos produtos confeccionados pelas artesãs, estimulando a geração de renda. Grátis. 11/06 | Domingo das 10h às 15h. Classificação: Livre. Estacionamento.

### **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

#### **Momento para Dançar**

Um encontro para dançar. Momento de lazer através da dança e diversos ritmos para socialização e bem estar. Apresentação de técnicas de dança de salão com Personal Dancer. Banda Elektra. Tarifário: R\$ 2,50 (associado) / R\$ 5,00 (meia entrada) / R\$ 10,00 (inteira). 10/06 | Sábado das 20h às 23h30. Classificação: 18 anos. Na área do Restaurante e do Parque Aquático.

#### **Espaço Jogo**

Espaço lúdico e educativo, destinado à realização de oficinas diversas, ensino de jogos tradicionais, contemporâneos e torneios. Grátis. 01 a 30/06 | Terça a Sexta, das 09h às 20h30 | Sábados, domingos e feriados, das 09h às 17h30. Classificação: Livre. Quadras e Sala de Jogos. Agendamento prévio de escolas pelo telefone (24) 3324-2976.

#### **Brinquedoteca**

Atividades recreativas para crianças de 03 até 07 anos. Grátis. 03 a 25/06 | Sábados, domingos e feriados, das 10h às 16h. Classificação: Livre.

### **Setor de Esporte e Recreação**

Empréstimo de jogos, materiais esportivos e recreativos. Obrigatória a apresentação de documento oficial impresso e/ou carteira do Sesc. Grátis. 01 a 30/06 | Terça a sexta, das 9h às 12h e das 13h30 às 20h30 | Sábados, domingos e feriados, das 09h às 17h30. Classificação: Livre. Sala de Esporte e Recreação.

### **Parque Aquático**

Banho livre em piscina adulta e piscina infantil somente para associados e dependentes Sesc. Obrigatória a apresentação de atestado médico, documento oficial impresso com foto e carteira do Sesc, além de vestimenta adequada (sungas, biquíni ou maiô não transparente). Durante exposição ao sol, faça ingestão de líquido e use filtro solar. Grátis. 01 a 30/06 | Terça a sexta, das 09h às 20h | Sábados, domingos e feriados, das 09h às 17h30. Classificação: Livre. Parque Aquático.

### **Pista de Caminhada**

Pista de 500 metros para prática da caminhada livre. Visite seu médico regularmente. Aberta à comunidade. Grátis. 01 a 30/06 | Terça a Sexta, das 07h às 21h | Sábados, domingos e feriados, das 09h às 17h30. Classificação: Livre. Pista de Caminhada.

### **Parquinho Sesc**

Área de recreação ao ar livre dedicada especialmente às crianças, planejada para o entretenimento e estímulo às atividades físicas. Espaço para brincadeiras infantis. Aberto à comunidade. 01 a 30/06 | Terça a Sexta, das 09h às 19h30 | Sábados, domingos e feriados, das 09h às 17h30. Classificação: 10 anos. Parquinho Sesc.

### **Quadra Livre**

Duas quadras poliesportivas e um campo de areia society para a prática esportiva diversa, com horários predeterminados. Sujeito a alterações de acordo com a grade de aulas do Sesc. Grátis. 01 a 30/06 | Terça a Sexta, das 09h às 20h30 | Sábados, domingos e feriados, das 09h às 17h30. Classificação: Livre. Quadras. Horários livres sujeitos à tabela de aulas.

### **Torneio de Tênis de Quadra**

Torneio que visa oportunizar a vivência ao tênis em duas vertentes: a Técnica e a recreativa. Venha participar deste torneio e descubra como pode ser prazerosa essa modalidade. Maiores informações no Setor de Esporte e Recreação da Unidade. 20/06



a 23/06 | Terça a Sexta das 17h às 20h. Grátis. Classificação: Livre. Quadra Poliesportiva.

### **Torneio de Futebol de Areia**

Com o intuito de estimular e desenvolver os alunos praticantes da modalidade, oferecemos o Torneio com viés esportivo/competitivo, favorecendo a integração entre os participantes, o respeito, determinação, e principalmente o espírito esportivo. Informe-se e traga a sua equipe! Maiores informações no Setor de Esporte e Recreação da Unidade. 27/06 a 30/06 | Terça a Sexta das 18h às 20h30. Grátis. Classificação: 14 anos. Quadra de areia.

## **Campos**

---

### **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

#### **Lazer no Sesc**

Atividades recreativas e diversificadas e para todas as idades. 01/06 a 30/06 | Grátis. Festival de jogos de mesa 9h às 16h | Sábados, domingos e feriados | Espaço Lazer. Circuito Funcional | Sábados e feriados às 9h | Ginásio Poliesportivo | Livre. Aulão de Ginástica | 10h30min às 11h30min | Sábados | Espaço Casarão | 16 anos. Vôlei | 14h às 18h | Sábados e feriados às 9h | Ginásio Poliesportivo | Livre. Aulão de hidroginástica | 11h às 12h - Sábados | Parque aquático | Livre. Polo aquático | 15h às 16h - Sábados | Parque aquático | Livre.

#### **Espaço Jogo**

Jogos tradicionais, jogos de mesa, torneios, oficinas e Espaço Infantil. 01/06 a 30/06 | Terça a domingo das 9h às 18h. Grátis | Livre.

#### **Torneios Esportivos**

**Torneio Relâmpago de Vôlei** - 11 e 25/06 | Domingo, 11h às 14h | Ginásio Poliesportivo | Grátis | 16 anos.



**Torneio Relâmpago de Futsal** - 04/06 e 18/06 | Domingo, 9h às 13h | Ginásio Poliesportivo | Grátis | 18 anos.

### **Iniciação Esportiva**

Atividades físicas para crianças, com jogos pré-desportivos, práticas de ginástica e experiência em várias modalidades esportivas. | R\$ 60 (inteira) | R\$ 35 (associado Sesc).

**Iniciação Esportiva de Base** - Terça e quinta, 15h | Quartas e sextas, 9h e 16h | 4 a 6 anos.

**Iniciação Esportiva Geral** - Quartas e sextas, 10h e 17h | Terça e quinta, 16h | 7 a 10 anos.

### **Futsal**

Desenvolvimento físico esportivo na modalidade, com iniciação às regras, passes, domínio de bola e trabalho em equipe. | Terça e quinta | 17h15. 11 a 14 anos. | 18h30. 15 a 17 anos | R\$ 60 (inteira) | R\$ 35 (associado Sesc).

### **Natação**

Iniciação à natação por meio de fundamentos básicos e específicos. | Terça e quinta. 9h e 16h. 7 a 10 anos | 10h e 17h. 11 a 14 anos | Quartas e sextas. 10h, 11h e 16h. 7 a 10 anos | 17h. 11 a 14 anos | R\$ 85 (inteira) | R\$ 50 (assoc. Sesc).

### **Hidroginástica**

Exercícios físicos na piscina, utilizando fundamentos básicos e específicos. | Terça e quinta, 7h e 19h | Quartas e sextas, 8h, 9h e 18h | R\$ 85 (inteira) | R\$ 50 (assoc. Sesc) | 15 anos.

### **Circuito Funcional**

Atividade física desenvolvida utilizando circuito de exercícios específicos. | Quartas e sextas, 7h e 8h | R\$ 85 (inteira) | R\$ 50 (assoc. Sesc) | 15 anos.

### **Pilates**

O Pilates prima pela qualidade de repetições, com grande variedade de movimentos feitos com concentração e consciência corporal, utilizando basicamente a força da gravidade sobre o corpo. Aulas. | Terça e quinta, 16, 17h, 18h e 19h | Quartas e sextas, 8h, 9h, 10h e 11h | R\$ 85 (inteira) | R\$ 50 (assoc. Sesc) | 15 anos.

### **Ritmos**

Aulas de dança com diversos ritmos e estilos, de modo a contribuir com o desenvolvimento da capacidade física. | Terça e quinta, 10h e 11h | Quarta e sexta, 18h, 19h e 20h | R\$ 85 (inteira) | R\$ 50 (assoc. Sesc) | 15 anos.

### **Experimentação**

O Sesc realiza uma aula experimental nas modalidades esportivas abaixo, prospectando alunos interessados em desenvolver suas habilidades em cada esporte.

Ritmos | 06/06 a 29/06 | Terças e quintas, 12h. Quartas e sextas, 16h | Espaço Dança. Grátis | 15 anos.

## **CURSOS E OFICINAS**

### **Curso de introdução ao circo**

Aulas práticas e teóricas de malabares, perna de pau, acrobacias, clown, aéreo, solo, tecido, lira, etc. Turma 01 - 06 a 12 anos | sábados de 14h às 16h | Ginásio Poliesportivo | Turma 02 – a partir de 13 anos | sábados de 16h às 18h | Ginásio Poliesportivo.

## **LITERATURA**

### **Projeto Sesc Primeiros Olhares - Apresentação da Contação de histórias**

Tapetes Falantes, participação da Professora, arte-educadora, contadora de histórias Dircéa Damasceno. Tapetes coloridos transformam - se em alegres cenários onde rios, plantas, gente e animais de pano dão vida às narrativas de contos populares. 07/06 | 14h | Espaço Multimídia Livre | Duração: 50min.

## IDOSOS

### Sesc+ Vida

Atividades especiais voltadas para o público idoso. | Grátis | 60 anos. Reunião | 01/06 | 10h às 11h. Espaço Multimídia. 60 anos.

### Comer é Divertido

Ações voltadas para Prática Alimentar e Nutricional com atividade Lúdicas. | 13/06  
terças 14h às 16h | Casarão das Artes | Grátis | Livre.

### Percurso Saúde

Orientações e Aferições | 01/06 a 29/06 | Terças, quintas, 9h às 11h | Espaço Plural | Grátis | Livre.

## PROJETOS ESPECIAIS

### Roda Cultural

**Sesc Primeiros Olhares - Homem da Lua** - O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. Direção: Stephan Schesch , Sarah Clara / Gênero: Animação / Duração: 95 min. / Ano: 2012 / Idioma de áudio: Português/Francês. 24/06 / Sábado, 14h. / Espaço Multimídia | Grátis | Livre.

**Hipócrates** - Benjamin (Vincent Lacoste) é residente no mesmo hospital que seu pai (Jacques Gamblin) trabalha. Um dia, ao ser chamado no plantão, ele atende um paciente regular, apelidado de Tsunami (Thierry Levaret). Como não havia como fazer um exame devido ao aparelho necessário estar quebrado, Benjamin apenas receita um analgésico. No dia seguinte, ao chegar ao hospital, descobre que o paciente morreu.

Devastado pela notícia, ele é protegido pelo pai, que divulga a todos que o filho havia feito o tal exame. Esta situação atinge em cheio a autoconfiança de Benjamin, especialmente quando precisa lidar com outro residente, Abdel (Reda Kaleb), que veio de outro país e mora em um alojamento no próprio hospital. Diretor: Thomas Liti / Gênero: Comédia/Drama / Duração: 102 min. / Ano: 2014 / Idioma de Áudio: Francês / 24/06 / Sábado, 17h. / Espaço Multimídia / Grátis / 12 anos.

**Jogo!** - Espetáculo teatral do grupo Bando de Palhaços, vencedor do prêmio CBTIJ 2016 na categoria Melhor Coletivo de Atores, realiza uma viagem pelo mundo dos esportes, numa emocionante e divertida partida na qual, muito mais importante do que ganhar ou perder, é o prazer de jogar. Com uma trilha sonora composta por músicas clássicas, e fortemente inspirado na estética dos desenhos animados antigos, trata-se de um espetáculo que agrada não somente às crianças, mas a todo o público que o assiste. 24/06 | 11h às 12h | Espaço Multimídia | Livre.

**Grupo Maria Filó** - Apresentação musical com o Grupo Maria Filó surgiu em 2006 na Baixada Fluminense após o encontro de dois grandes amigos , Kriss Alan e Dodô do Acordeom. Após muitos encontros musicais incentivados por Bacurau ( Filhos do Nordeste ) , Zé do Gato e o público presente nos ensaios , Kriss Alan e Dodô do Acordeon resolveram em 2006 fundar o Grupo Maria Filó.

O Grupo teve como referências a cultura tradicional nordestina, resgatando obras de mestres como Luiz Gonzaga, Marinês, Sivuca e Dominginhos. Buscando sempre ter em suas apresentações características de musicalidade, emoção e energia, o grupo foi incluindo cada vez mais músicos na sua formação original, chegando em 2013 com a formação de oito componentes. Nessa trajetória conquistou títulos importantes em todos os festivais de forró que participou, tendo como destaques grupo de maior destaque no festival de forró da Ilha Grande e revelação como cantora e terceiro lugar no Festival Nacional de Itaúnas.

Em 2014 o Maria Filó coloca toda a sua musicalidade no seu show, incluindo maracatu, carimbó e coco nas suas apresentações. 24/06 | 13h às 14h | Espaço Plural | Livre.

**Oficina de Grafite** - Experimentação é uma atividade de aproximação dos participantes com o universo do grafite e da arte de rua. Proporciona inicialmente uma contextualização histórica do que é essa arte, em seguida trata dos preparativos e cuidados necessários para realizar e por fim os participantes tem um contato direto

orientado, com a ferramenta dessa atividade artística, a tinta em spray. 24/06 | 14h às 16h | Ginásio Poliesportivo | Livre.

**Contação de história - Saudade, um conto para sete dias, com Natasha Corbelino** - Saudade, um conto para sete dias fala de um sábio Rei que responde a todas as perguntas. Um dia, Fernando, poeta, pergunta: “O que é a saudade?” O Rei ordena que encontrem a resposta. Ele terá sete dias para responder ao menino poeta. Será que todos os sentimentos podem ser explicados com palavras ou há coisas que não se pode explicar, “apenas” sentir? A busca do Rei modifica sua relação com as palavras e com os sentimentos. 24/06 | 10h às 11h | Espaço Plural | Livre.

**De carona pelo Brasil com os irmãos Grimm, com Cia. Histórias pra Boi Dormir** - Com o objetivo de resgatar as histórias clássicas escritas pelos irmãos Grimm, a Cia Histórias pra Boi Dormir, criou esse espetáculo de contação, mesclando as histórias famosas dos alemães com nossa Brasilidade folclórica. Nessa contação os personagens estão sempre em alguma situação engraçada e misteriosa, assim como eram os contos mais antigos. Cheios de mistérios e suspense, eles estão em busca de algo, e se metem em grandes aventuras. 24/06 | 16h às 17h | Espaço Plural | Livre.

### **Espaços de Leitura**

Stand com pequeno acervo literário e um espaço aconchegante de leitura e contação de Histórias para toda a família. 24/06 | 9h às 18h | Espaço Plural | Livre.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Sesc Primeiros Olhares - Homem da Lua**

O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. Direção: Stephan Schesch , Sarah Clara | Gênero: Animação | Duração: 95 min. | Ano: 2012 | Idioma de áudio: Português | Francês | COR. . Sessões:



Domingo, às 14h | 04/06 e 11/06 | Quarta, 9h e 14h | 14/06 | Espaço Multimídia. | Grátis. | Livre.

### **Sesc Primeiros Olhares - Asterix e o Domínio dos Deuses**

O imperador romano Júlio César sempre quis derrotar os irredutíveis gauleses, mas jamais teve sucesso em seus planos de conquista. Até que, um dia, ele resolve mudar de estratégia. Ao invés de atacá-los, passa a oferecer os prazeres da civilização aos gauleses. Desta forma, Júlio César ordena a construção da Terra dos Deuses ao redor da vila gaulesa, de forma a impressioná-los e, assim, convencê-los a se unir ao império romano. Só que a dupla Asterix e Obelix não está nem um pouco disposta a cooperar com os planos de César  
Diretor: Hiromasa Yonebayashi. Diretor: Louis Clichy, Gênero: Animação, Duração: 86 min., Ano: 2016. , Idioma de áudio: Português/Francês, COR. 18/06 e 25/06 | Sessões: Domingo, 14h | 21/06 - Quarta-feira, 9h e 14h | Espaço Multimídia | Grátis | Livre.

### **Contações de histórias: Tapetes Falantes**

Participação da Professora, arte-educadora, contadora de histórias Dircéa Damasceno - Tapetes coloridos transformam-se em alegres cenários onde rios, plantas, gente e animais de pano dão vida às narrativas de contos populares e clássicos da literatura infantil. Sentados em roda, crianças e adultos se encontram, misturando imagem, manipulação e fantasia numa alquimia que encanta a criança que ora dentro de cada um. Duração: 50min. Com a participação da professora, arte-educadora, contadora de histórias. | 07/06 | Quarta, 10h e 14h | Espaço Multimídia | Grátis | Livre.

## **Copacabana**

---

### **ARTES CÊNICAS**

#### **Ocupação Marcelino Freire - Palavra Amassada Entre os Dentes**

**Um Sol de Muito Tempo** - Performance solo de Wilson Belém, dirigida por Cadú Cinelli, a partir dos contos de Marcelino Freire. Os contos selecionados foram *A última sessão*, *Belinha*, *A acompanhante*, *Hora do banho*, *Vovô Valério vai voar*, *Vovô* e *Troca de alianças*, de Marcelino Freire, que abordam o tema da senilidade e a questão da

passagem do tempo incidindo sobre corpos, mentes e sentidos. R\$ 25,00 (inteira) | R\$ 12 (meia-entrada) | R\$ 6,00 (associado Sesc). 09/05 a 01/06. | Terça a Quinta às 20h. 14 anos. Cine-Teatro.

**Contos Negreiros do Brasil** - Um espetáculo documentário sobre a condição real e atual da negra e do negro no Brasil; seja o jovem estudante, o gay negro, a negra hipersexualizada pela sociedade, o menor infrator, a prostituta e a idosa.

Os personagens veem as cenas por meio das estatísticas apresentadas pelo sociólogo e filósofo Rodrigo França, dados atuais que são expostos para plateia. Os atores Aline Borges e Milton Filho interpretam todos os personagens contidos no livro de Marcelino Freire, “Contos Negreiros”.

O espetáculo “Contos Negreiros do Brasil” leva o público a presentificar índices estatísticos, contextualizados com cenas que reproduzem dores, paixões, medos, alegrias e angústias. A carne negra é exposta em suas dimensões e experiências reais, sociais e culturais.

Texto de Marcelino Freire, um espetáculo de Aline Borges, Fernando Philbert, Milton Filho e Rodrigo França, com Aline Borges, Milton Filho e Rodrigo França, no elenco. R\$ 25,00 (inteira) | R\$ 12 (meia-entrada) | R\$ 6,00 (associado Sesc). 12/05 a 04/06. | Sexta e sábado às 19h. | Domingo às 18h. 14 anos. Multiuso.

**Balé Ralé** - É o novo espetáculo da companhia Teatro de Extremos, com dramaturgia e direção de Fabiano de Freitas. O projeto dá continuidade à trajetória da companhia, marcada pela reflexão de algumas questões emergentes do país e do mundo, que atravessam conteúdos ligados à diversidade, a territorialidade, a modernidade e seu reflexo sobre o homem contemporâneo, numa reflexão contundente sobre os limites do corpo e da sociedade e de como estes podem estar dotados de uma potência revolucionária.

Falas, frases, falos, frases roubadas, pedaços vivos de cotidiano, matéria, coisa. Balé Ralé é música pros olhos. Existe um destino trágico dos que estão na vanguarda. Estar conectado há um tempo, mas também a um espaço: o Rio, o Brasil, o mar, o sertão, o Mundo. Em uma difusa e dispersa pós-modernidade, personagens marginais, buscam por identidade. Balé Ralé é no presente. Balé Ralé é um exercício de auto escuta. É o homem, atribulado, perturbado por si, tentando, entre acordes e fugas, entre semitons e batuques, ouvir, auscultar a si mesmo. Personagens que são monstros, que

despertam como vulcões, seres atolados que decidem cantar o que escutam nos seus próprios corações. Sensualidade, miséria, amor, vingança, ódio, existência. Pra falar de coisas concretas recorreremos ao melífluo universo do velado, da escuridão: um cabaré. Com ações extremadas estes personagens não se limitam ao indivíduo, são o próprio mundo. R\$ 25,00 (inteira) | R\$ 12 (meia-entrada) | R\$ 6,00 (associado Sesc). 11/05 a 04/06. | Quinta, sexta e sábado às 20h30. | Domingo às 19h. 16 anos. Arena.

**Programa Pentésiléia. Treinamento para a Batalha Final** - Da autora Lina Prosa, lança mão do mito das amazonas, mais precisamente da narrativa do encontro entre a rainha Pentésiléia e o herói Aquiles, para repensar o próprio mito, que revela inúmeros aspectos do dualismo entre masculino e feminino. A amazona Pentésiléia de Lina Prosa encontra a amazona Maria Esmeralda, no alto dos seus 80 anos: um corpo vivido, repleto de marcas, de outros corpos, de muitas narrativas, de muitos teatros. Pentésiléia se prepara para um hipotético encontro com o herói Aquiles. Ainda que abandonada em um asilo/hospício/prisão/convento, a rainha guerreira surge plena de potência e de sabedoria e em seu delírio lúcido Aquiles não é mais que a projeção de uma luta interior, dilacerante, entre o masculino e o feminino, no qual o plano da realidade da obra muitas vezes se confunde com o da narrativa mítica. R\$ 25,00 (inteira) | R\$ 12 (meia-entrada) | R\$ 6,00 (associado Sesc). 01/06 a 25/06. | Quinta, sexta e sábado às 21h. | Domingo às 20h. 16 anos. Mezanino.

**A Estrela Sobe** - Um romance escrito pelo autor brasileiro Marques Rebelo e que não é levado aos palcos há mais de vinte anos. Essa incrível obra retrata o Rio de Janeiro dos anos 40 contando a história de Leniza Mayer, uma vendedora de produtos de um laboratório farmacêutico que sonha em fazer carreira no rádio. Ela conhece num “sorvete dançante” um advogado chamado Mário Alves, que promete apresentá-la ao diretor da Rádio Metrópole. Leniza faz um teste, consegue um contrato na rádio e passa a se envolver com a cantora famosa Dulce Veiga, sua incentivadora. Mais tarde, Leniza a troca por Amaro, o patrocinador da rádio onde trabalha e que a ajuda a conseguir grandes shows no Cassino da Urca. Engravidando dele, decide abortar. Consequentemente, Leniza fica doente, mas é acolhida pela mãe. Porém, ao tomar conhecimento de sua relação com Dulce Veiga, sua mãe abandona a casa. Sozinha, Leniza dedica-se à carreira: a estrela sobe. R\$ 25,00 (inteira) | R\$ 12 (meia-entrada) | R\$ 6,00 (associado Sesc). 08/06 a 02/07. | Quinta, sexta e sábado às 20h30. | Domingo às 19h. 16 anos. Arena.

**Toque** - Um espetáculo onde dança urbana, percussão corporal e imagem em movimento, criam camadas de composição que tratam, a partir do toque, as tensões entre espaço e tempo e a busca por alteridade. É o encontro de três artistas de trajetórias distintas entre nacionalidades, inspirações e suportes - Gustavo Gelmini, Renato Cruz e Cyril Hernandez.

Gustavo Gelmini é o diretor do espetáculo e artista visual, que busca na dança urbana e na parceria com Renato Cruz, o lugar de inspiração e expressão de uma identidade pulsante nas ruas do Rio de Janeiro; Renato Cruz, coreógrafo e intérprete, diretor da Cia Híbrida, traz o discurso que aponta para além dos estereótipos que a dança de rua tradicionalmente imprime, tratando com sutileza e humanidade o lugar do homem contemporâneo, urbano e marginalizado em um ambiente brutal, sexista e consumista. E o músico francês Cyril Hernandez, um artista que rompe com a estrutura tradicional da percussão, trazendo uma gama de sonoridades compostas por uma identidade bem particular, e em especial, com seu trabalho de percussão corporal e tecnologia em cena. R\$ 25,00 (inteira) | R\$ 12 (meia-entrada) | R\$ 6,00 (associado Sesc). 09/06 a 02/07. | Sexta e sábado às 19h. | Domingo às 18h. Livre. Multiuso.

## **CURSOS E OFICINAS**

### **Espaço Corpo - O Espaço Como Parceiro, por Raquel Karro**

Investigação das qualidades do movimento na construção de narrativas gestuais e sonoras. Um trabalho de auto percepção, de consciência de si mesmo, de si no espaço, de si com o outro, de si como pequena partícula do todo, de si como a totalidade. Os encontros buscam construir uma dramaturgia do movimento em tempo real. Dançar o que falamos ao contar o que dançamos. O aparelho vocal estimulado junto ao gesto, alinhavando imagens, sensações e memória. Jogos coletivos com foco na ocupação do espaço e percepção do grupo conduzirão, gradativamente, ao campo da composição cênica, da criação. Cada movimento percebido como complexo e interessante. Cada silêncio valorizado. Bem vindas às contradições e os lapsos.

Forma de seleção: Enviar e-mail para [sescopacabana.inscricoes@sescrj.org.br](mailto:sescopacabana.inscricoes@sescrj.org.br) com carta de intenção + currículo. Grátis. 01/06 a 20/07 | Terça e quinta às 12h30. 18 anos. Sala Leblon.

### **Ciclo de Encontros – A Arte Como Produção do real com Samantha Brasil**

Bate-papo informal sobre o desenvolvimento do imaginário social na arte como produção do real a partir de diferentes gêneros de filmes feitos por mulheres, com mulheres, para mulheres. A partir de filmes-chave como “O congresso futurista”, de Ari Folman, que aborda a força política da mulher na indústria do entretenimento e na realidade virtual como um espelhamento da sociedade e do filme “A alma da gente”, de Helena Solberg, única mulher a dirigir um filme que pertence ao movimento do Cinema Novo no Brasil, traçaremos um panorama sobre o imaginário coletivo acerca da influência das artes na vida através do cinema. Grátis. 21/06 | Quarta às 18h. 12 anos. Cine-Teatro.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Panorama Sesc Cinema - Amar, Beber e Cantar**

Um grupo de teatro amador está ensaiando uma nova peça, quando uma notícia triste abala a todos: George, amigo próximo da trupe, está doente. De acordo com os médicos, ele tem no máximo seis meses de vida. Enquanto as mulheres do grupo começam a relembrar a antiga paixão pelo mulherengo George, os homens têm uma ideia inusitada: e se o amigo doente fosse chamado para interpretar um dos personagens da peça? Grátis. 07/06 | Quarta às 16h. 12 anos. Cine Teatro. Senhas distribuídas meia hora antes do filme.

### **Nós Somos as Melhores**

Bobo (Mira Barkhammar) e Klara (Mira Grosin) têm 12 anos e são amigas inseparáveis. Elas são fãs de punk e sentem-se deslocadas na escola e em suas famílias, já que todos dizem que o punk morreu. Um dia, como provocação a um grupo de garotos, elas resolvem montar uma banda. Não demora muito para que convidem para o grupo Hedvig (Liv LeMoyne), devido ao seu talento no violão. Entretanto, Hedvig é cristã e nada tem a ver com o estilo punk de ser, tendo que ser iniciada no movimento por Bobo e Klara. Grátis. 14/06 | Quarta às 16h. 12 anos. Cine Teatro. Senhas distribuídas meia hora antes do filme.

### **O Congresso Futurista**

Uma atriz em fim de carreira (Robin Wright) decide aceitar uma proposta ousada, mas muito bem paga, para ter melhores condições de cuidar de seu filho, portador de deficiência física. Segundo o acordo, ela deve colaborar com uma empresa que vai fazer uma versão digital de sua imagem, criando assim uma atriz virtual idêntica a ela mesma. Enquanto a empresa pode utilizar essa imagem virtual para os fins que desejar, a atriz real será proibida de atuar até o resto de sua vida. Aos poucos, ela começa a perceber as consequências catastróficas da atitude que tomou. Grátis. 21/06 | Quarta às 16h. 12 anos. Cine Teatro. Senhas distribuídas meia hora antes do filme.

### **Viver é Fácil Com os Olhos Fechados**

Em plena década de 60, Antônio (Javier Cámara), um modesto professor de inglês, é fã incondicional dos Beatles e sonha em conhecer seu ídolo, John Lennon. Para encontrar o seu “herói”, o professor irá viajar até Almeria e no meio do caminho irá esbarrar com dois jovens: Belén (Natalia de Molina), uma moça de vinte anos e Juanjo (Francesc Colomer), um garoto de dezesseis que está fugindo de seu pai autoritário. O encontro destas três pessoas fará a vida de cada uma tomar rumos imprevisíveis. Grátis. 28/06 | Quarta às 16h. 14 anos. Cine Teatro. Senhas distribuídas meia hora antes do filme.

## **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

### **Momento Para Dançar - Chá da Tarde**

Encontro dançante, com música ao vivo, proporcionando um momento de lazer através de dança, socialização e bem estar aos associados, com monitores para animar o baile. Neste evento o tema é Arraiá. R\$ 30,00 | R\$ 25,00 (Associados e dependentes). 23/06. | Sexta às 15h30. 15 anos.

## **AULAS DE ESPORTE**

### **Pilates**

Modalidade que prima pela qualidade de repetições, com grande variedade de movimentos feitos com concentração e consciência corporal, utilizando basicamente a força da gravidade sobre o corpo. Os exercícios de solo focam a ação dos músculos

abdominais, gerando melhoria da tonificação muscular, realinhamento postural e flexibilidade. R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (Associados e dependentes). 03/04 a 28/04. | Segundas e quartas - 17h e 19h | Terças e quintas - 8h, 10h, 11h, 13h, 14h, 15h, 16h e 19h | Quartas e sextas - 10h, 11h, 13h, 14h, 15h e 16h. 15 anos.

### **Ginástica**

Modalidade que envolve a prática de uma série de movimentos que exigem força, flexibilidade e coordenação motora, é praticada por ambos os sexos, com objetivos educacionais, terapêuticos, de lazer, condicionamento, apresentação artística, entre outros. R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (Associados e dependentes). 03/04 a 28/04. | Segundas e quartas - 18h e 20h | Terças e quintas - 9h e 18h | Quartas e sextas - 8h e 9h. 15 anos.

### **Ritmos**

Proporciona um conhecimento mais profundo de nossos corpos: seus limites, a beleza de seus movimentos, a alegria da expressão corporal. Trabalha também a coordenação motora, agilidade, ritmo e percepção espacial, desenvolvendo a musculatura corporal de forma integrada e natural, permitindo uma melhora na autoestima e quebra de diversos bloqueios psicológicos, possibilitando o convívio e o aumento do rol de relações sociais, tornando-se uma opção de lazer e promovendo inclusive melhora de doenças e outros problemas. R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (Associados e dependentes). 04/04 a 27/04. | Terças e quintas - 17h, 18h, 19h e 20h. 15 anos.

### **Circuito Funcional**

Técnica de treinamento físico que tem como base a utilização dos padrões fundamentais do movimento humano (empurrar, puxar, agachar, girar, lançar, dentre outros), envolvendo a integração do corpo todo para gerar um gesto motor específico em diferentes planos de movimento, sendo realizado em lugares variados (pista, sala, ginásio) com exercícios diferentes. Trabalha de uma única vez atributos como força, equilíbrio, agilidade e capacidade cardiorrespiratória. R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (Associados e dependentes). 04/04 a 27/04. | Terças e quintas - 20h. 15 anos.

## Duque de Caxias

---

### TORNEIOS E RECREAÇÃO

#### Espaço Jogo

Espaço ambientado e equipado com jogos de tabuleiro. A utilização desse espaço será destinada para realização de jogos como xadrez, dama, dominó, futebol de botão e totó. Assim como, jogos que estimulam as práticas esportivas e a cultura corporal do movimento, sem alusão a violência e a valores impróprios para determinada faixa etária ou para a boa convivência em sociedade. Crianças até 12 anos, somente acompanhadas. Grátis. Terças, quintas e sábados | 10h às 16h. Livre.

#### Lazer no Sesc

Programação especial de lazer atrativa e prazerosa para o público do Sesc, realizado durante a semana atendendo a todas as idades. Grátis. Terças, quintas e sábados | 8h às 16h. Livre.

Atividades oferecidas são:

**Danças Típicas** - terças e quintas, 8h às 8h50.

**Flexibilidade e Relaxamento** - terças e quintas, 16h às 16h50.

**Recreação** - sábados, 8h às 9h50. Relaxamento – sábados, 10h às 11h.

### CURSOS E OFICINAS

#### Sesc+ Criativo: Curso de Macramê

Curso de trabalhos manuais com macramê, onde serão trabalhadas produções de peças diversas de suportes e decorativos com o uso da técnica. Serão confeccionadas peças como suportes para vasos, toalhas (acabamentos), forro de mesas, enfeites. Grátis. Quartas e sextas | 13h às 17h. 16 anos.

#### Sesc+ Verde: Oficina “Minha Primeira Horta”

Serão realizadas quatro Oficinas de Plantio de Aromáticas e Ornamentais – Nestas oficinas objetiva-se fomentar hábitos saudáveis e cuidados com o meio ambiente,





além de motivar a realização do plantio de hortaliças e aromáticas em diversos espaços como, por exemplo, nas residências. Grátis. Sábados | 14h. Livre.

#### **Sesc+ Futuro: Oficina de Áudio Visual com Utilização de Mídias Alternativas**

A oficina tem o propósito de estimular o olhar crítico sobre a produção cultural no cenário da baixada fluminense. Esta atividade integra o conjunto de ações do projeto SESC+ Futuro qualificando os participantes para a produção de um mapeamento cultural e um sarau no qual os mesmos sejam os protagonistas. Vagas limitadas. 17/06 | 15h às 17h. 12 à 29 anos. Inscrições antecipadas pelo tel.: 3659 - 8474.

#### **Sesc+ Criativo: Oficina de Macramê**

Oficina de trabalhos manuais com macramê, onde os participantes serão apresentados as técnicas iniciais do trançado macramê e a múltiplas possibilidade de utilização da técnica para acabamentos e decorativos de peças. Grátis. 23/06 | 10h às 15h. Livre.

#### **Sesc+ Futuro: Oficina de Mobilização e Produção Cultural em Áreas de Periferias**

A oficina tem o propósito de estimular o olhar crítico sobre a produção cultural no cenário da baixada fluminense. Vagas limitadas. 24/06 | 15h às 17h. 12 a 29 anos. Inscrições antecipadas pelo tel.: 3659 - 8474.

#### **Percurso Saúde – Curso Envelhecimento Saudável**

Encontros mensais para a construção coletiva de conhecimentos acerca do envelhecimento saudável, apontando caminhos para longevidade mais plena. Grátis. 27/06 | 8h30 às 11h30. Livre. Inscrições pelo telefone: 3659-8391.

#### **Percurso Saúde – Oficina Combate ao Estresse**

Oficina de técnicas de combate ao estresse. Grátis. 29/06 | 9h às 11h. Livre.

### **AULAS DE ESPORTES**

#### **Judô**

Arte marcial praticada como esporte olímpico. Sua proposta no SESC Duque de Caxias é uma educação cidadã com base na cultura corporal do movimento, onde se ensina valores como respeito, disciplina, resignação, fortalecendo o físico, a mente e o espírito de forma integrada, além de desenvolver técnicas de defesa pessoal. Grátis (

inscritos no PCG) | R\$35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terças e quintas | 8h e 15h (11 a 14 anos)  
| 9h e 16h (acima de 15 anos).

### **Iniciação Esportiva Geral**

Atividades com diversos esportes olímpicos para desenvolver crianças em sua totalidade. Sua proposta no Sesc Duque de Caxias é uma educação cidadã com base na cultura corporal do movimento, onde se ensina valores como respeito, disciplina, ressignação, trabalhando em equipe. Grátis ( inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terças e quintas | 14h. 7 a 10 anos.

### **Circuito Funcional**

Atividade física que tem como objetivo a promoção da saúde, ajudando a reduzir peso corporal, através da melhora de movimento como: empurrar, puxar, agachar, dentre outros. Melhorando o corpo para as atividades do dia a dia. R\$ 50 (assoc. Sesc) | R\$ 85. Terças e quintas | 9h às 9h50. 15 anos.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Panorama Sesc Cinema: Viver é Fácil - Arte e Vida no Cinema**

Em junho, o Sesc exhibe filmes que apresentam a importância e a potência da arte na vida de seus personagens. A arte enquanto desejo, obsessão, redenção, ruína e idolatria. Enquanto comunicação e cultura. Um olhar sobre passado, presente e futuro através das manifestações artísticas e seus impactos nos indivíduos e na sociedade. Grátis.

**Amar, Beber, Cantar** - de Alain Resnais - Um grupo de teatro amador está ensaiando uma nova peça, quando uma notícia triste abala a todos: George, amigo próximo da trupe, está doente. De acordo com os médicos, ele tem no máximo seis meses de vida. Enquanto as mulheres do grupo começam a lembrar a antiga paixão pelo mulherengo George, os homens têm uma ideia inusitada: e se o amigo doente fosse chamado para interpretar um dos personagens da peça? Comédia Dramática, 108 minutos, França, 2014. 03/06 | 10h e 14h. 12 anos.

**O Congresso Futurista** - de Ari Folma - Uma atriz em fim de carreira (Robin Wright) decide aceitar uma proposta ousada, mas muito bem paga, para ter melhores condições de cuidar de seu filho, portador de deficiência física. Segundo o acordo, ela

deve colaborar com uma empresa que vai fazer uma versão digital de sua imagem, criando assim uma atriz virtual idêntica à ela mesma. Enquanto a empresa pode utilizar essa imagem virtual para os fins que desejar, a atriz real será proibida de atuar até o resto de sua vida. Aos poucos, ela começa a perceber as consequências catastróficas da atitude que tomou. Animação, 123 minutos, Israel / Alemanha / Polônia / Luxemburgo / França / Bélgica, 2014. 17/06 | 10h e 14h. 12 anos.

**A Alma da Gente** - de Helena Solberg, David Meyer - Em 2002, o coreógrafo Ivaldo Bertazzo coordenou um projeto de dança com adolescentes moradores da Favela da Maré, levando à apresentação do espetáculo "Dança das Marés". O documentário mostra a rotina de treinos e a interação entre os participantes, revelando os sonhos destes jovens para o futuro. Dez anos mais tarde, em 2012, os diretores procuraram os dançarinos para compreender o impacto deste evento em suas vidas, e para ver se conseguiram conquistar os desejos de infância. Documentário. 82 minutos, Brasil, 2013. 24/06 | 10h e 14h. 10 anos.

## **IDOSOS**

### **Sesc+ Vida: Oficina de Danças Populares para Idosos**

A oficina desenvolverá um trabalho dinâmico que contribuirá com a construção de vínculos, estimulando a autoestima, estabelecendo benefícios à motricidade da pessoa idosa e desenvolvendo a sua capacidade cognitiva e conhecimentos de cultura, folclore e demais costumes do Brasil envolvendo a dança, trabalhando o corpo de maneira lúdica e criativa. Grátis. Quartas | 10h às 12h. 60 anos.

### **Sesc+ Vida: Oficina da Memória para Idosos**

A Oficina desenvolverá um trabalho dinâmico que contribuirá com a construção de vínculos, estimulando a autoestima, estabelecendo benefícios à motricidade da pessoa idosa e desenvolvendo a sua capacidade cognitiva e conhecimentos de cultura, folclore e demais costumes do Brasil envolvendo a dança, trabalhando o corpo de maneira lúdica e criativa. Grátis. Quintas | 10h às 12h. 60 anos.

### **Sesc+ Vida: Oficina de Teatro para Idosos**

A Oficina desenvolverá um trabalho dinâmico que contribuirá com a construção de vínculos, estimulando a autoestima, estabelecendo benefícios à motricidade da pessoa

idosa e desenvolvendo a sua capacidade cognitiva e conhecimentos de cultura, folclore e demais costumes do Brasil envolvendo a dança, trabalhando o corpo de maneira lúdica e criativa. Grátis. Sextas | 10h às 12h. 60 anos.

### **Sesc+ Vida: Reuniões de Convivência – Idosos**

Momento de acolhimento e valorização do idoso, troca de experiências, dinâmicas de grupo, divulgação de informes, avaliação e acompanhamento das atividades propostas e demais propostas de socialização e integração do público idoso, fomentando cidadania, protagonismo e empoderamento dos usuários. Continuação das novas inscrições, agendamento de entrevistas para usuários interessados em participar das atividades em grupo propostas. Grátis. 6 e 20/06 | 9h30. 60 anos.

## **INFANTIL**

### **Sesc Primeiros Olhares**

Programação direcionada ao público infanto-juvenil com o intuito de diversificar seu repertório artístico-cultural. Grátis.

**O Homem da Lua** - de Stephan Schesch, Sarah Clara Weber - O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. Animação, 95 minutos, França/Irlanda/Alemanha. 09/06 | 10h e 14h. Livre.

**Asterix e o Domínio dos Deuses** - de Louis Clichy, Alexandre Astier - O imperador romano Júlio César sempre quis derrotar os irredutíveis gauleses, mas jamais teve sucesso em seus planos de conquista. Até que, um dia, ele resolve mudar de estratégia. Ao invés de atacá-los, passa a oferecer os prazeres da civilização aos gauleses. Desta forma, Júlio César ordena a construção da Terra dos Deuses ao redor da vila gaulesa, de forma a impressioná-los e, assim, convencê-los a se unir ao império romano. Só que a dupla Asterix e Obelix não está nem um pouco disposta a cooperar com os planos de César. Animação, 86 minutos, França/ Bélgica, 2016. 23/06 | 10h e 14h. Livre.

## **LITERATURA**

### **Percurso Saúde – Palestra Alimentação Saudável**

Abordagem sobre a alimentação saudável. Grátis. 20/06 | 14h às 15h. 22/06 | 9h às 10h. Livre.

### **Percurso Saúde – Campanha**

Palestra sobre saúde e saneamento básico - 06/06 | 14h.

Alimentação e sustentabilidade – 09/06 | 9h.

Orientação sobre agrotóxicos- 10/06 | 9h.

### **Sesc+ Verde: Visita Mediada à Horta**

A programação consistirá na visita mediada à horta da U.O, especificamente às espécies aromáticas dispostas no referido espaço. Na ocasião, serão apresentadas algumas das principais características e funções das espécies. Para incentivar a cultura da horta caseira, serão dadas orientações relativas ao cuidado das espécies sobre as quais a realização será dedicada a aprofundar o conhecimento. Grátis. 24/06 | 10h. Livre.

### **Sesc+ Criativo: Palestra O artesão e a sustentabilidade**

Palestra abordando a temática da sustentabilidade nos grupos de trabalhos de artesanato. Grátis. 23/06 | 15h às 17h. 16 anos.

## **PROJETOS ESPECIAIS**

### **Roda Cultural**

Grátis. 10/6 | 10h às 15h.

**Contação de histórias “De carona pelo Brasil com os Irmãos Grimm”** - Com o objetivo de resgatar as histórias clássicas escritas pelos irmãos Grimm, a Cia Histórias pra Boi Dormir, criou esse espetáculo de contação, mesclando as histórias famosas dos alemães com nossa Brasilidade folclórica. Nessa contação os personagens estão sempre em alguma situação engraçada e misteriosa, assim como eram os contos mais antigos. Cheios de mistérios e suspense, eles estão em busca de algo, e se metem em grandes aventuras. 10h. Livre.



**Literatura: Espaços de Leitura** - Estande com pequeno acervo literário e um espaço aconchegante de leitura e contação de Histórias para toda a família. 10h às 17h. Livre.

**Literatura: Roda de Leitura LiteraCaxias** - Marlon Souza e Nathalia Higino, organizadores do LiteraCaxias - Circuito Literário da Baixada Fluminense, convidam diversos autores para uma roda de leitura de autores brasileiros contemporâneos, entre eles: Leoney Santos, do canal Trilhando Histórias, publicou dois contos na antologia "Contos ao Vento" e Carol Dias, lançou seu primeiro livro intitulado "Clichê", pela Ler Editorial em 2016. 11h. Grátis.

**Artes Cênicas: Jogo!** - Espetáculo do grupo Bando de Palhaços, vencedor do prêmio CBTIJ 2016 na categoria Melhor Coletivo de Atores, realiza uma viagem pelo mundo dos esportes, numa emocionante e divertida partida na qual, muito mais importante do que ganhar ou perder, é o prazer de jogar. Com uma trilha sonora composta por músicas clássicas, e fortemente inspirado na estética dos desenhos animados antigos, trata-se de um espetáculo que agrada não somente às crianças, mas a todo o público que o assiste. 11h. Livre.

**Exibição de filme: O Homem da Lua** - O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. 12h. Livre.

**Literatura: Encontro Literário – Literatura & Booktubers, com Thaís Wandrofski e Thati Machado, mediação de Marlon Souza e Natália Higino (LiteraCaxias)** - Encontro Literário com as escritoras e booktubers Thaís Wandrofski e Thati Machado que comentam sobre suas atuações como críticas literárias, escritoras, formadoras de opinião e incentivo a leitura. A mediação do encontro será realizada pelos jovens Marlon Souza e Nathalia Higino, organizadores do LiteraCaxias - Circuito Literário da Baixada Fluminense. 13h. Livre.

**Artes Visuais: Oficina de Experimentação Grafite** - Experimentação é uma atividade de aproximação dos participantes com o universo do grafite e da arte de rua. Proporciona inicialmente uma contextualização histórica do que é essa arte, em seguida trata dos preparativos e cuidados necessários para realizar e por fim os

participantes tem um contato direto orientado, com a ferramenta desse fazer artístico a tinta em spray. Com Airá Ocrespo. 14h. Livre.

**Exibição de filme: Hipócrates** - Benjamin (Vincent Lacoste) é residente no mesmo hospital que seu pai (Jacques Gamblin) trabalha. Um dia, ao ser chamado no plantão, ele atende um paciente regular, apelidado de Tsunami (Thierry Levaret). Como não havia como fazer um exame devido ao aparelho necessário estar quebrado, Benjamin apenas receita um analgésico. No dia seguinte, ao chegar ao hospital, descobre que o paciente morreu. Devastado pela notícia, ele é protegido pelo pai, que divulga a todos que o filho havia feito o tal exame. Esta situação atinge em cheio a autoconfiança de Benjamin, especialmente quando precisa lidar com outro residente, Abdel (Reda Kaleb), que veio de outro país e mora em um alojamento no próprio hospital. 14h. 12 anos.

**Música: Maria Filó** - O Grupo Maria Filó surgiu em 2006 na Baixada Fluminense após o encontro de dois grandes amigos, Kriss Alan e Dodô do Acordeom. Após muitos encontros musicais incentivados por Bacurau (Filhos do Nordeste), Zé do Gato e o público presente nos ensaios, Kriss Alan e Dodô do Acordeon resolveram em 2006 fundar o Grupo Maria Filó. O Grupo teve como referências a cultura tradicional nordestina, resgatando obras de mestres como Luiz Gonzaga, Marinês, Sivuca e Dominginhos. Buscando sempre ter em suas apresentações características de musicalidade, emoção e energia, o grupo foi incluindo cada vez mais músicos na sua formação original, chegando em 2013 com a formação de oito componentes. Nessa trajetória conquistou títulos importantes em todos os festivais de forró que participou, tendo como destaques grupo de maior destaque no festival de forró da Ilha Grande e revelação como cantora e terceiro lugar no Festival Nacional de Itaúnas. Em 2014 o Maria Filó coloca toda a sua musicalidade no seu show, incluindo maracatu, carimbó e coco nas suas apresentações. 15h. Livre.

#### **Sesc+ Social - Desenvolvimento Comunitário**

Encontro de lideranças comunitárias: o projeto Sesc+ Social busca promover uma transformação social relevante para as comunidades atendidas, por meio de modelo de atuação que considere o planejamento regional e o diagnóstico social. Para tal a formação de núcleos e redes comunitárias torna-se uma estratégia fundamental. Neste encontro daremos sequencia ao trabalho de diagnóstico social e de troca de



estratégias e vivências no enfrentamento de demandas sociais. Vagas Limitadas. Grátis. 21/06 | 14h às 16h. Livre. Mais Informações pelo telefone: 3659-8474.

## **Engenho de Dentro**

---

### **ARTES CÊNICAS**

#### **Ovelha Negra**

O espetáculo teatral Ovelha Negra é uma montagem inédita da Cia PeQuod que trata do tema da diferença para crianças e jovens, por meio da técnica de teatro de bonecos, campo de excelência de atuação desta companhia. Para discutir a questão, a obra perpassa questões como o bullying, o preconceito racial, a rejeição, a autoestima entre outros assuntos relativos ao encontro do que é diferente. R\$ 10,00 (inteira) | R\$ 5,00 (meia-entrada) | R\$ 2,00 (assoc. Sesc) | (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais). 04/06. | Domingo às 16h. Classificação: Livre. Local: Teatro.

### **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

#### **Lazer no Sesc**

Atividades recreativas diversificadas e para todas as idades aos sábados e feriados. Aulas abertas esportivas, oficina e construção de brinquedos, jogos educativos, cooperativos. Grátis. 10, 15, 17 e 24/06. | Sábados e feriados das 13h às 15h. Classificação: Livre. Local: Mini quadra.



## **AULAS DE ESPORTE**

### **Pilates**

O Pilates prima pela qualidade de postura, flexibilidade e mobilidade corporal, com grande variedade de movimentos feitos com concentração, respiração e consciência corporal, utilizando basicamente a força da gravidade sobre o corpo. Os exercícios de solo focam a ação dos músculos abdominais, gerando melhoria da tonificação muscular, realinhamento postural e flexibilidade. R\$ 50,00 (comerciário) | R\$ 85,00 (usuário). Terças e quintas. | 7h30 às 8h20 | 8h30 às 9h20 | 9h30 às 10h20 | 20h às 20h50. Quartas e sextas. | 7h10 às 8h | 9h30 às 10h20 | 19h às 19h50. Classificação: A partir de 15 anos. Local: Sala de Ginástica.

### **Circuito Funcional**

Técnica de treinamento físico que tem como base a utilização dos padrões fundamentais do movimento humano (empurrar, puxar, agachar, girar, lançar, dentre outros), envolvendo a integração do corpo todo para gerar um gesto motor específico em diferentes planos de movimento, sendo realizado em lugares variados (pista, sala, ginásio) com exercícios diferentes. Trabalham de uma única vez atributos como força, equilíbrio, agilidade e capacidade cardiorrespiratória. R\$ 50,00 (Comerciário) | R\$ 85,00 (usuário). Quartas e sextas. | 8h30 às 9h20 | 18h às 18h50 | 20h às 20h50. Classificação: A partir de 15 anos. Local: Sala de Ginástica.

### **Esporte Master**

Estruturado na forma de circuito de modalidades esportivas e recreativas, visando promover a autonomia, bem-estar e qualidade de vida em um ambiente de interação e troca de experiências, gênero ou capacidade técnica e direcionado para a terceira idade. Um modelo pedagógico que respeita as possibilidades e interesses de cada um, focando na participação e cooperação. R\$ 35,00 (comerciário) | R\$ 60,00 (Usuário) (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais). Quartas e sextas. | 14h às 15h | 15h10 às 16h10. Classificação: A partir de 18 anos. Local: Sala de Ginástica.

### **Jiu Jitsu**

Mais do que um esporte, uma luta que trás consigo uma filosofia voltada ao equilíbrio do corpo e da alma. O objetivo é desenvolver reflexos físicos e emocionais e dominar o adversário; entretanto, o princípio básico é a defesa pessoal, através do movimento,

do equilíbrio e da alavanca. O confronto pessoal exige o encontro do equilíbrio, sendo o praticante um vencedor ao superar seus limites. R\$ 35,00 (comerciário) | R\$ 60,00 (usuário) | atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais). Terças e quintas. | 18h às 18h50\* | 19h às 19h50\*\* | 20h às 20h50\*\*. Classificação: 11 a 14 anos\* | A partir de 18 anos\*\*. Local: Sala de Lutas.

### **Ritmos**

Proporciona um conhecimento mais profundo de nossos corpos: seus limites, a beleza de seus movimentos, a alegria da expressão corporal através da dança sob ritmos e estilos variados de músicas. Trabalha também a coordenação motora, agilidade, ritmo e percepção espacial, desenvolvendo a mobilidade corporal de forma integrada e natural, permitindo uma melhora na autoestima e no aspecto psicológico, possibilitando o convívio e o aumento do rol de relações sociais, tornando-se uma opção de lazer e promovendo inclusive melhora de doenças e outros problemas. R\$ 50,00 (comerciário) | R\$ 85,00 (usuário) | (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais). Terças e quintas. | 18h às 18h50 | 19h às 19h50. Sábados. 14h às 15h40 | 16h às 17h40. Classificação: A partir de 15 anos. Local: Sala de Ginástica.

### **Iniciação Esportiva de Base**

Tem como objetivo desenvolver nas crianças o gosto pela prática esportiva através de jogos e brincadeiras, com iniciação aos esportes e que desenvolvem a coordenação motora, expressão corporal, criatividade e socialização. R\$ 35,00 (comerciário) | R\$ 60,00 (usuário) | (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais). Quartas e sextas. | 17h30 às 18h30. Classificação: 4 a 6 anos. Local: Mini Quadra.

### **Iniciação Esportiva Geral**

A criança passa por um processo de formação esportiva em longo prazo, conhecendo várias modalidades por meio de uma proposta pedagógica centrada no aluno e no seu desenvolvimento motor, no qual os aspectos táticos e técnicos de jogos tradicionais podem ser adaptados. O foco está na iniciação ao esporte com atividades baseadas em jogos e brincadeiras sem a preocupação excessiva com a aprendizagem de técnicas específicas de uma única modalidade esportiva. O objetivo é despertar o interesse pelo

aprendizado do esporte e da atividade física, para que se torne um hábito que prossiga nas próximas etapas da vida. R\$ 35,00 (comerciário) | R\$ 60,00 (usuário) | (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais). Terças e quintas. | 18h50 às 19h50. Quartas e sextas. | 18h45 às 19h45. Classificação: 7 a 10 anos. Local: Mini Quadra.

## **CURSOS E OFICINAS**

### **Sesc+ Social**

Encontros para a formação de Núcleos Comunitários com a participação de moradores e profissionais da área social para a construção de parcerias entre instituições troca de experiências sobre projetos e proposição de melhorias. Grátis. 28/06 | Quarta-feira às 14h. Classificação: 16 anos. Local: Sala de Vídeo.

### **Sesc+ Vida - ArteC&T Roda de Conversa - Cuidados com a Rede**

Proporcionar aos participantes do Sesc momentos de conversas em grupo, referente aos cuidados necessários ao utilizar a internet e seus recursos de modo que nos auxiliem de modo seguro no uso dessa rede. Grátis. 20 e 27/06. | Terças-feiras das 15h às 16h. Classificação: Livre. Local: Sala de Cultura Digital.

### **Sesc+ Vida - ArteC&T Oficinas - Click Mais**

Oficinas de iniciação ao uso do computador e suas ferramentas para utilização consciente no mundo virtual. Grátis. 7 a 28/06. | Quartas-feiras das 15h às 17h. Classificação: Livre. Local: Sala de Cultura Digital.

### **Sesc+ Vida - ArteC&T Oficinas - Clicando Memórias**

Oficinas voltadas ao público da 3ª idade com o objetivo de trabalhar o resgate da memória através de fotos, pontos turísticos, músicas, fatos históricos utilizando a rede como ferramenta digital. Grátis. 9 a 30/6. | Sextas-feiras 14h às 17h. Classificação: Livre. Local: Sala de Cultura Digital.

### **Cultura Digital**

Espaço equipado com 10 computadores para exploração de conteúdos digitais pelos frequentadores através de Navegação Livre. Para fazer o cadastro é necessário apresentar documento oficial com foto ou carteira atualizada do Sesc. Crianças



menores de 12 anos, somente acompanhadas de adulto maior de 18 anos. Grátis. 1 a 30/06. | Terça a sexta-feira das 10 às 12h. Classificação: Livre. Local: Sala de Cultura Digital.

## **EXPOSIÇÃO**

### **Além do som**

Mostra de predominância da Arte Urbana e da Música, ilustradas a partir de releituras dos diversos ícones do universo Jazzista e do Blues, incluindo o grande músico brasileiro Pixinguinha. O artista “Marcelo Eco”, um dos pioneiros do grafite, com sua arte urbana reconhecida no Brasil e no Exterior, traz seus traços marcantes e perspectivas imprevisíveis. A interação das técnicas de grafismos, pintura e grafite, criam um ambiente harmônico ao público. Grátis. 1 a 30/06 | Terça a sexta das 7h às 20h30 | Sábados, domingos e feriados das 9h às 17h30. Classificação: Livre. Local: Galeria. Agendamento para Grupos: 3822-4892.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Panorama Sesc Cinema – Viver é Fácil – Arte e Vida no Cinema**

Em junho, o Sesc RJ exhibe filmes que apresentam a importância e a potência da arte na vida de seus personagens. A arte enquanto desejo obsessivo, redenção, ruína e idolatria. Enquanto comunicação e cultura. Um olhar sobre passado, presente e futuro através das manifestações artísticas e seus impactos nos indivíduos e na sociedade.

### **Panorama Sesc Cinema - Viver é fácil com os olhos fechados**

Antônio um professor de gramática que usa músicas dos Beatles para ensinar inglês na Espanha em 1966, descobre que John Lennon vai visitar a província da Almería durante as gravações de um filme. Determinado a conhecê-lo, ele dirige pela estrada em sua jornada. No caminho, dá carona a um garoto de 16 anos que fugiu de casa e uma garota de 21 que também parece estar fugindo de algo. Dir. David Trueba. Espanha.

2013. 107min. Grátis. 03 e 4/06. | Sábado às 15h | Domingo às 14h. Classificação 14 anos. Local: Sala de Vídeo.

#### **Panorama Sesc Cinema - Caminho para o nada**

Tygh Runyan é um jovem cineasta que resolve rodar um filme baseado na história de um crime real, ocorrido no interior dos Estados Unidos, onde um político e sua amante aparentam ter cometido suicídio. Para interpretar a amante é contratada uma mulher misteriosa, bastante parecida com a pessoa na qual sua personagem é inspirada. Aos poucos, Tygh é envolvido cada vez mais pelo ocorrido, desenvolvendo uma obsessão pelo caso e por sua protagonista. Dir. Monte Hellman. Estados Unidos. 2010. 121min. Grátis. 10 e 11/06. | Sábado às 15h | Domingo às 14h. Classificação 14 anos. Local: Sala de Vídeo.

#### **Panorama Sesc Cinema - Amar, Beber, Cantar**

Grátis. 14 e 15/06. | Sábado às 15h | Domingo às 14h. Classificação 14 anos. Local: Sala de Vídeo.

#### **Panorama Sesc Cinema - Nós somos os Melhores**

Bobo e Klara, duas garotas suecas de 13 anos, querem montar uma banda punk, mesmo que todos digam que o punk morreu. Elas cortam seus cabelos em estilo moicano e recorrem à música para protestar e vencer o tédio. Mas, na verdade, as garotas não sabem tocar nada. Para melhorar a qualidade da banda, chamam a tímida e certinha colega Hedvig, brilhante na guitarra. Uma história sobre as dificuldades e encantos de crescer e não se encaixar em lugar nenhum. 102 min. Legendado. Comédia/Drama. Suécia, 2013. Grátis. 17 e 18/06. | Sábado às 15h | Domingo às 14h. Classificação 14 anos. Local: Sala de Vídeo.

#### **Panorama Sesc Cinema - Congresso Futurista.**

Robin Wright, interpretando a si mesma, é uma atriz hollywoodiana que já foi uma grande promessa, mas que agora já está chegando a meia-idade. Ela recebe a proposta de um grande estúdio para vender sua identidade cinematográfica: ela será escaneada e sampleada, para que seu clone possa ser usado sem restrições em todo e qualquer tipo de filme. Além do dinheiro, ela recebe a promessa de ser mantida eternamente jovem em todos os filmes produzidos. Após a expiração deste contrato, Robin retorna para encontrar um mundo distópico, controlado pela indústria do entretenimento. Dir. Ari Folman. Israel, Alemanha e França. 2013. 122min. Grátis. 24 e 25/06. | Sábado às 15h | Domingo às 14h. Classificação 14 anos. Local: Sala de Vídeo.

**Panorama SESC Cinema: CICLO DE ENCONTROS A arte como produção do real com Samantha Brasil**

Bate-papo informal sobre o desenvolvimento do imaginário social na arte como produção do real a partir de diferentes gêneros de filmes feitos por mulheres, com mulheres, para mulheres. A partir de filmes-chave como "O congresso futurista", de Ari Folman, que aborda a força política da mulher na indústria do entretenimento e na realidade virtual como um espelhamento da sociedade e do filme "A alma da gente", de Helena Solberg, única mulher a dirigir um filme que pertence ao movimento do Cinema Novo no Brasil, traçaremos um panorama sobre o imaginário coletivo acerca da influência das artes na vida através do cinema. Grátis. Grátis. 24/06. Sábado às 16h30. Local: Sala de Vídeo.

**IDOSOS**

**Sesc+ Vida – Reunião de Convivência**

Encontro com grupos de idosos para discussão de temas relacionados ao processo de envelhecimento. A atividade tem como proposta, dar voz ao idoso estimulando-o a refletir sobre seu papel na sociedade, manter sua autonomia, aumentar sua rede de contato, evitar a condição do isolamento, estabelecer vínculos e fortalecer a autoimagem. Grátis. 29/06. Quinta-feira às 10h. Classificação: Livre. Local: Teatro.

**Sesc+ Vida – Oficina de Dança Livre**

A oficina tem como uma de suas características, a adaptação para os idosos e visa estimular a atenção, o ritmo, a memória, a coordenação a circulação, agilidade e o maior reconhecimento do esquema corporal, além de ser oportunidade de socialização. 10 e 24/06 | Sábados das 15h às 16h. Classificação: Livre. Local: Sala de Ginástica.



## **INFANTIL**

### **Sesc+ Verde – Rodas de Conversas – Estilos de Vidas Sustentáveis**

Você contribui para alguma prática sustentável?

As mudanças de hábitos são difíceis. Estamos inseridos no Ambiente: Social, Ambiental e Mental. Nesse contexto, é preciso conhecer e entender as questões ambientais e resguardá-lo para que, hoje, possamos usufruir que a Natureza nos oferece. Grátis. 13 a 30/06 | Terça a sexta das 8h às 12h e 14h às 17h. Classificação: até 12 anos. Local: Sesc Engenho de Dentro. Informações e inscrições: 3822-9534. Vagas limitadas.

## **Madureira**

---

## **ARTES CÊNICAS**

### **Pé de Vento Cabeça no Chão**

Com cenas cotidianas que se permeiam pela fantasia, o espetáculo aborda as diferentes sensações que a criança experimenta com sua sensibilidade apurada. A dramaturgia da peça busca dar visibilidade ao tamanho que as crianças atribuem às suas experiências afetivas. Vivências que se repetem por força da rotina e sentimentos que nos tomam em ondas servem para marcar a passagem do tempo dentro de nós. O espetáculo de dança contemporânea também se vale de recursos teatrais como a voz dos atores e o humor para convidar o público a se divertir e se emocionar com o movimento. Direção: Alice Ripoll. R\$ 10,00 (inteira) | R\$ 5,00 (meia-entrada) | R\$ 2,00 (assoc. Sesc) e (Grátis para inscritos no Programa de Comprometimento e Gratuidade). 04/06. | Domingo às 16h. Classificação: Livre. Local: Teatro.

## **INFANTIL**

### **Sesc+ Infância**

Projeto dedicado às crianças e suas famílias, com atividades que evidenciam o ato de brincar como um importante instrumento para o desenvolvimento integral das crianças. Concomitantemente, criamos, para os responsáveis e interessados no tema, um espaço de reflexão e discussão sobre a infância. Grátis. Quartas e sextas das 8h às 11h. Classificação: 6 e 7 anos.

### **Espaço Jogo**

Espaço de lazer através de jogos tradicionais, jogos de mesa, jogos gigantes, torneios e oficinas para todas as idades. Grátis. 01 a 30/06. Terça a sexta das 8h às 20h30. Sábados, domingos e feriados das 9h às 17h. Classificação: Livre.

### **Sesc Primeiros Olhares – O Homem da Lua**

O Homem da Lua não aguentava mais viver sozinho em seu satélite. Um dia, ele decide visitar a Terra e descer de carona na cauda de um cometa. Ao chegar, acha tudo maravilhoso, mas logo começa a ter problemas porque é considerado um invasor. Os amigos e as crianças precisam então inventar um plano para salvá-lo. Animação. França/Alemanha/Irlanda. 2012. 98 min. Dublado. Grátis. 03, 07, 17 e 21/06. Quartas às 15h. Sábados às 16h. Classificação: Livre. Local: Teatro.

### **Sesc Primeiros Olhares - Asterix e o Domínio dos Deuses**

Estamos em 50 antes de Jesus Cristo, a Gália toda está ocupada pelos Romanos... Toda? Não! Pois um vilarejo povoado por irredutíveis gauleses resiste ainda e sempre ao invasor. Exasperado com a situação, Júlio César decide mudar de tática: já que suas armas são incapazes de se impor pela força, é a própria civilização romana que saberá seduzir esses bárbaros gauleses. Então manda construir, ao lado do vilarejo, uma propriedade residencial luxuosa destinada a donos romanos: O Domínio dos Deuses. Nossos amigos gauleses vão resistir à isca do ganho e do conforto romano? O vilarejo vai se tornar uma simples atração turística? Asterix e Obelix vão fazer de tudo para impedir os planos de César. 85 min. Dublado. Animação. França. 2014. Grátis. 10, 14, 24, 28/06. Quartas às 15h. Sábados às 16h. Classificação: Livre. Local: Teatro.



## **AULAS DE ESPORTE**

### **Café com Ginástica**

Aulas de alongamento, funcional e pilates. Grátis. 6, 13, 20 e 27/05. Sábados das 10h às 10h50. Classificação: 15 anos. Local: Ginásio.

## **EXPOSIÇÃO**

### **Acervo Sesc**

20 obras pertencentes ao acervo do Sesc, entre elas: 7 litografias, 6 pinturas, 2 objetos, 1 serigrafia, 1 xilogravura, 1 gravura em vinil, 1 desenho, 1 escultura e 1 cerâmica de artistas como Evany Cardoso, Tay Bunheirão, Alberto Kaplan, Aristides Peixoto, Leda Monteiro, Sônia Volpini e outros. Grátis. 06 a 30/06. Terça a sábado das 9h às 18h. Classificação: Livre. Local: Galeria de Artes.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Panorama Sesc Cinema - Viver é Fácil - Arte e Vida no Cinema**

Em junho, o Sesc RJ exhibe filmes que apresentam a importância e a potência da arte na vida de seus personagens. A arte enquanto desejo, obsessão, redenção, ruína e idolatria. Enquanto comunicação e cultura. Um olhar sobre passado, presente e futuro através das manifestações artísticas e seus impactos nos indivíduos e na sociedade.

### **Panorama Sesc Cinema - Caminho para o Nada**

Tygh Runyan é um jovem cineasta que resolve rodar um filme baseado na história de um crime real, ocorrido no interior dos Estados Unidos, onde um político e sua amante aparentam ter cometido suicídio. Para interpretar a amante é contratada uma mulher misteriosa, bastante parecida com a pessoa na qual sua personagem é inspirada. Aos poucos Tygh é envolvido cada vez mais pelo ocorrido, desenvolvendo uma obsessão pelo caso e por sua protagonista. 121 min. Legendado. Romance/Policial. EUA, 2010. Grátis. 02 e 07/06. Quartas e sextas às 18h. Classificação: 14 anos. Local: Teatro.

### **Panorama Sesc Cinema - O Congresso Futurista**

Robin Wright, interpretando a si mesma, uma atriz hollywoodiana que já foi uma grande promessa, mas que agora já está chegando à meia-idade. Ela recebe a proposta

de um grande estúdio para vender sua identidade cinematográfica: ela será escaneada e sampleada, para que seu clone possa ser usado sem restrições em todo e qualquer tipo de filme. Além do dinheiro, ela recebe a promessa de ser mantida eternamente jovem em todos os filmes produzidos. Após a expiração deste contrato, Robin retorna para encontrar um mundo distópico, controlado pela indústria de entretenimento. 122 min. Legendado. Ficção científica. Israel/Alemanha/França, 2013. Grátis. 09 e 14/06. Quartas e sextas às 18h. Classificação: 12 anos. Local: Teatro.

#### **Panorama Sesc Cinema – Nós Somos as Melhores**

Bobo e Klara, duas garotas suecas de 13 anos, querem montar uma banda punk, mesmo que todos digam que o punk morreu. Elas cortam seus cabelos em estilo moicano e recorrem à música para protestar e vencer o tédio. Mas, na verdade, as garotas não sabem tocar nada. Para melhorar a qualidade da banda, chamam a tímida e certinha colega Hedvig, brilhante na guitarra. Uma história sobre as dificuldades e encantos de crescer e não se encaixar em lugar nenhum. 102 min. Legendado. Comédia/Drama. Suécia, 2013. Grátis. 16 e 21/06. Quartas e sextas às 18h. Classificação: 12 anos. Local: Teatro 1.

#### **Panorama Sesc Cinema – Viver É Fácil com os Olhos Fechados**

Antônio, um professor de gramática que usa músicas dos Beatles para ensinar inglês na Espanha, em 1966, descobre que John Lennon vai visitar a província da Almería durante as gravações de um filme. Determinado a conhecê-lo, ele dirige pela estrada em sua jornada. No caminho, dá carona a um garoto de 16 anos que fugiu de casa e a uma garota de 21 que também parece estar fugindo de algo. 107 min. Legendado. Comédia/Drama. Espanha, 2013. Grátis. 23/05. Quartas e sextas às 18h. Classificação: 14 anos. Local: Teatro.

#### **Panorama Sesc Cinema – A Alma da Gente**

Um grupo de jovens da Zona Norte do Rio de Janeiro ensaia o último espetáculo do Corpo de Dança na Maré, coordenado pelo coreógrafo Ivaldo Bertazzo. Filmado em dois tempos, com um intervalo de dez anos, o documentário mostra os diferentes destinos dos personagens, marcados pela transformação através da arte. 82 min. Dublado. Documentário. Brasil, 2013. Grátis. 30/06. Sexta às 18h. Classificação: Livre. Local: Teatro.

## **LITERATURA**

### **Contação de Histórias - Fio da Vida**

Contação de história livremente inspirada no livro “Fico à espera”, de Davide Cali e Serge Bloch. Em seguida será oferecida uma mini oficina de desenho, colagem e textura feita com lã. Espaço de convivência. Grátis. 23/06. Sexta às 10h e 14h. Classificação: Livre.

## **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

### **Momento para Dançar**

Um encontro para dançar. Momento de Lazer através da dança e diversos ritmos para socialização e bem estar. Este mês com o tema Noite de Flash Back. R\$ 2,00 (usuário) e R\$ 1,00 (assoc. Sesc). 21/06. Quarta 18h às 21h. Classificação: Livre.

### **Lazer no Sesc**

Programação especial com recreação atrativa e prazerosa. Circuito funcional, oficinas recreativas, futebol Freestyle, badminton, esgrima e muito mais. Grátis. 03 a 25/06. Sábados, domingos e feriados das 10h às 16h30. Classificação: Livre.

### **Festival de Basquete**

Desenvolvimento de festival esportivo prazeroso e integrativo, para os admiradores desta modalidade, abrangendo diversas faixas etárias. Grátis. 03/06. Sábado das 10 às 14h. Classificação: Livre. Local: Quadra Poliesportiva. Informações no Setor de Esporte e Recreação (21) 3350-2699.

### **Festival de Vôlei de Areia**

Desenvolvimento de festival esportivo prazeroso e integrativo, para os admiradores desta modalidade, abrangendo diversas faixas etárias. Grátis. 03/06. Sábado das 10h às 14h. Classificação: Livre. Local: Quadra Poliesportiva. Informações no Setor de Esporte e Recreação (21) 3350-2699.

### **Festival de Natação**

Desenvolvimento de festival esportivo prazeroso e integrativo, para os admiradores desta modalidade, abrangendo diversas faixas etárias. Grátis. 10/06. Sábado das 10h

às 14h. Classificação: Livre. Local: Quadra Poliesportiva. Informações no Setor de Esporte e Recreação (21) 3350-2699.

### **Festival Iniciação Esportiva**

Desenvolvimento de festival esportivo prazeroso e integrativo, para os admiradores desta modalidade, abrangendo diversas faixas etárias. Grátis. 10/06. Sábado das 10h às 14h. Classificação: Livre. Local: Quadra Poliesportiva. Informações no Setor de Esporte e Recreação (21) 3350-2699.

### **Festival de Jiu-Jitsu**

Desenvolvimento de festival esportivo prazeroso e integrativo, para os admiradores desta modalidade, abrangendo diversas faixas etárias. Grátis. 17/06. Sábado das 10h às 14h. Classificação: Livre. Local: Quadra Poliesportiva. Informações no Setor de Esporte e Recreação (21) 3350-2699.

## **IDOSOS**

### **Sesc + Vida – Encontro/ Baile do TSI**

O projeto proporciona sempre na última terça-feira de cada mês o tradicional baile com músicas para os adeptos da dança de salão. Grátis. 27/06. Terça às 14h. Classificação: Livre. Local: Quadra.

### **Consciência Corporal**

A atividade trabalha o corpo e autoestima através de diversos exercícios. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo de TSI da unidade. Grátis. Terças das 13h às 15h. Classificação: Livre. Local: Polivalente 2.

### **Coral Alegria de Viver**

O projeto Coral Alegria de Viver tem por finalidade proporcionar ao idoso, um ambiente que estimule a integração a partir da vivência musical através da oficina de canto coral. Grátis. Quartas das 14h às 16h. Classificação: Livre. Local: Sala 10. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo de TSI da unidade.

### **Oficina de Ativação da Memória**

A atividade procura estimular a memória através de exercícios da arte terapia. Grátis. Quintas das 15h às 17h. Classificação: Livre. Local: Sala A.

### **Oficina de dança de salão para idosos**

A atividade tem como objetivo proporcionar um momento leve e recreativo para os idosos através da dança de salão. Grátis. 09 a 25/5. Sextas das 13h às 15h. Classificação: Livre. Local: Sala Polivalente. A atividade tem como objetivo proporcionar um momento leve e recreativo para os idosos através da dança de salão.

### **Tarde de Encontro - Reunião do TSI**

Reunião de acompanhamento do Grupo de TSI da Unidade. Grátis. 20/06. Terça, das 15h às 17h. Classificação: Livre.

## **CURSOS E OFICINAS**

### **Sesc+ Criativo - Curso de valorização social**

Grátis. Sábados das 14h às 16h. Classificação: 18 anos. Local: Sala 2.

### **Sesc+ Criativo - Curso de Vagonite com fitas.**

Grátis. 7,8,14,21,22 e 27/6 | Terça a quinta, das 8h às 13h. Classificação: 18 anos. Local: Sala 2.

### **Sesc+ Social**

Reunião de Desenvolvimento comunitário com lideranças locais promovendo a troca de experiências e incentivo à articulação comunitária. Grátis. 8/6. Quinta às 10h. Classificação: 18 anos.

### **Oficina de Teatro**

A oficina busca possibilitar ao participante uma experiência teatral sensível, individual e coletiva. Apresenta a linguagem teatral destacando alguns conceitos básicos da atuação e o entendimento tanto teórico quanto prático de determinados assuntos. Através de exercícios teatrais os idosos poderão ter contato direto com a sensação de ser participante de uma construção coletiva da cena através de sua pesquisa individual, (sua história pessoal). Grátis. Quintas das 13h às 15h. Classificação: Livre. Local: Teatro. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo de TSI da unidade.

### **Percurso Saúde - Oficina de Postura**

As dores na coluna vertebral acometem um número muito elevado de pessoas. Por isso, as prevenir se torna indubitavelmente relevante. Dessa forma realizaremos a atividade com o objetivo ensinar ao público como a postura correta pode ajudá-lo a se recuperar das suas dores nas costas e até mesmo prevenir novos episódios de dor. Grátis. 08 e 22/06. Quinta às 15h. Classificação: Livre. Local: Sala Polivalente.

### **Caminhos da Longevidade**

Oficinas para troca de experiências e reflexões sobre o processo de envelhecimento, suas mudanças e os impactos físicos e psicossociais. Neste mês, palestra sobre diversas formas de preconceito. Grátis. 29/06. Quinta às 16h. Classificação: Livre. Local: Sala C.

### **Oficina Hipertensos e diabéticos**

Para manter a pressão e/ou glicemia, dentro da faixa de normalidade a educação em saúde tem importante papel, pois orienta o indivíduo para que realize atividades físicas, faça a dieta alimentar balanceada, verifique periodicamente os níveis, mantenha a medicação regular, mudando assim o estilo de vida. Para realizar essa orientação educativa faremos uma oficina quinzenal com ênfase nesse público. Grátis. 13/06. Sábado às 10h. Classificação: Livre. Local: Sala C.

### **Percurso Saúde - Orientações**

Esse Projeto possibilita a ampliação do conceito de saúde e de adoção de hábitos saudáveis. Neste mês em comemoração ao dia dos namorados estaremos orientando o público sobre cuidados que devemos ter com o nosso corpo para a prevenção das DSTs. Grátis. 27/06. Terça às 13h. Classificação: Livre. Local: Espaço de Artes.

### **Criando, aproveitando e cozinhando**

Oficina de culinária saudável com objetivo de ampliar a oferta e a qualidade da alimentação da população com temas variados. Grátis. 14 e 28/06. Domingo às 15h. Classificação: Livre. Local: Cozinha Experimental.

### **Sesc+ Verde – Curso sobre Agroecologia Urbana**

Nesta trataremos dos princípios da Agroecologia e Permacultura visando criação de espaços ecologicamente saudáveis e socialmente justos, abordando técnica de produção orgânica destacando seu potencial para produção de alimentos e geração de renda. Grátis. 17 e 24/06 | Sábados às 10h. Classificação 16 anos. Local: Sala 11.

### **Sesc+ Verde - Oficinas de Cultivo e Manejo de Orquídeas**

Espécies admiradas no mundo todo, nesta programação serão ensinadas as técnicas elementares para que as orquídeas permaneçam sempre saudáveis e bonitas. Grátis. 14 a 25/06 | Quartas e sextas às 14h | Domingos às 10h. Classificação: Livre. Local: Espaço das artes.

### **Sesc+ Verde – Palestra sobre energias renováveis: vantagens e desvantagens**

Palestra sobre energias renováveis, suas aplicações e implicações no meio e na economia. Grátis. 16/06 | Sexta-feira, 14h30. Classificação: 16 anos. Local: Espaço de Convivência.

### **Sesc+ Verde – Debate sobre os aspectos e impactos nas corporações**

Abordaremos os conceitos de aspectos e impactos ambientais inerentes as atividades humanas nas empresas e as formas de mitigação dos impactos quando houver. Grátis. 16/06 | Sexta às 13h. Classificação 16 anos. Local: Espaço de Convivência.

### **Sesc+ Futuro**

O Sesc+ Futuro oportuniza a criação de ambientes de descobertas, favorecimento, autonomia, empoderamento e protagonismo dos jovens por meio de encontros mediados baseados no diálogo. Grátis. 03 a 24/06 | 10h às 13h. Classificação 16 anos. Local: Espaço de Convivência.

### **Sesc+ Vida ArteC&T - Oficina clique mais**

Atividades teóricas e práticas de formação à Cultura Digital, visa a integração do público idoso ao mundo tecnológico. Grátis. 07 e 14/06. Quarta das 10h às 12h (turma A) | 14h às 16h (turma B). Local: Cultura Digital. A oficina conta com 12 vagas por turma.

### **ArteC&T- Oficina na Rede com Smartphones**

Esta oficina consiste em atividades práticas e dicas que irão contribuir para conhecimento das funcionalidades de smartphones e tablet's contribuindo para que os participantes sejam incluídos nessa nova lógica de interação social em rede. Grátis. 21 e 28/06. | Quarta das 10h às 12h (turma A) | 14h às 16h (turma B). Local: Cultura Digital. Classificação: 12 anos.

### **ArteC&T- Oficina Music Maker: Tecnologia, Música e Ancestralidade**

A oficina, de forma lúdica, irá apresentar a relação entre o advento tecnológico e possibilidade de produção artística na linguagem musical, trilhando as produções da afro-brasilidade, irá apresentar e explorar as funcionalidades do software Virtual DJ. Ao final, os participantes estarão aptos a produzirem suas próprias composições artísticas. Grátis. 21 a 23/06. | 15h30 às 18h. Classificação: 16 anos.

### **ArteC&T - Oficina Fotografia Digital em Rede**

A oficina irá apresentar a história da fotografia, seus possíveis meios e técnicas, atrelando teoria à prática. Iremos analisar e discutir sobre a tecnologia e a criação fotográfica digital. Grátis. 3, 10, 17 e 24/06. 10h às 12h. Classificação: 16 anos. Local: Cultura Digital.

## **Niterói**

---

### **ARTES CÊNICAS**

#### **A Gaiola**

Uma história de amor quando o passarinho cai, ferido, na varanda da casa da menina. A história que aborda temas delicados, mas fala também de reinvenção e novas possibilidades, de uma forma lúdica, carregada de humor e lirismo. Na trama, a menina se dedica a cuidar do passarinho e, à medida que vão convivendo, se apegam e se apaixonam. Ele fica curado e, na hora da despedida, ele pede para que a menina o coloque numa gaiola. Um dia a menina flagra o passarinho na gaiola, encantado com a beleza do dia lá fora e uma crise se instala entre os dois. A tentativa de prender o amor se mostra inútil e os dois chegam a uma importante conclusão. Teatro. R\$ 10 (inteira) | R\$ 5 (meia-entrada) | R\$ 2 (Assoc. Sesc) | Grátis (PCG). Livre. 03/06 | Sábado, às 16h.

### **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

#### **Lazer no Sesc**

Atividades recreativas variadas para toda a família. Grátis. Livre.  
Programação de junho:

Ginástica para terceira idade - Ginásio. Terças e quintas, das 9h30 às 10h30;





Circuito funcional - Sala de pilates e piscina. Aos sábados, das 8h30 às 9h30;  
Oficinas de esportes olímpicos - Ginásio. Aos sábados, das 10h às 11h.

## **LITERATURA**

### **Contação de histórias “Sansakroma sem fronteiras”, com Cia. Sansakroma**

O projeto se inicia com música instrumental africana como introdução para a História inicial que trata da conscientização de como estamos inseridos no Planeta Terra, no Brasil (um país continental que possui uma diversidade imensa de etnias), no Estado, na Cidade de São Paulo e no bairro onde ocorrerá a ação. Para mostrar a influência musical africana no Continente Americano, ao final tocamos cantigas de roda em ritmo de Blues (EUA), Salsa (Cuba), Reggae (Jamaica) e Coco (Pernambuco- Brasil). Biblioteca. Grátis. Livre. 22/06 | Quinta, às 10h e às 14h.

### **Biblioteca Viva**

Atendimento diário, orientação de consultas e empréstimo de livros e gibis visando estimular a prática da leitura. Acervo geral voltado para a literatura de todas as idades, com assinaturas de jornais e revistas e espaço infantil. Documentos necessários para empréstimo de livros e gibis: para associados Sesc - carteirinha e RG; para o público em geral - RG e comprovante de residência oficial (água, luz, telefone) atualizado. Grátis. Livre. Informações: 2704-2509. 3a a sábado, das 8h às 16h30.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Sesc Primeiros Olhares – Cinema**

Programação direcionada à infância e partir de experiências singulares que diversificam o repertório artístico do público infanto-juvenil. Sala Multimídia. Grátis. Livre. Sábados, às 14h.

Programação:

**10/06 - Asterix e o Domínio dos Deuses** - 50 anos antes de Cristo, a Gália ocupada pelos Romanos, mas um vilarejo povoado por gauleses ainda resiste. Exasperado com a situação, Julio Cesar decide abandonar a tática da guerra para transformar o vilarejo



em uma simples atração turística. Asterix e Obelix farão de tudo para frustrar mais uma vez os planos de César. 85 min.

**17/06 - O Homem da Lua** - O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. 98 min.

#### **Panorama Sesc - Viver é Fácil - Arte e Vida no Cinema**

Em junho, O Sesc RJ exhibe filmes que apresentam a importância e a potência da arte na vida de seus personagens. A arte enquanto desejo obsessão, redenção, ruína e idolatria. Enquanto comunicação e cultura. Um olhar sobre o passado, presente e futuro através das manifestações artísticas e seus impactos nos indivíduos e na sociedade. Teatro. Grátis.

Programação:

**07/06 - Nós somos as melhores** - Bobo e Klara, duas garotas suecas de 13 anos, querem montar uma banda punk, mesmo que todos digam que o punk morreu. Elas cortam seus cabelos em estilo moicano e recorrem à música para protestar e vencer o tédio. Mas, na verdade, as garotas não sabem tocar nada. Para melhorar a qualidade da banda, chamam a tímida e certinha colega Hedvig, brilhante na guitarra. Uma história sobre as dificuldades e encantos de crescer e não se encaixar em lugar nenhum. 102 min. Quarta, às 10h. 12 anos.

**08/06 - Caminho para o nada** - Tygh Runyan (Mitchell Haven) é um jovem cineasta que resolve rodar um filme baseado na história de um crime real, ocorrido no interior dos Estados Unidos, onde um político e sua amante aparentam ter cometido suicídio. Para interpretar a amante é contratada uma mulher misteriosa (Shannyn Sossamon), bastante parecida com a pessoa na qual sua personagem é inspirada. Aos poucos Tygh é envolvido cada vez mais pelo ocorrido, desenvolvendo uma obsessão pelo caso e por sua protagonista. 121 min. Quinta, às 18h. 14 anos.

**14/06 - *Alma da gente*** - Dez anos depois dos ensaios de um espetáculo de dança com elenco de jovens moradores da favela da Maré, no Rio de Janeiro, os diretores buscam esses participantes para descobrir o impacto da experiência em suas vidas. 80 min. Quarta, às 10h. Classificação: Livre. Quarta, às 10h. Classificação Livre.

**21/06 - *O Congresso Futurista*** - Uma atriz desempregada, lidando com o passar do tempo, aceita um último trabalho – vender sua imagem a um estúdio de cinema para ser usada de maneira digital. Entretanto, as consequências de sua decisão irão afetá-la de uma maneira que ela não previu. 122 min. Quarta, às 10h - 12 anos.

**22/06 - *Amar, beber e cantar*** - Um grupo de teatro amador tenta ensaiar uma nova peça. Após saberem que o amigo George está gravemente doente e tem apenas mais alguns meses de vida, eles lhe convidam para substituir um ator que não poderá participar dos ensaios. Último filme do célebre diretor francês Alain Resnais. 108 min. Quinta, às 18h. 14 anos.

**28/06 - *Viver é fácil com os olhos bem fechados*** - Um professor de gramática que usa músicas dos Beatles para ensinar inglês na Espanha em 1966, descobre que John Lennon vai visitar a província da Almería durante as gravações de um filme. Determinado a conhecê-lo, ele dirige pela estrada em sua jornada. No caminho, dá carona a um garoto de 16 anos que fugiu de casa e uma garota de 21 que também parece estar fugindo de algo. 107 min. Quarta, às 10h. 14 anos.

**29/06 - *O artista e a modelo*** - Marc Cros é um cultuado escultor que já está aposentado há tempos. Aos 80 anos, ele vive com sua esposa Léa em um vilarejo no interior da França, próximo da fronteira da Espanha. Em pleno verão de 1943, vê sua esposa oferecer abrigo a uma espanhola fugitiva do regime de Franco. A jovem, então, passa a viver no ateliê de Cros. Pouco a pouco, ele recupera sua vontade de trabalhar novamente e passa a usar a jovem como modelo. 104 min. Quinta, às 18h. 14 anos.

## Nova Friburgo

---

### FILMES E VÍDEOS

#### Viver é fácil com os olhos fechados

Em plena década de 60, Antônio, um modesto professor de inglês, é fã incondicional dos Beatles e sonha em conhecer seu ídolo, John Lennon. Para encontrar o seu "herói", o professor viaja até Almerica e no meio do caminho esbarra com dois jovens: Belén e Juanjo, um garoto que está fugindo do pai autoritário. O encontro faz a vida de cada um tomar rumos imprevisíveis. Grátis. 10/06. Sábado, 16h. 12 anos.

#### Homem da lua

O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e crianças. Grátis. 11/06 | domingo, 16h | Livre.

#### Amar, beber e cantar

Um grupo de teatro amador está ensaiando uma nova peça, quando uma notícia triste abala a todos: George, amigo próximo da trupe, está doente. De acordo com os médicos, ele tem no máximo três meses de vida. Enquanto as mulheres do grupo começam a relembrar a antiga paixão pelo mulhengo George, os homens tem uma ideia inusitada: e se o amigo doente fosse chamado para interpretar um dos personagens da peça? Grátis. 24/06 | sábado, 16h | 12 anos.

#### Asterix e o domínio dos deuses

O imperador romano Júlio César sempre quis derrotar os irredutíveis gauleses, mas jamais teve sucesso em seus planos de conquista. Até que um dia, ele resolve mudar a estratégia. Ao invés de atacá-los, passa a oferecer prazeres da civilização aos gauleses. Desta forma, Júlio César ordena a construção da Terra dos Deuses ao redor da vila

gaulesa, de forma a impressioná-los e, assim, convencê-los a se unir ao império romano. Só que a dupla Asterix e Obelix não está nem um pouco disposta a cooperar com os planos de César. Grátis. 25/06 | domingo, 16h. Livre.

## Ramos

---

### TORNEIOS E RECREAÇÃO

#### Sesc+ Vida - Reuniões com Grupo de Idosos

A ação propicia a reflexão coletiva e diálogo sobre as demandas do grupo, harmonizando as ações planejadas às diretrizes da instituição e às expectativas dos idosos envolvidos, além de oportunizar a divulgação das atividades do mês. Esse mês será feita a reunião para formação do grupo. Biblioteca. 60 vagas. Grátis. Atividade voltada para o público idoso. 06 e 13/06 | Terças, das 13h às 17h.

#### Sesc+ Vida - Curso de Memória

A memória exerce importante influência sobre a autonomia e independência na vida cotidiana das pessoas, e a população idosa, frequentemente, apresenta queixas referentes à perda desta importante capacidade. O curso propõe a estimulação da memória visando a melhora do seu desempenho, e como estratégia para a promoção da saúde dessa população. Biblioteca. 41 vagas. Grátis. Atividade voltada para o público idoso. 06 a 27/06 | Terças, das 9h às 11h.

#### Sesc+ Vida - Curso de Literatura

Esse curso trabalha com o grupo o exercício da literatura brasileira, por meio da leitura, do canto, da interpretação e teatro. Sala 5 - 2º andar. 20 vagas. Grátis. Atividade voltada para o público idoso. 07 a 28/06 | Quartas, das 9h às 11h.

#### Sesc+ Vida - Curso de Artesanato

Curso de trabalhos manuais com fins ao exercício da criatividade, da coordenação motora e incentivo à sociabilização do idoso. A ideia é valorizar o processo de envelhecimento, estimulando a percepção do idoso de seu potencial criativo e motor.

Sala 2 - 2º andar. 20 vagas. Grátis. Atividade voltada para o público idoso. 08 a 29/06 | Quintas, das 9h às 12h.

#### **Sesc+ Vida - Curso de Práticas Corporais**

O curso propõe a execução de atividades relacionadas à expressão corporal e a dança, com metodologia adequada para os idosos, contribuindo para o desenvolvimento das potencialidades físicas e cognitivas dos participantes. Quadra. 65 vagas. Grátis. Atividade voltada para o público idoso. 02 a 30/06 | Sextas, das 9h às 11h.

#### **Sesc+ Vida - Palestra Idosos**

Palestra dinamizada pelos analistas Luzia (Psicóloga) e Allan (Enfermeiro). Nesse Mês falaremos sobre o Mal de Alzheimer. Biblioteca. 60 vagas. Grátis. Atividade voltada para o público idoso. 27/06 | Terça, das 14h às 16h.

### **EXPOSIÇÕES**

#### **Exposição Rumos - Cartografias Poéticas**

A exposição “Rumos – Cartografias Poéticas” apresenta seis trabalhos que, por sua vez, dialogam e tem como referência o deslocamento nos caminhos mundanos, entre estradas, cidades e paisagens. Tem como indício a pergunta “para onde você vai?”. É uma proposta para desvendar o ambiente externo e enxergá-lo como um espaço poético em seus diversos aspectos, oposto ao caos, conciliando-o com subjetividade. Galeria - 2º andar. Grátis. Livre. A partir de 06/06 | De terça a sábado, das 9h às 18h.

#### **Sesc+ Verde - Exposição de Agroecologia**

Exposição de produtos provenientes de atividades agroecológicas que valorizam a produção local e a agricultura familiar de nossa área de abrangência. A exposição visa apresentar a produção agroecológica local e promover o diálogo entre os produtores e a comunidade ressaltando a importância do consumo sustentável em que os alimentos oferecidos não ofereçam riscos à saúde e nem ao meio ambiente, já que priorizam o não uso de agrotóxicos em sua produção. A exposição contará com os analistas da unidade que realizarão orientações nutricionais, oficinas de comida saudável e ciranda de saberes (rodas de conversa) dinamizando as atividades durante a comercialização direta dos produtos. Varandão da Piscina. Grátis. Livre. 02/06 | Sexta, das 15h às 19h.

## MÚSICA

### Forró Miudinho

O espetáculo faz parte da trilogia de musicais infantis “Sambinha” (2013) e “Bossa Novinha – A Festa do Pijama” (2014), todos com texto de Ana Velloso. Uma história de amizade e respeito às diferenças, com as cores do nordeste e músicas de compositores consagrados, como Dominginhos, Luiz Gonzaga, Jackson do Pandeiro, Gilberto Gil, Sivuca, Glorinha Gadelha e Alceu Valença, entre outros. Auditório - Cobertura. Lotação: 60 pessoas. R\$ 10 (inteira) | R\$ 5 (meia-entrada) | R\$ 2 (Assoc. Sesc) | Grátis (PCG). Livre. 04/06 | Domingo, às 16h.

### Ovelha Negra

O espetáculo teatral Ovelha negra é uma montagem inédita da Cia PeQuod que irá tratar do tema da diferença para crianças e jovens, por meio da técnica de teatro de bonecos, campo de excelência de atuação desta companhia. Para discutir a questão, a obra perpassa questões como o bullying, o preconceito racial, a rejeição, a autoestima entre outros assuntos relativos ao encontro do que é diferente. Auditório - Cobertura. Lotação: 60 pessoas. R\$ 10 (inteira) | R\$ 5 (meia-entrada) | R\$ 2 (Assoc. Sesc) | Grátis (PCG). Livre. 11/06 | Domingo, às 16h.

## LITERATURA

### Sesc Primeiros Olhares - Contação de História

Realização de 2 apresentação do espetáculo de contação de História "Sonhar-se Mundo". Biblioteca. Lotação: 60 pessoas. Grátis. Livre. 08/06 | Quinta, das 10h às 15h.

## OFICINAS E CURSOS

### Curso de Violão

A finalidade de desenvolver habilidades cognitivas e a apreciação musical através do contato com repertório diversificado: nomenclatura, exercícios técnicos, estruturação e ritmo. Sala de música - cobertura. Vagas para Violão Avançado. Grátis. 12 anos. 20 a 29/6 | Terças (Iniciante) e Quintas (Avançado), das 15h às 17h.

### **Curso de Canto Coral**

O curso propõe uma educação vocal prática através do repertório de canções populares do Brasil. Durante as aulas são abordados conteúdos da área da técnica vocal, como apoio, respiração, dicção, projeção, extensão vocal entre outros. Sala de música - cobertura. 20 vagas. Grátis. 12 anos. 20 a 29/6 | Quartas e Sextas, das 15h às 17h.

### **Curso de Introdução ao Audiovisual**

Apresentar aos alunos noções dos elementos constitutivos da linguagem, além dos departamentos envolvidos na produção e realização de conteúdos audiovisuais. Aliando a teoria à prática através de exercícios fílmicos que estimulam a criatividade do aluno. Sala de vídeo – 2º andar. 20 vagas. Grátis. 12 anos. 17 a 24/6 | Sábados, das 10h às 13h.

### **Curso Iniciação ao Circo**

Desenvolver preparação corporal específica para o aparelho, bem como a capacidade de observar, entender e executar os fundamentos técnicos e princípios artísticos que norteiam a modalidade Circo. Quadra. 20 vagas. Grátis. 7 anos. 01 a 29/06 | Terças e Quintas, das 13h30 às 15h30.

### **Curso de Grafite**

Estudo de repertório de relevantes de conceitos e obras que balizam a reflexão sobre a arte urbana. Estimulo a apreciação e a análise das obras de arte. Fundamentos do desenho: linha, ponto, forma, volume; luz e sombra. Perspectiva e figura humana aplicados à linguagem do Grafite. Teoria das cores. Estimulo a Tipografia aplicada. Noções de perspectiva. Aulas práticas de Grafite. Espaço Aberto 2 - térreo. 15 vagas. Grátis. 12 anos. 01 a 29/6 | Quintas, das 14h às 17h.

### **Curso de Fotografia**

Vivências e experimentações com câmeras de visualização. Exercícios práticos e dinâmicos, aguçando o olhar. Abordagem histórica dos diferentes suportes e processos fotográficos. Experimentações fotográficas com Pinhole, Câmeras Analógicas, Câmeras Digitais, Celulares e Tablets. Sala 5 - 2º andar. 15 vagas. Grátis. 12 anos. 07 a 28/06 | Quartas, das 14h às 17h.



### **Comer é Divertido - Oficina**

Oficina com jogos educativos sobre alimentação. Cozinha Experimental. Grátis. Livre. 06, 10 e 24/06 | Terça e sábado, das 10h às 12h.

### **Sesc+ Social - Curso de Radiocomunicação**

Durante o mês de maio o curso abordará as técnicas de pesquisa e busca das fontes, o processo de pesquisa e investigação, práticas de narrativas literárias para identificar criticamente elementos das línguas oral e escrita. Elementos básicos constitutivos da notícia, da reportagem, da entrevista e também a escolha das fontes de informação adequadas. Sala 1 – 2º andar. Grátis. 14 anos. 02 a 30/06 | Quartas e sextas, das 14h às 18h.

## **PALESTRAS E DEBATES**

### **Percurso Saúde - Palestra**

A importância do cálcio para a Osteoporose. Sala 4 - 2º andar. 40 vagas. Grátis. 16 anos. 01/06 | Quinta, das 14h às 16h.

### **Percurso Saúde - Roda de Conversa**

Alimentação no inverno. Sala 4 - 2º andar. Grátis. 14 anos. 03 e 29/06 | Sábado e quinta, das 14h às 17h.

### **Sesc+ Verde - Palestra Serra da Misericórdia: Favela/Parque**

No mês do meio ambiente a palestra "Serra da Misericórdia: Favela/Parque" pretende abordar o tema da conservação da Serra da Misericórdia, maior reserva de Mata Atlântica da Região da Leopoldina. O desenvolvimento urbano e industrial da região provoca tensões entre a preservação ambiental, a urbanização, o crescimento do Complexo do Alemão e as atividades industriais degradando gradativamente esse bioma. Auditório – cobertura. Grátis. Livre. 14/06 | Quarta, das 18h às 20h; 22 e 29/06 | Quintas, das 16h às 18h.

### **Sesc+ Social - Encontro de Desenvolvimento Comunitário**

Encontro inicial de formação de núcleos comunitários, compostos por atores sociais e lideranças, que posteriormente participarão de encontros mensais e outras realizações complementares. Este momento permite a troca social entre os presentes e a

contribuição para o desenvolvimento do projeto a partir da explicitação de suas demandas. Sala 10. Grátis. Livre. 22/06 | Quinta, das 14h às 18h.

### **Sesc+ Social - Palestra “Educar: Uma Ação Violenta?”**

A partir das reflexões propostas pelo "Dia Mundial das Crianças Vítimas de Agressão", celebrado em 04 de junho, a Palestra “Educar: uma ação violenta?” pretende problematizar a violência como forma de educação e socialização na infância. Apresentando dados e informações sobre incidência e consequências da violência contra a criança pretende problematizar as estratégias educacionais utilizadas para formação de conduta e mudança de comportamento, utilizadas nas famílias e nas escolas. Auditório – cobertura. Grátis. 16 anos. 14 e 28/06 | Quartas, das 19h às 20h30; 20/06 | Terça, das 14h às 15h30.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Panorama Sesc Cinema**

Sala de vídeo da Biblioteca – 2º andar. Lotação: 30 pessoas. Grátis. Quartas às 15h30.

**07/06 - Amar, Beber e cantar. 12 anos (haverá exibição também às 19h)** - Um grupo de teatro amador está ensaiando uma nova peça, quando uma notícia triste abala a todos: George, amigo próximo da trupe, está doente. De acordo com os médicos, ele tem no máximo seis meses de vida. Enquanto as mulheres do grupo começam a relembrar a antiga paixão pelo mulherengo George, os homens têm uma ideia inusitada: e se o amigo doente fosse chamado para interpretar um dos personagens da peça?

**14/06 - Caminho para o nada. 14 anos (haverá exibição também às 19h)** - Tygh Runyan (Mitchell Haven) é um jovem cineasta que resolve rodar um filme baseado na história de um crime real, ocorrido no interior dos Estados Unidos, onde um político e sua amante aparentam ter cometido suicídio. Para interpretar a amante é contratada uma mulher misteriosa (Shannyn Sossamon), bastante parecida com a pessoa na qual sua personagem é inspirada. Aos poucos Tygh é envolvido cada vez mais pelo ocorrido, desenvolvendo uma obsessão pelo caso e por sua protagonista.

**21/06 - Nós somos as melhores. 12 anos (haverá exibição também às 19h)** - Bobo (Mira Barkhammar) e Klara (Mira Grosin) têm 12 anos e são amigas inseparáveis. Elas

são fãs de punk e sentem-se deslocadas na escola e em suas famílias, já que todos dizem que o punk morreu. Um dia, como provocação a um grupo de garotos, elas resolvem montar uma banda. Não demora muito para que convidem para o grupo Hedvig (Liv LeMoyné), devido ao seu talento no violão. Entretanto, Hedvig é cristã e nada tem a ver com o estilo punk de ser, tendo que ser iniciada no movimento por Bobo e Klara.

**28/06 - Viver é fácil com os olhos bem fechados. 14 anos** - Em plena década de 60, Antônio (Javier Cámara), um modesto professor de inglês, é fã incondicional dos Beatles e sonha em conhecer seu ídolo, John Lennon. Para encontrar o seu "herói", o professor irá viajar até Almeria e no meio do caminho irá esbarrar com dois jovens: Belén (Natalia de Molina), uma moça de vinte anos e Juanjo (Francesc Colomer), um garoto de dezesseis que está fugindo de seu pai autoritário. O encontro destas três pessoas fará a vida de cada uma tomar rumos imprevisíveis.

#### **Sesc Primeiros Olhares**

Sala 2 - térreo. Grátis. Domingos às 11h.

**04 e 18/06 - O homem da lua** - O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. Livre.

**11 e 25/06 - Asterix e o domínio dos deuses** - O imperador romano Júlio César sempre quis derrotar os irredutíveis gauleses, mas jamais teve sucesso em seus planos de conquista. Até que, um dia, ele resolve mudar de estratégia. Ao invés de atacá-los, passa a oferecer os prazeres da civilização aos gauleses. Desta forma, Júlio César ordena a construção da Terra dos Deuses ao redor da vila gaulesa, de forma a impressioná-los e, assim, convencê-los a se unir ao império romano. Só que a dupla Asterix e Obelix não está nem um pouco disposta a cooperar com os planos de César. Livre.



### **Panorama Sesc Cinema – Ciclo de Encontros: A arte como produção do real com Samantha Brasil**

Bate-papo informal sobre o desenvolvimento do imaginário social na arte como produção do real a partir de diferentes gêneros de filmes feitos por mulheres, com mulheres, para mulheres. A partir da exibição do filme "O congresso futurista", de Ari Folman, que aborda a força política da mulher na indústria do entretenimento e na realidade virtual como um espelhamento da sociedade. Sala de vídeo. Grátis. 12 anos. 20/06 | Terça, às 17h30. Debate às 19h30.

### **Sesc Territórios – Exibição curta “Tambores Afro-Uruguaios” e debate com Rafael Ferreira**

Exibição do curta-metragem “Tambores Afro-Uruguaios” seguida de debate com os diretores do filme, representados pelo Coletivo Criativo de Rua – CRUA, formado no Complexo da Maré em 2013. Os tambores trazidos pelos Africanos escravizados durante a colonização Espanhola no Uruguai sobreviveram e continuam com força mesmo depois de cinco séculos. O Projeto Sesc Territórios prevê atividades que valorizem a programação local e seus desdobramentos. Sala de vídeo. Grátis. 12 anos. 28/06 | Quarta, às 19h.

## **Santa Luzia**

---

### **OFICINAS E CURSOS**

#### **Yoga**

Oficina de Yoga voltada para o crescimento pessoal com a filosofia da prática do dia-a-dia, visando autocontrole. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Sala 204. Grátis. 16 anos. 01 a 29/06 | Terças e quintas, das 15h às 16h.

#### **Dicas de Viagens**

Informações culturais e históricas das regiões turísticas do estado do Rio de Janeiro e do Brasil. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Sala 202. Grátis. Livre. 06 a 27/06 | Terças, das 14h às 15h.



## **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

### **Lazer no Sesc**

Atividades recreativas com noções de dança do ventre e dinâmicas corporais de coordenação e equilíbrio. Sala 204. Grátis. 16 anos. 05 a 26/06 | Segundas, das 16h às 17h.

Dinâmicas recreativas de consciência corporal e psicomotricidade. Sala 204. Grátis. 16 anos. 07 a 28/06 | Quartas, das 16h às 17h.

Atividades físicas de coordenação motora com musicalidade e movimentos coreografados. Sala 210. Grátis. 16 anos. 02 a 30/06 | Sextas, das 12h30 às 13h30.

## **São Gonçalo**

---

### **ARTES CÊNICAS**

#### **Sesc Identidades - Blue, Bonjour Tristesse**

Espetáculo de dança contemporânea cuja pesquisa coreográfica parte dos códigos gestuais inspirados pelo ritmo do blues e dos desdobramentos poéticos e sensoriais que a cor azul provoca. Com a Cia de Dança Renato Vieira. Direção de Renato Vieira. 16 anos. R\$20,00 (inteira) | R\$10,00 (meia-entrada) | R\$5,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). 2/06 às 20h. No Teatro.

#### **Sesc Primeiros Olhares - A Gaiola**

Musical infantil sobre a história de uma menina que se dedica a cuidar do passarinho e, à medida que vão convivendo, se apegam um ao outro até se apaixonarem. Ele fica curado e, na hora da despedida, ele pede para que a menina o aprisione numa gaiola. Um dia, a menina flagra o passarinho na gaiola, encantado com a beleza do dia lá fora e uma crise se instala entre os dois. A tentativa de prender o amor se mostra inútil e os dois chegam a uma importante conclusão. Com Carol Futuro e Pablo Áscoli. Direção de Duda Maia. Livre. R\$10,00 (inteira) | R\$5,00 (meia-entrada) | R\$2,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). 4/06 às 16h. No Teatro.



### **Sesc Expressões - Cinco Passos para não Cair no Abismo**

Espectáculo de dança que investiga as possibilidades do movimento surgido nas ruas das metrópoles e desdobramentos da pesquisa de linguagem marcada por trabalhos anteriores da coreógrafa. Com a Cia Urbana de Dança. Direção de Sônia Destri Lie. 16 anos. R\$20,00 (inteira) | R\$10,00 (meia-entrada) | R\$5,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). 23/06 às 20h. No Teatro.

## **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

### **Espaço Jogo**

Espaço de lazer com jogos tradicionais como: jogos de mesa e gigantes, além de torneios e oficinas para todas as idades. Livre. Grátis. Terça a domingo e feriados das 9h às 17h. Hall da unidade.

### **Banho Livre**

Parque aquático com duas piscinas. Exclusivo para o lazer do comerciário e seus dependentes. Livre. Grátis. Terça a sexta das 9h às 16h e sábados, domingos e feriados das 9h às 17h.

### **Parquesesc**

Espaço coberto destinado à recreação de crianças de até 8 anos. Grátis. Terça a sexta das 8h às 20h e sábados, domingos e feriados das 9h às 17h30.

### **Quadra Livre**

Espaço para prática desportiva destinada ao comerciário e seus dependentes. É necessário consulta ao setor de esporte e recreação para verificar a disponibilidade do espaço. Livre. Grátis. Terça a domingo das 9h às 17h30.

## **AULAS DE ESPORTES**

### **Iniciação Esportiva de Base**

Atividades psicomotoras que abrangem desde a iniciação esportiva até a decisão pela prática de determinada modalidade. Os conteúdos serão ensinados de forma lúdica,



respeitando cada fase do desenvolvimento da criança. 4 a 6 anos. R\$60,00 (inteira), R\$35,00 (associado Sesc) e Grátis (PCG). Quartas e sextas às 9h. Ginásio.

### **Iniciação Esportiva Geral**

Circuito entre diferentes modalidades por meio de experimentação lúdica de esportes de quadra, práticas elementares de esportes tradicionais e prática aquática. 7 a 10 anos. R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Quartas e sextas às 8h, 10h e 13h45. Ginásio.

### **Natação**

Desenvolvimento do corpo e da mente por meio do fortalecimento muscular, alongamento, relaxamento e desenvolvimento nos quatro estilos de nado. 7 anos. R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). terça a sexta, 7h às 10h e 16h às 19h. Parque aquático.

### **Futsal**

Atividade conhecida anteriormente como futebol de salão, que desenvolve habilidades de chute, drible, passe e velocidade, além do conhecimento e aplicação das regras do jogo. 11 anos. R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Terças e quintas das 17h às 20h. Ginásio.

### **Vôlei**

Desporto praticado em quadra dividida por uma rede onde são desenvolvidos os fundamentos de saque, defesa, toque, manchete, bloqueio e cortada, além do conhecimento e aplicação das regras do jogo. 11 anos. R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Quartas e sextas das 17h às 20h. Ginásio.

### **Badminton**

Esporte praticado com raquete e peteca, nas modalidades individual ou em duplas. Busca desenvolver força, velocidade, reflexo, flexibilidade e resistência física. 18 anos. R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Quartas e sextas às 15h45. Ginásio.

### **Hidroginástica**

Exercício feito na água que melhora a capacidade aeróbica, a resistência cardiorrespiratória, a resistência, a força muscular e a flexibilidade, além de queimar

calorias com a vantagem de minimizar impactos nas articulações. 15 anos. R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc). Terças e quintas, 7h, 8h, 10h, 16h e 18h. Quartas e sextas, 9h, 10h, 16h e 19h. Parque aquático.

### **Pilates**

Atividade física que, por meio da respiração, trabalha o corpo de forma global. Seus benefícios são muitos, como: aumento da flexibilidade por meio do alongamento e força muscular. Ainda aprimora a coordenação motora e equilíbrio. 15 anos. R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc). Terças e quintas, 17h, 18h, 19h e 20h. Quartas e sextas, 7h, 8h, 9h e 10h. Sala multiuso.

### **Balé**

Estilo de dança realizada, principalmente, com acompanhamento de música clássica, trabalhando a postura, movimentos circulares, disciplina, leveza e harmonia. 11 anos. R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Quartas e sextas das 18h às 20h. Sala multiuso.

### **Ginástica Rítmica**

Modalidade esportiva e olímpica que envolve a relação entre elementos corporais e os diversos aparelhos, desenvolvendo ritmo e coordenação motora. 11 a 17 anos. R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Terças e quintas das 13h45 às 15h45. Ginásio.

### **Judô**

Desporto praticado como arte marcial. Os seus principais objetivos são: fortalecer o físico, a mente e o espírito de forma integrada, além de desenvolver técnicas de defesa pessoal. 11 anos. R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Quartas e sextas das 17h às 20h. Sala de artes marciais.

### **Ritmos**

Refere-se a diversos tipos de dança como: bolero, soltinho, samba e forró. É executada por um par de dançarinos e praticada como forma de entretenimento e integração social. 15 anos. Terças e quintas às 17h, 18h, 19h e 20h. Quartas e sextas às 15h, 16h e 17h. R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Sala de curso 1.



### **Taekwondo**

Arte marcial que desenvolve agilidade, flexibilidade, coordenação motora, alongamento e algumas técnicas de defesa pessoal. 11 anos. R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG). Terças e quintas das 17h às 20h. Sala de artes marciais.

## **EXPOSIÇÃO**

### **Panorama Sesc - Acervo Sesc RJ - Gravuras**

20 gravuras do artista Marcelo Frazão, que fazem parte do acervo do Sesc Rio. As obras, produzidas em 1996 e 1997, revelam escolhas de Frazão em seu processo criativo e abordam a desconstrução do figurativo e a inclusão na gravura tradicional de diferentes materiais e objetos na confecção de suas matrizes. Como produto final, gravura em madeira, em metal e litografia. As interferências realizadas por meios das experimentações são nitidamente visíveis, identificando assim, os materiais e objetos utilizados. Livre. Grátis. Terça a domingo das 9h às 17h. Galeria de arte.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Panorama Sesc - A Alma da Gente**

Dez anos depois dos ensaios de um espetáculo de dança com elenco de jovens moradores da Favela da Maré, no Rio de Janeiro, os diretores buscam esses participantes para descobrir o impacto da experiência em suas vidas. Direção de Helena Soldberg e David Meyer. Documentário. Brasil, 2013. Livre. Grátis. 2/06 às 18h. Sala audiovisual.

### **Sesc Primeiros Olhares - O Homem da Lua**

O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. Direção de Stephan Schesch. Ficção Científica/Animação. França/Irlanda/Alemanha, 2012. Livre. Grátis. 3 e 17/06 às 14h. Sala audiovisual.

### **Panorama Sesc - O Congresso Futurista**

Uma atriz desempregada, lidando com o passar do tempo, aceita um último trabalho: vender sua imagem a um estúdio de cinema para ser usada de maneira digital. Entretanto, as consequências de sua decisão irão afetá-la de uma maneira que ela não previu. Direção de Ari Folman. Ficção científica/Animação. França/Israel, 2014. 12 anos. Grátis. 9/06 às 18h. Sala audiovisual.

### **Sesc Primeiros Olhares - Asterix e o Domínio dos Deuses**

50 anos antes de Cristo, a Gália é ocupada pelos romanos, mas um vilarejo povoado por gauleses ainda resiste. Exasperado com a situação, Júlio César decide abandonar a tática da guerra para transformar o vilarejo em uma simples atração turística. Asterix e Obelix farão de tudo para frustrar mais uma vez os planos de César. Direção de Louis Clichy e Alexandre Astier. Comédia/Animação. França/Bélgica, 2014. Livre. Grátis. 10 e 24/06 às 18h. Sala audiovisual.

### **Panorama Sesc - Nós Somos as Melhores**

Duas garotas de 13 anos querem montar uma banda punk. Elas cortam seus cabelos em estilo moicano e recorrem à música para protestar e vencer o tédio, porém não sabem tocar nada. Então recorrem à ajuda de outra colega tímida e certinha, mas brilhante na guitarra. Direção de Lukas Moodysson. Drama. Suécia, 2013. 12 anos. Grátis. 16/06 às 18h. Sala audiovisual.

### **Panorama Sesc - Amar, Beber, Cantar**

Um grupo de teatro amador tenta ensaiar uma nova peça. Após saberem que o amigo George está gravemente doente e tem apenas mais alguns meses de vida, eles lhe convidam para substituir um ator que não poderá participar dos ensaios. Direção de Alain Resnais. França, 2014. 14 anos. Grátis. 23/06 às 18h. Sala audiovisual.

### **Panorama Sesc - Viver é Fácil com os Olhos Bem Fechados**

Um professor de gramática que usa músicas dos Beatles para ensinar inglês na Espanha em 1966, descobre que John Lennon vai visitar a província da Almería durante as gravações de um filme. Determinado a conhecê-lo, ele dirige pela estrada em sua jornada. No caminho, dá carona a um garoto de 16 anos que fugiu de casa e uma garota de 21 que também parece estar fugindo de algo. Direção de David Trueba. Espanha, 2015. 14 anos. Grátis. 30/06 às 18h. Sala audiovisual.



## LITERATURA

### Sesc Primeiros Olhares - Balão de Histórias

Dupla de artistas apresenta contação de histórias que exalta a diversidade de etnias existente no Brasil sob a influência musical africana, reunindo variados ritmos como o Blues, o Rock, o Reggae e o Coco. Com a Cia Sansakroma. Livre. Grátis. 23/06 às 10h e 14h. Sala audiovisual.

## São João de Meriti

---

## ARTES CÊNICAS

### BLUE – Bonjour Tristesse

Mantendo a harmonia do jogo cênico de uma companhia com quase 30 anos de trabalho contínuo, calcado no vigor e domínio técnico aliados a uma densidade teatral resultante dos intérpretes, a Renato Vieira Cia de Dança mais uma vez reconstitui sua identidade. Como dizem: *Something old. Something new. Something borrowed. Something Blue.* O blues moderno. Em cena, 8 homens, 12 compassos, como na melodia base, desenvolvendo solos, duos, trios totalmente livre do acompanhamento. Puro improviso deixando se levar pela eletricidade da música/luz /espaço. E do estar nesse mundo. Com a Renato Vieira Cia de Dança. Direção e concepção Geral: Renato Vieira. Coreografias: Renato Vieira e Bruno Cezario. Bailarinos: Tiago Oliveira, Dinis Zanotto, Felipe Padilha, Flávio Arco-Verde, Jeferson Lengruber, Marlon Ailton, Wallace Costa, Elton Sacramento. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 5 (assoc. Sesc) | R\$ 10 (meia-entrada) | R\$ 20 (inteira). 03/06 | 19h. 14 anos. Teatro.

### Cinco Passos para não cair no Abismo

O espetáculo investiga as possibilidades do movimento surgido nas ruas das metrópoles, desdobramento da pesquisa de linguagem marcada por trabalhos anteriores da coreógrafa. Os dançarinos da Companhia Urbana de Dança se colocam na obra como sujeitos a partir de suas trajetórias como afro latinos, brasileiros e jovens, vindos das periferias da cidade do Rio de Janeiro. Com a Companhia Urbana de Dança.

Direção: Sonia Destri.



Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 5 (assoc. Sesc) | R\$ 10 (meia-entrada) | R\$ 20 (inteira).  
24/06 | 19h. 16 anos. Teatro.

## **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

### **Espaço Jogo**

Espaço de lazer através de jogos tradicionais e eletrônicos, jogos de mesa, jogos gigantes, torneios e oficinas para todas as idades nos finais de semana e feriados. Grátis. Sábados, domingos e feriados | 9h as 17h. Livre.

**03/06 – Jogos Gigantes e Tênis de Mesa**

**10/06 – Festival de Dominó**

**17/06 – Jogos juninos (Pescaria, Argolas e Boca do Palhaço) e Tênis de Mesa**

**24/06 – Festival de Dominó**

### **Lazer no Sesc**

Atividades recreativas diversificadas e para todas as idades nos finais de semana e feriados. Aulas abertas esportivas, jogos educativos, cooperativos e espaço infantil. Grátis. Sábados, domingos e feriados. Livre.

**03, 10, 15, 17 e 24/06 | 9h às 10h - Aulão de Hidroginástica**

**03/06 | 10h às 12h - Futsal - Desafio da Família**

**17/06 | 15h às 17h - Basquetebol de duplas**

**24/06 | 10h às 11h - Futebol de cesta**

**21/06 | 13h às 17h - Recreação Esportiva com escola agendada**

### **Aula Especial**

Aula especial das modalidades de esporte individual e coletivo como proposta de iniciação e formação esportiva. Grátis.

**03, 10, 17 e 24/06 | 8h – Natação**

**03/06 | 13h – Voleibol**

**03/06 | 15h – Basquetebol**

**04/06 | 10h – Futsal**

**Livre.**

### **Momento para Dançar**

Um encontro para dançar. Momento de lazer através da dança e diversos ritmos para socialização e bem estar. Este mês com o tema “Festa Sertaneja” Ginásio. R\$2 (assoc. Sesc), R\$ 5. 17/06 | Sábado | 16h às 19h. Livre.

## **CURSOS E OFICINAS**

### **Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso Iniciação ao Teatro – Jovem e adulto**

Criação em possibilidades corporais. Criação em linguagem gestual e os jogos lúdicos. Expressão vocal e suas possibilidades: a utilização da voz no teatro. Expressão vocal: sonoridade e improvisos cênicos. Jogo teatral: a identificação dos elementos constitutivos (ação, espaço e personagem). Jogo teatral: a construção dos personagens. Texto teatral contemporâneo: suas características e as novas possibilidades de encenação. Grátis. Sábados | 14h às 17h. Quartas | 19h às 21h. 14 anos.

### **Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso Dança Urbana**

Trabalho corporal específico com técnicas de popping, locking, breaking dance e house ance, que promovem a apropriação pelos alunos de uma expressão corporal rica, onde a sincronia e a coordenação motora são as duas linhas principais. Inscrições no setor Técnico – 4º andar. Grátis. Sábados | 10h às 12h. 12 anos.

### **ArteC&T - Oficina - Linkando Conhecimento: Redes Sociais e o Estudo da Cibercultura**

A oficina se destina ao estudo dirigido sobre as diversas funções utilitárias encontradas nas redes sociais, recursos interessantes e que muitas vezes passam despercebidos no seu uso contínuo. Grátis. 02 e 16/06 | 15h. Livre. Espaço Arte, Ciência e Tecnologia.

### **ArteC&T - Oficina - Navegação a Bibliotecas e Museus Virtuais**

Oficinas de visitas orientadas a museus virtuais, valorizando os aspectos artísticos, culturais e sociais dos espaços que serão conhecidos. A oficina busca proporcionar ao público a integração entre o passado e o presente, a observação de diversos patrimônios culturais e artísticos com a praticidade e informação das mídias digitais. Grátis. 09 e 23/06 | 15h. Livre. Espaço Arte, Ciência e Tecnologia.

### **Sesc+ Criativo – Corte e Costura em Feltro**

Oficina de artesanato que possibilita o conhecimento de novas técnicas de forma rápida e prática, bem como a possibilidade de renda extra. Esse mês: oficina de corte e costura em feltro. Grátis. 14/6 | 13h. 16 anos. Sala multiuso.

### **Percurso Saúde – Curso Envelhecimento Saudável**

Curso para a construção coletiva de conhecimentos acerca do envelhecimento e seus impactos na saúde física e emocional, apontando caminhos para a longevidade saudável. Grátis. 14 e 28/06 | 14h às 17h. Livre. Inscrições pelo telefone: (21) 3659-8391 ou (21) 2755-6447.

### **Sesc+ Criativo – Curso de Artesanato em EVA**

Cursos que possibilitam ao participante a possibilidade de renda extra por meio de técnicas de artesanato. Esse mês: curso de artesanato em EVA, que é um material de baixo custo e possibilita a criação de vários objetos e lembranças. Grátis. 20, 22, 27 e 29/6 | 8h. 16 anos.

### **Comer é Divertido**

Atividade de educação alimentar voltada para crianças e adolescentes com a utilização de jogos educativos a fim de valorizar hábitos alimentares saudáveis. Grátis. 21/06 | 14h às 17h. Livre.

### **Percurso Saúde – Oficina Combate ao Estresse**

Oficina com técnicas de combate ao estresse. Grátis. 21/06 | 9h às 11h. Livre. Espaço Verde.

### **Sesc+ Infância: Oficina – Como Identificar e Desenvolver Habilidades e Talentos?**

Oficina que visa ampliar a reflexão sobre o tema, destacando a importância da observação e identificação das habilidades e talentos na infância, visando o desenvolvimento dessas capacidades. Grátis. 30/6 | 14h. 16 anos. Auditório.

## **AULAS DE ESPORTES**

### **Curso de Voleibol**

Desenvolvimento das técnicas e sistemas de jogo, priorizando os aspectos cognitivos, afetivos e psicomotores. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Quartas e sextas, das 10h15 às 11h15 (11/12 anos), das 11h30 às 12h30 (13 a 14 anos) das 18h15 às 19h15 (11 a 14 anos) e 19h30 às 20h30 (a partir de 15 anos). Ginásio.

### **Curso de Basquetebol**

Desenvolvimento das técnicas e sistemas de jogo, priorizando os aspectos cognitivos, afetivos e psicomotor. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terças e quintas, das 18h15 às 19h15 (11 a 14 anos) e das 19h30 às 20h30 (a partir de 15 anos). Ginásio.

### **Curso de Futsal**

Iniciação ao desporto, que desenvolve a velocidade, destreza, agilidade e coordenação motora. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terças e quintas | 10h15 às 11h15 (11 a 12 anos) | 11h30 às 12h30 (13 a 14 anos) | 17h às 18h (a partir de 15 anos). Quartas e sextas | das 17h às 18h (11 a 14 anos). Ginásio.

### **Curso de Pilates**

Método de condicionamento físico que trabalha todo o corpo, proporcionando força, flexibilidade e autoestima. Seus exercícios são executados de forma consciente e coordenados com a respiração e postura. Valor: R\$ 50 (assoc. Sesc) | R\$ 85. Terças e quintas | 7h às 7h50 | 8h às 8h50 | 9h às 9h50h | 10h às 10h50. Quartas e sextas | 16h30 às 17h20 | 17h30 às 18h20 | 18h30 às 19h20 | 19h30 às 20h20. 15 anos.

### **Curso de Natação**

Aprendizado e aperfeiçoamento dos nados, viradas e saídas nos quatro estilos. 7 anos. Valor: Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 50 (assoc. Sesc) | R\$ 85. Terça a sexta horários variados, de 7h as 20h20. 7 anos. Parque Aquático.

### **Curso de Hidroginástica**

Atividade Física praticada na água visando ao condicionamento cardiopulmonar e à melhoria da resistência muscular localizada. R\$ 50 (assoc. Sesc) | R\$ 85. Terça a sexta | horários variados, de 7h as 20h20. 15 anos. Parque Aquático.

### **Curso de Dança de Salão**

Ritmos típicos dos salões de baile: bolero, tango, rumba, mambo, salsa, merengue, samba e outros. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 50 (assoc. Sesc), R\$ 85. Terça a sexta | 18h às 18h50 | 19h às 19h50 | 20h às 20h50. 15 anos.

### **Curso de Karatê**

Arte marcial milenar japonesa, que teve suas origens na China. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terças e quintas | 17h às 17h50 (15 a 17 anos) | 18h às 18h50 (11 a 14 anos) | 20h às 20h50 (a partir de 18 anos).

### **Iniciação Esportiva de Base**

Atividade de iniciação esportiva que visa contribuir para a formação e estruturação do esquema corporal e incentiva a prática do movimento em todas as etapas da vida de uma criança. Desenvolve atividades relacionadas ao esquema corporal, lateralidade, coordenação motora, equilíbrio, estruturação espacial e temporal. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terças e quintas | 15h45 às 16h45. Quartas e sextas | 9h às 10h. 4 a 6 anos. Ginásio.

### **Iniciação Esportiva Geral**

Fase inicial de todo treinamento esportivo com uma preparação generalizada para que as crianças possam vivenciar experiências motoras em várias atividades, estimulando o prazer à prática. É, sobretudo, uma iniciação esportiva diversificada com o objetivo de proporcionar o domínio sobre técnicas corporais básicas. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terças e quintas | 9h às 10h. Quartas e sextas | 15h45 às 16h45. 7 a 10 anos. Ginásio.

### **Esporte Master**

Iniciação desportiva voltada ao público idoso. A vivência de várias modalidades com um aspecto lúdico e adequado à faixa etária. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terça a sexta | 11h30 às 12h30. 60 anos.

### **Curso de Balé**

Atividade que visa desenvolver a atenção, interação e participação em grupo, desenvolve tomada de consciência sobre o próprio corpo, praticando e exercitando movimentos que ajudam na boa postura, no alongamento, coordenação e senso rítmico. Grátis (inscritos no PCG) | R\$ 35 (assoc. Sesc) | R\$ 60. Terças e quintas | 15h30 às 16h20 | 17h30 às 18h20 (11 a 14 anos) | 16h30 às 17h20 | 18h30 às 19h20 (a partir de 15 anos).



### **Banho Livre**

Utilização do parque aquático de forma recreativa. Restrito aos associados Sesc. Grátis. Terça a sexta, das 12h às 14h. Sábado, domingo e feriados, das 9h às 17h. Livre.

## **EXPOSIÇÃO**

### **Fayga Artista | Fayga Educadora**

Gravadora, pintora, desenhista, ilustradora, teórica da arte e professora. Fayga é uma artista multifacetada, trabalha com técnicas diversas, como xilogravura, serigrafia em tecidos e litogravura, esta última dá origem à esta exposição. A partir de 4 obras de litogravura vamos adentrar a produção artística e intelectual de Fayga Ostrower, exprimindo suas ideias e sua produção de forma a apresentar dois universos únicos e paralelos que se completam: O universo da Fayga Artista e o universo da Fayga Educadora. Grátis. Até 30/07 | terça a sábado | 9h às 18h. Livre. Galeria.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Panorama Sesc Cinema: Viver é Fácil - Arte e Vida no Cinema**

Em junho, o Sesc exhibe filmes que apresentam a importância e a potência da arte na vida de seus personagens. A arte enquanto desejo, obsessão, redenção, ruína e idolatria. Enquanto comunicação e cultura. Um olhar sobre passado, presente e futuro através das manifestações artísticas e seus impactos nos indivíduos e na sociedade. Grátis.

**Nós Somos as Melhores** - Bobo (Mira Barkhammar) e Klara (Mira Grosin) têm 12 anos e são amigas inseparáveis. Elas são fãs de punk e sentem-se deslocadas na escola e em suas famílias, já que todos dizem que o punk morreu. Um dia, como provocação a um grupo de garotos, elas resolvem montar uma banda. Não demora muito para que convidem para o grupo Hedvig (Liv LeMoyne), devido ao seu talento no violão. Entretanto, Hedvig é cristã e nada tem a ver com o estilo punk de ser, tendo que ser iniciada no movimento por Bobo e Klara. Dir. Lucas Moodysson, Suécia/Dinamarca, 102 min, 2014. 01/06 | 10h. 13/6 | 14h. 22/6 | 18h30. 12 anos.

**Caminho para o nada** - Tygh Runyan (Mitchell Haven) é um jovem cineasta que resolve rodar um filme baseado na história de um crime real, ocorrido no interior dos Estados Unidos, onde um político e sua amante aparentam ter cometido suicídio. Para interpretar a amante é contratada uma mulher misteriosa (Shannyn Sossamon), bastante parecida com a pessoa na qual sua personagem é inspirada. Aos poucos Tygh é envolvido cada vez mais pelo ocorrido, desenvolvendo uma obsessão pelo caso e por sua protagonista. Dir. Monte Hellman, EUA, 121 min, 2010. 01/06 | 18h30. 14 anos.

**O Artista e a Modelo** - Marc Cros é um cultuado escultor que já está aposentado há tempos. Aos 80 anos, ele vive com sua esposa Léa em um vilarejo no interior da França, próximo da fronteira da Espanha. Em pleno verão de 1943, vê sua esposa oferecer abrigo a uma espanhola fugitiva do regime de Franco. A jovem, então, passa a viver no ateliê de Cros. Pouco a pouco, ele recupera sua vontade de trabalhar novamente e passa a usar a jovem como modelo. Dir. Fernando Trueba, Espanha/França, 104 min, 2014. 03/06 | 16h. 8/06 | 18h30. 14 anos.

**O Congresso Futurista** - Uma atriz em fim de carreira (Robin Wright) decide aceitar uma proposta ousada, mas muito bem paga, para ter melhores condições de cuidar de seu filho, portador de deficiência física. Segundo o acordo, ela deve colaborar com uma empresa que vai fazer uma versão digital de sua imagem, criando assim uma atriz virtual idêntica à ela mesma. Enquanto a empresa pode utilizar essa imagem virtual para os fins que desejar, a atriz real será proibida de atuar até o resto de sua vida. Aos poucos, ela começa a perceber as consequências catastróficas da atitude que tomou. Dir. Ari Folman, Israel / Alemanha / Polônia / Luxemburgo / França / Bélgica, 123 min, 2014. 06/06 | 14h. 22/06 | 10h (após exibição, debate com Samantha Brasil). 12 anos.

**Amar, Beber e Cantar** - Um grupo de teatro amador está ensaiando uma nova peça, quando uma notícia triste abala a todos: George, amigo próximo da trupe, está doente. De acordo com os médicos, ele tem no máximo seis meses de vida. Enquanto as mulheres do grupo começam a relembrar a antiga paixão pelo mulherengo George, os homens têm uma ideia inusitada: e se o amigo doente fosse chamado para interpretar um dos personagens da peça? Dir. Alain Resnais, França, 108 min, 2014. 08/06 | 10h. 17/06 | 16h. 12 anos.

**A Alma da Gente** - Em 2002, o coreógrafo Ivaldo Bertazzo coordenou um projeto de dança com adolescentes moradores da Favela da Maré, levando à apresentação do

espetáculo "Dança das Marés". O documentário mostra a rotina de treinos e a interação entre os participantes, revelando os sonhos destes jovens para o futuro. Dez anos mais tarde, em 2012, os diretores procuraram os dançarinos para compreender o impacto deste evento em suas vidas, e para ver se conseguiram conquistar os desejos de infância. Dir. Helena Solberg e David Meyer, Brasil, 82 min, 2013. 10/06 | 16h. 27/06 | 14h. 29/06 | 18h30 – sessão no parque aquático. 10 anos.

**Super Nada** - São Paulo. Guto (Marat Descartes) é um artista de rua e aspirante a ator que sonha em um dia ser reconhecido pelo seu trabalho. Dedicado, ele pratica, se prepara e participa de todas as audições que pode, na espera de que um dia a sorte chegue. Ele admira Zeca (Jair Rodrigues), um comediante que trabalha na TV e é idolatrado por muita gente, apesar de estar com a carreira decadente. Os dois se encontram quando Guto é convidado para uma audição no programa, mas o relacionamento com o ídolo não é bem como Guto esperava. Dir. Rubens Rewald, Brasil/México, 94 min, 2013. 14/06 | 14h. 24/06 | 16h. 16 anos.

**Viver é Fácil de Olhos Fechados** - Em plena década de 60, Antonio (Javier Cámara), um modesto professor de inglês, é fã incondicional dos Beatles e sonha em conhecer seu ídolo, John Lennon. Para encontrar o seu "herói", o professor irá viajar até Almeria e no meio do caminho irá esbarrar com dois jovens: Belén (Natalia de Molina), uma moça de vinte anos e Juanjo (Francesc Colomer), um garoto de dezesseis que está fugindo de seu pai autoritário. O encontro destas três pessoas fará a vida de cada uma tomar rumos imprevisíveis. Dir. David Trueba, Espanha, 108 min, 2015. 20/06 | 14h. 29/06 | 10h. 14 anos.

## **IDOSOS**

### **Sesc+ Vida - Reunião de Convivência**

Momento de integração e valorização do idoso. Estabelece novos vínculos afetivos, estimula aspectos como, dentre eles, a memória e autoestima, a descoberta de novos interesses, a melhor compreensão das relações com outras gerações e a aquisição de novos conhecimentos. Grátis. 07/06 | 14h às 15h30. Livre. Teatro.

### **Sesc+ Vida – Oficina de Dança Sênior**

A dança sênior é uma dança adaptada para os idosos e estimula a atenção, o ritmo, a memória e o maior reconhecimento do esquema corporal, além de ser oportunidade de socialização. Grátis. 08 e 22/06 | 16h às 17h. Livre. Quiosque.

### **Sesc+ Vida – Viagens e Vivências**

Reflexão sobre conceitos que promovam o envelhecimento ativo em todas as suas dimensões, oportunizando a disseminação de temas importantes na vida dos idosos e grupos de interesse. A oficina irá trabalhar com as lembranças de viagens e vivências dos participantes, possibilitando a troca de informações sobre os locais visitados, bem como oportunizar o acesso a sites dessas regiões e dicas culturais. Grátis. 09 e 23/6 | 13h. Livre. Espaço Arte, Ciência e Tecnologia.

### **Sesc+ Vida – Consciência Corporal**

As técnicas de relaxamento possibilitam o controle da ansiedade e do estresse, bem como ajuda a melhorar a concentração. A oficina possibilita a integração do idoso, estimulando novos vínculos afetivos e a aquisição de novos conhecimentos. Grátis. 16 e 30/6 | 14h. Livre. Auditório.

### **Sesc+ Vida – Palestra sobre Quedas: do Risco à Prevenção**

A palestra visa sinalizar contribuir na prevenção de quedas no ambiente doméstico e em outros locais que os idosos frequentam no seu dia a dia. Grátis. 17/06 | 14h. Livre. Teatro.

### **Sesc+ Vida – Curso de Ativação da Memória**

A memória exerce importante influência sobre a autonomia e independência na vida cotidiana e, conforme envelhecemos, é essencial exercitá-la com frequência. Dessa forma, o curso se propõe estimular a memória por meio da leitura de textos, percepção de imagens, música e jogos. Grátis. Grátis. 23/06 | 14h às 16h. Livre. Auditório.

## **INFANTIL**

### **Pé de Vento Cabeça no Chão**

Quatro bailarinos interpretam cenas comuns que ganham olhar fantasioso presente no universo infantil: a hora de dormir, os sonhos, as brigas, os afetos, as brincadeiras são apresentados a partir do ponto de vista da criança. A liberdade infantil de interpretar personagens permite que questões importantes no desenvolvimento emocional e social sejam abordadas de forma leve e lúdica, bem humorada e emocionante. O cotidiano é apresentado a partir das diferentes emoções que as crianças experimentam ao longo do dia. Fruto de pesquisa em dança contemporânea, principalmente técnicas de contato, apresenta elementos de teatro e o imaginário das danças brasileiras. Com a Cia REC/ Alice Ripoll. Grátis (inscritos PCG) | R\$ 2 (assoc. Sesc) | R\$ 5 (meia-entrada) | R\$ 10. 18/06 | 16h. Livre. Teatro.

### **Sesc+ Infância – Oficinas - Módulo II - Avançado**

Realização de atividades que estimulam habilidades e competências, pautadas na essência do brincar, enquanto condição primordial para o desenvolvimento integral. Busca a aproximação entre diferentes faixas etárias, a troca de saberes e a construção de experiências coletivas que se fundamentem na criatividade, no respeito, na afetividade, na inclusão e no fortalecimento das relações interpessoais. Exclusivo para associados Sesc e inscritos no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Grátis. Terças e quintas | de 8h às 11h. Quartas e sextas | 14h às 17h. 6 a 9 anos. Sala Multiuso 2.

### **Sesc Primeiros Olhares**

Programação direcionada ao público infanto-juvenil com o intuito de diversificar seu repertório artístico-cultural. Grátis.

**O Homem da Lua** - O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta, ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. Dir. Stephan Schesch, Sarah Clara Weber, França/Irlanda/Alemanha, 95 min. 04/06 | 16h. Livre.

**Asterix e o domínio dos deuses** - O imperador romano Júlio César sempre quis derrotar os irredutíveis gauleses, mas jamais teve sucesso em seus planos de conquista. Até que, um dia, ele resolve mudar de estratégia. Ao invés de atacá-los, passa a oferecer os prazeres da civilização aos gauleses. Desta forma, Júlio César ordena a construção da Terra dos Deuses ao redor da vila gaulesa, de forma a impressioná-los e, assim, convencê-los a se unir ao império romano. Só que a dupla Asterix e Obelix não está nem um pouco disposta a cooperar com os planos de César. Dir. Louis Clichy, Alexandre Astier, França/Bélgica, 86 min, 2016. 11 e 25/06 | 16h. Livre.

#### **Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso Iniciação ao Teatro – Infantil**

Criação em possibilidades corporais. Criação em linguagem gestual e os jogos lúdicos. Expressão vocal e suas possibilidades: a utilização da voz no teatro. Expressão vocal: sonoridade e improvisos cênicos. Jogo teatral: a identificação dos elementos constitutivos (ação, espaço e personagem). Jogo teatral: a construção dos personagens. Texto teatral contemporâneo: suas características e as novas possibilidades de encenação. Grátis. Terças | 14h às 17h. 9 a 13 anos.

## **LITERATURA**

### **Biblioteca**

Espaço dedicado à leitura composto de acervo com diversas obras da literatura nacional e internacional. Grátis. Terça a domingo | 9h às 17h30. Livre.

### **Sesc Primeiros Olhares - Contação de Histórias: Maria Menina e João Moço**

Duas histórias autorais, Maria Menina, a história da menina dos cabelos rebeldes e libertários, e João Moço, o menino dos pés dançantes. Grátis. 07/06 | 10h e 14h. Livre. Biblioteca.

## **PALESTRAS E DEBATES**

### **Sesc+ Infância – Reunião de Convivência**

Espaço de reflexão sobre as questões relacionadas às infâncias, suas especificidades e direitos universais, possibilitando construir coletivamente, a partir desses conceitos, redes de cooperação com vistas à promoção da qualidade de vida, ao acompanhamento do percurso formativo dos participantes, a proteção e a garantia de



direitos das crianças. A reunião será para os responsáveis pelas crianças do Sesc+ Infância e demais pessoas interessadas na temática abordada. Grátis. 13/06 | 9h. 16 anos. Auditório.

**ArteC&T - Roda De Conversa: A Integração entre a Arte e a Tecnologia, uma Nova Perspectiva Cultural**

A Roda de Conversa busca debater os impactos da tecnologia no mundo das artes, exemplificando a necessidade que o advento tecnológico possui em reinventar as diversas manifestações artísticas, abrindo novos horizontes e criando inúmeras possibilidades de integração entre os computadores e a produção cultural. Grátis. 20/06 | 09h. Livre. Espaço Arte, Ciência e Tecnologia.

**Sesc+ Social – Palestra sobre Cyberbullying**

Palestra para jovens, líderes comunitários, agentes sociais e professores da região. Busca-se esclarecer sobre as consequências dessa prática e orientar quanto ao uso saudável dos meios virtuais. Grátis. 21/6 | 15h. 12 anos. Auditório.

**Arte, C & T - Roda De Conversa: O Papel da Tecnologia nas Artes, um Salto a Impulsionar a Educação**

A Roda de Conversa busca debater os impactos da tecnologia no mundo das artes, exemplificando a necessidade que o advento tecnológico possui em reinventar as diversas manifestações artísticas, abrindo novos horizontes e criando inúmeras possibilidades de integração entre os computadores e a arte-educação como uma forma inovadora e dinâmica do ensino no século XXI. Grátis. 21/06 | 14h. Livre. Espaço Arte, Ciência e Tecnologia.

**Panorama Sesc de Cinema - Ciclo de Encontros: A Arte como Produção do Real, com Samantha Brasil**

Bate-papo informal sobre o desenvolvimento do imaginário social na arte como produção do real a partir de diferentes gêneros de filmes feitos por mulheres, com mulheres, para mulheres. A partir de filmes-chave como "O congresso futurista", de Ari Folman, que aborda a força política da mulher na indústria do entretenimento e na realidade virtual como um espelhamento da sociedade e do filme "A alma da gente", de Helena Solberg, única mulher a dirigir um filme que pertence ao movimento do Cinema Novo no Brasil, traçaremos um panorama sobre o imaginário coletivo acerca



da influência das artes na vida através do cinema. Logo após a exibição do filme “O Congresso Futurista”, que começa 10h. Grátis. 22/06 | 12h. 12 anos.

## **PROJETOS ESPECIAIS**

### **Sesc+ Verde: Meio Ambiente**

**Sesc+ Verde - Brincadeiras e Jogos sobre Gestão de Resíduos e Desperdício** - Grátis.

06 a 09/06 | 9h às 10h50. Livre. Parque Aquático. Exclusivo para os alunos inscritos no Curso de Natação.

**Sesc+ Infância – Oficina sobre a História do Rio Pavuna** - Grátis. 06/06 | 9h. 09/06 | 15h. Livre. Sala de Idiomas.

**Percurso Saúde – Campanha Saúde e Meio Ambiente** - As questões ambientais relacionadas à saúde e qualidade de vida, que influenciam aspectos como alimentação, respiração e outros pontos. Serão desenvolvidas palestras, oficinas e orientações tratando o tema relacionando saúde e meio ambiente. Grátis. Livre.

**Palestra sobre saúde e saneamento básico** - 07/06 | 14h - Auditório.

**Oficina: Meio ambiente e a origem dos alimentos** - 07/06 | 15h30 - Sala Multiuso 1.

**Orientação sobre agrotóxicos** - 08/06 | 9h. Hall do 1º andar.

**Oficina: Meio ambiente e a origem dos alimentos** - 08/06 | 10h30 - Sala Multiuso 1.

**Sesc+ Verde – Roda de Conversa Gestão de Resíduos** - Grátis. 09/06 | 9h. Espaço Arte, Ciência e Tecnologia. Livre.

**Sesc+ Verde - Feira de Trocas e Roda de conversa sobre Consumo Responsável** - Grátis. 10/06 | 13h. Livre. Área ao lado do quiosque.

**Sesc+ Verde - Roda de Conversa Os Impactos Ambientais do Agronegócio** - Grátis. 14/06 | 14h. Livre. Espaço Arte, Ciência e Tecnologia.

**Oficina Construção de Cultivo de Hortas em Pequenos Espaços** - Exclusivo para as crianças atendidas no projeto Sesc+ Infância. Grátis. 28/06 | 15h. 29/06 | 9h. Livre. Espaço Verde.



### **Sesc+ Social – Encontro com Instituições**

Encontro com representante de instituições, lideranças comunitárias, moradores atuantes e profissionais da área social, visando a concretização de parcerias, incentivo à articulação comunitária, troca de experiências sobre projetos, bem como ampliação de conhecimentos sobre temas de cunho educativo. Grátis. 22/06 | 14h. Livre. Auditório. Informações: (21) 2755-6540.

### **Sesc+ Futuro – Encontro com Jovens**

Encontro com adolescentes e jovens com o intuito de realizarem um resgate histórico dos territórios onde vivem, com vistas a promover a valorização do local, o fortalecimento de suas trajetórias e a aproximação com diferentes territórios, criando um olhar diferenciado sobre a multiplicidade das culturas juvenis, sugerindo ações que identifiquem as potencialidades individuais, seus interesses, suas linguagens e os diferentes processos de interação com o mundo. Grátis. Inscrições e informações de terça a sábado, das 9h às 20h, no Setor Técnico. 4º andar.

- 10 a 15 anos – sextas às 18h. Espaço Arte, Cultura e Tecnologia.
- 16 a 29 anos – sábados às 10h. Espaço Arte, Cultura e Tecnologia.
- Todas as faixas – 17/06 | 10h. Auditório.

## **Teresópolis**

---

### **ARTES CÊNICAS**

#### **Cinco Passos Para não Cair no Abismo**

O espetáculo de dança é uma criação inédita da companhia Urbana de Dança. A apresentação investiga as possibilidades do movimento surgido nas ruas das metrópoles, desdobramento da pesquisa de linguagem marcada por trabalhos anteriores da coreógrafa. Nesta continuidade, a partir das busca de novas sonoridades e movimentação, o espetáculo se utilizará da linguagem de rua como caminho, mas não como resultado final. Os Dançarinos da Companhia se colocam na obra como sujeitos a partir de suas trajetórias como afros latinos, brasileiros e jovens, vindos das periferias da cidade do Rio de Janeiro. As suas raízes e as influências das danças sociais



são os ponto de partida para o registro do trabalho. R\$ 5 (associados Sesc) | R\$ 10 (meia-entrada) | R\$ 20 (inteira). 02/06 | 19h30. 16 anos. Teatro.

### **Blue Bonjour Tristesse**

O espetáculo tem como ponto de partida dois elementos . Em primeiro lugar a pesquisa parte dos códigos gestuais imperados pelo ritmos do Blues e dos desdobramentos poéticos e sensoriais que a cor azul provoca . Também é fonte de criação para a obra a poesia de Wislawa Szymborska, autora vencedora do Prêmio Nobel de Literatura em 1996. O dialogo com a literatura se apresenta como base para uma busca estética com os universos poético - filosóficos imprimindo possibilidades criativas para os movimentos do corpo. R\$ 5 (associados Sesc) | R\$ 10 (meia-entrada) | R\$ 20 (inteira). 09/06 | 19h30. 16 anos. Teatro.

## **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

### **Espaço Jogo**

Espaço de lazer através de jogos tradicionais e eletrônicos, jogos de mesa, jogos gigantes, torneios e oficinas para todas as idades. Grátis 03 a 25/06 | Quartas e sextas das 11h às 17h30, Terças e quintas das 15h às 16h30 e Sábados, domingos e feriados das 10h às 17h. Livre. Quiosque.

### **Lazer No Sesc**

Atividades recreativas diversificadas e para todas as idades. Aulas abertas esportivas, oficina e construção de brinquedos, jogos educativos, cooperativos e espaço infantil. Grátis. 03 a 25/06 | Sábados, domingos e feriados das 10h às 17h. Livre. Quadra e Chafariz.

### **Aulas Especiais**

Aulas diferenciadas de determinada modalidade visando proporcionar um momento de integração entre os praticantes através de novas vivências corporais. Grátis. 04/06 | 11h às 12h30. 10/06 | 14h às 15h30. Livre. Quadra.

### **Passeio Recreativo**

Promoção da qualidade de vida permitindo aos hóspedes conhecer melhor a cidade onde estão hospedados através de caminhada esportiva pelos arredores da Unidade Sesc. Grátis. 03, 10, 17 e 24/06 | 10h às 11h. Livre. Hotel.

### **Festival de Tênis de Mesa**

Em formato de festival estimular a prática dessa modalidade crescente em nosso município. Grátis. 13, 15 e 18/06 | 11h às 15h. Livre. Quadra.

## **EXPOSIÇÃO**

### **Flavio Damm, um Fotógrafo**

A mostra revela um fotógrafo que retrata o imediato e autenticidade em sua concepção artística especial da fotografia, apresentando, em cada peça, um instante único e mágico, que não se repete e guarda uma imagem que celebra a sensibilidade e a graça do olhar atento do artista para a vida cotidiana. Grátis. 1 a 30/06 | 9h às 18h. Livre. Galeria.

### **Família Granado 100 Anos**

A Exposição Família Granado 100 anos traz a história do antigo morador do palacete granado, que foi um dos ícones importantes para o desenvolvimento do comércio trazendo a cidades ilustres visitantes. Erguido em 1913, o Palacete Granado, no qual funcionou a chácara do português José Antônio Coxito Granado - fundador de uma das mais antigas marcas brasileiras do gênero, a Granado, hoje faz parte das instalações do Sesc em Teresópolis. Grátis. 1 a 30/06 | 9h às 18h. Livre. Varanda Casarão.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **A Alma da Gente**

Em 2002, o coreógrafo Ivaldo Bertazzo coordenou um projeto de dança com adolescentes moradores da Favela da Maré, levando à apresentação do espetáculo "Dança das Marés". O documentário mostra a rotina de treinos e a interação entre os participantes, revelando os sonhos destes jovens para o futuro. Dez anos mais tarde, em 2012, os diretores procuraram os dançarinos para compreender o impacto deste evento em suas vidas, e para ver se conseguiram conquistar os desejos de infância. Direção: Helena Solberg, David Meyer. Grátis. 04/06 | 15h. 10 anos. Sala de Vídeo.

### **Amar, Beber, Cantar**

Um grupo de teatro amador está ensaiando uma nova peça, quando uma notícia triste abala a todos: George, amigo próximo da trupe, está doente. De acordo com os médicos, ele tem no máximo seis meses de vida. Enquanto as mulheres do grupo começam a relembrar a antiga paixão pelo mulherengo George, os homens têm uma ideia inusitada: e se o amigo doente fosse chamado para interpretar um dos personagens da peça? Direção: Alain Resnais. Elenco: Sabine Azéma, Hippolyte Girardot, Caroline Silhol. Grátis. 06/06 | 19h30. 12 anos. Sala de Vidro.

### **Caminho Para o Nada**

Tygh Runyan (Mitchell Haven) é um jovem cineasta que resolve rodar um filme baseado na história de um crime real, ocorrido no interior dos Estados Unidos, onde um político e sua amante aparentam ter cometido suicídio. Para interpretar a amante é contratada uma mulher misteriosa (Shannyn Sossamon), bastante parecida com a pessoa na qual sua personagem é inspirada. Aos poucos Tygh é envolvido cada vez mais pelo ocorrido, desenvolvendo uma obsessão pelo caso e por sua protagonista. Direção: Monte Hellman. Elenco: Shannyn Sossamon, Tygh Runyan, Dominique Swain. Grátis. 11/06 | 15h. 14 anos. Sala de Vídeo.

### **Nós Somos as Melhores**

Bobo (Mira Barkhammar) e Klara (Mira Grosin) têm 12 anos e são amigas inseparáveis. Elas são fãs de punk e sentem-se deslocadas na escola e em suas famílias, já que todos dizem que o punk morreu. Um dia, como provocação a um grupo de garotos, elas resolvem montar uma banda. Não demora muito para que convidem para o grupo Hedvig (Liv LeMoyne), devido ao seu talento no violão. Entretanto, Hedvig é cristã e nada tem a ver com o estilo punk de ser, tendo que ser iniciada no movimento por Bobo e Klara. Direção: Lukas Moodysson. Elenco: Mira Grosin, Mira Barkhammar, Liv LeMoyne. Grátis. 13/06 | 19h30. 12 anos. Sala de Vidro.

### **O Artista e a Modelo**

Marc Cros é um cultuado escultor que já está aposentado há tempos. Aos 80 anos, ele vive com sua esposa Léa em um vilarejo no interior da França, próximo da fronteira da Espanha. Em pleno verão de 1943, vê sua esposa oferecer abrigo a uma espanhola fugitiva do regime de Franco. A jovem, então, passa a viver no ateliê de Cros. Pouco a pouco, ele recupera sua vontade de trabalhar novamente e passa a usar a jovem como

modelo. Direção: Fernando Trueba. Elenco: Jean Rochefort, Aida Folch, Claudia Cardinale. Grátis. 18/06 | 15h. 14 anos. Sala de Vídeo.

### **O Congresso Futurista**

Uma atriz em fim de carreira (Robin Wright) decide aceitar uma proposta ousada, mas muito bem paga, para ter melhores condições de cuidar de seu filho, portador de deficiência física. Segundo o acordo, ela deve colaborar com uma empresa que vai fazer uma versão digital de sua imagem, criando assim uma atriz virtual idêntica a ela mesma. Enquanto a empresa pode utilizar essa imagem virtual para os fins que desejar, a atriz real será proibida de atuar até o resto de sua vida. Aos poucos, ela começa a perceber as consequências catastróficas da atitude que tomou. Direção: Ari Folman. Elenco: Robin Wright, Harvey Keitel, Danny Huston. Grátis. 21/06 | 9h, 15h e 19h30. 12 anos. Teatro.

### **Super Nada**

São Paulo. Guto (Marat Descartes) é um artista de rua e aspirante a ator que sonha em um dia ser reconhecido pelo seu trabalho. Dedicado, ele pratica, se prepara e participa de todas as audições que pode, na espera que um dia a sorte chegue. Ele admira Zeca (Jair Rodrigues), um comediante que trabalha na TV e é idolatrado por muita gente, apesar de estar com a carreira decadente. Os dois se encontram quando Guto é convidado para uma audição no programa, mas o relacionamento com o ídolo não é bem como Guto esperava. Direção: Rubens Rewald, Rossana Foglia. Elenco: Marat Descartes, Jair Rodrigues, Clarissa Kiste. Grátis. 25/06 | 19h30. 16 anos. Sala de Vídeo.

### **Viver é Fácil Com os Olhos Bem Fechados**

Em plena década de 60, Antonio (Javier Cámara), um modesto professor de inglês, é fã incondicional dos Beatles e sonha em conhecer seu ídolo, John Lennon. Para encontrar o seu "herói", o professor viaja até Almeria e no meio do caminho esbarra com dois jovens: Belén (Natalia de Molina) e Juanjo (Francesc Colomer), um garoto de dezesseis que está fugindo do pai autoritário. O encontro faz a vida de cada um tomar rumos imprevisíveis. Direção: David Trueba. Elenco: Javier Cámara, Francesc Colomer, Natalia de Molina. Grátis. 27/06 | 19h30. 12 anos. Sala de Vídeo.

### **O Homem da Lua**

O Homem da Lua vive sozinho neste grande satélite. Um dia, entediado, ele decide visitar a Terra, e para isso se agarra em um cometa. Quando chega ao novo planeta,

ele se encanta com as belezas naturais, mas logo descobre que não existe apenas bondade neste local. O Presidente do Mundo, certo de que o Homem da Lua é um invasor, decide afugentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. Direção: Stephan Schesch, Sarah Clara Weber. Elenco: Tomi Ungerer, Katharina Thalbach, Ulrich Tukur. Grátis. 07/06 | 9h e 15h. 10/06 | 16h. Livre. Teatro.

### **Asterix e o Domínio dos Deuses**

O imperador romano Júlio César sempre quis derrotar os irredutíveis gauleses, mas jamais teve sucesso em seus planos de conquista. Até que, um dia, ele resolve mudar de estratégia. Ao invés de atacá-los, passa a oferecer os prazeres da civilização aos gauleses. Desta forma, Júlio César ordena a construção da Terra dos Deuses ao redor da vila gaulesa, de forma a impressioná-los e, assim, convencê-los a se unir ao império romano. Só que a dupla Asterix e Obelix não está nem um pouco disposta a cooperar com os planos de César. Direção: Louis Clichy, Alexandre Astier. Elenco: Roger Carel, Lorànt Deutsch, Laurent Lafitte. Grátis. 13/06 | 9h e 15h. 17 e 24/06 | 16h. Livre. Teatro.

## **LITERATURA**

### **Sarau Poético**

Encontro Mensal com poetas do “Grupo Oficina da Criação e Poesia” para a declamação de poemas e bate-papo literário. Grátis. 08/06 | 19h às 21h30. Livre. Biblioteca.

### **Histórias do Cafundó**

As histórias apresentadas por contadores inspirados nos “brincantes”, figuras conhecidas na Cultura Popular, artistas que correm por terras distantes resgatando, contando e cantando histórias. Grátis. 29/06 | 10h e 14h. Livre. Teatro.

## Teatro Sesc Ginástico

---

### ARTES CÊNICAS

#### Monólogo Público

O projeto tem como ponto de partida o Brasil contemporâneo e é transdisciplinar: espetáculo, manifesto e performance. Em 'Monólogo Público', diferentemente do que tem se ouvido à exaustão, a disputa não é pela narrativa, mas pela linguagem. Não é o que se diz, mas como se diz. Assim, através de um jogo de deslocamentos estéticos, Michel recria sua vida até o presente, até o próprio espetáculo, tornando-se então o seu próprio público. O novo trabalho marca a volta de Michel Melamed aos monólogos, dez anos após sua Trilogia Brasileira, composta pelos espetáculos Regurgitofagia (2004), Dinheiro Grátis (2006) e Homemúsica (2007), sucessos de público e crítica em algumas das principais capitais brasileiras e internacionais (Nova York, Berlim, Paris). Com texto, atuação, direção de Michel Melamed. De 2 a 25 de Junho de 2017 (sextas e sábados, às 19h e domingos às 18h). R\$ 25,00 (inteira) | R\$ 12,00 (meia-entrada) | R\$ 6,00 (associado Sesc). Classificação: 14 anos.

## Tijuca

---

### ARTES CÊNICAS

#### A Lenda do Sabiá - Um espetáculo bem brasileiro

Sabiá, sanfoneiro, morador do sertão baiano, é acusado por crime que não cometeu e dois matadores vão ao vilarejo para jurar vingança. Encontros e desencontros envolvem os moradores da região e, ao final, Sabiá é capturado, mas volta à vida com a magia de Mãe Painha, rezadeira da região. Teatro de cordel inspirado nas grandes obras do folclore e da comédia popular. Direção: André Arteche. Elenco: Aline Carrocino, André Arteche, Ari Guimas, Átila Soares, Francisco Salgado, Gustavo Ottoni, Pedro Barbeiro, Ricardo Ramos, Rose Lima e Valéria Alencar. R\$ 25 (inteira), R\$ 12



(meia-entrada) e R\$ 6 (assoc. Sesc). 02 a 25/06. | Sexta a domingo às 20h. Classificação: 12 anos. Local: Teatro I.

### **Adeus, Robinson**

O Espetáculo tem texto do argentino Julio Cortázar (1914-1984) e faz uma releitura de um clássico da literatura mundial desenvolvido pelo inglês Daniel Defoe “As Aventuras de Robinson Crusóé”. A encenação é representada por Robinson Crusóé, Sexta-Feira – seu criado, e ainda Nora, a funcionária do aeroporto. A obra remete a uma ilha, que além de ter o canibalismo como elemento factual – a composição visual tomará como base o tropicalismo. Direção: Diogo Villa Maior. Elenco: Helder Agostini e Hugo Camizão. R\$ 25 (inteira), R\$ 12 (meia-entrada) e R\$ 6 (assoc. Sesc). Classificação: 12 anos. 09 a 25/06. | Sexta a domingo, às 19h. Local: Teatro II.

## **TORNEIOS E RECREAÇÃO**

### **Lazer no Sesc**

Atividades recreativas diversificadas e para todas as idades nos finais de semana e feriados. Aulas abertas esportivas, oficina e construção de brinquedos, jogos educativos, cooperativos. Grátis. 01 a 30/06. Sábados, domingos e feriados das 11h às 15h. Classificação: Livre. Local: Pátios.

### **Vôlei Recreativo**

Prática do vôlei destinada aos jovens e adultos de ambos os sexos, desenvolvido com o intuito de favorecer a prática esportiva dessa popular modalidade. Grátis. 01 a 30/06. Sábados e domingos das 14h às 17h30. Classificação: Livre. Local: Ginásio. Necessária apresentação da carteira do Sesc ou RG.

### **Futebol Recreativo**

Prática do futebol Society recreativo visando a socialização dos praticantes. Grátis. 01 a 30/06. Sábados e domingos das 14h às 17h30. Classificação: Livre. Necessária apresentação da carteira do Sesc ou RG / Local: Campo 1.

Sábado

9h às 12h - até 15 anos - comerciários e não comerciários



12h às 17h30 - acima de 15 anos - comerciários e não comerciários

Local: Campo 1

9h às 14h30 - Livre - comerciários e não comerciários

14h30 às 17h30 - acima de 40 anos - comerciários e não comerciários.

Local: Campo 2

Domingo

9h às 12h - Família - comerciários e não comerciários

12h às 17h30 - Livre - comerciários e não comerciários

Local: Campo 1

9h às 17h30 - Livre - comerciários e não comerciários.

Local: Campo 2

## **CURSOS E OFICINAS**

### **Sesc+ Verde - Vivência - Trocas Verdes**

Vivências onde os participantes tem a oportunidade de trocar mudas de plantas, sementes, livros e materiais de jardinagem, bem como o intercâmbio de experiências e conhecimentos sobre o cultivo de plantas ornamentais, temperos e hortaliças. Grátis. 25/06. Domingo às 11h. Classificação: Livre. Local: Pátio das Tamarineiras.

### **Sesc+ Verde - Vira Virou – Vivências Sustentáveis**

Atividades voltadas para sustentabilidade, consumo consciente e responsável, qualidade de vida, educação ambiental e princípios da economia solidária. Programação: Feira de produtos sustentáveis; Feira de Trocas; Orientações de saúde. Grátis. 25/06. Domingo, 11h. Classificação: Livre. Local: Pátio das Tamarineiras.

### **Sesc+ Verde - Curso Práticas Sustentáveis**

Orientações sobre temas ambientais que contribuem para mudanças de hábitos e atitudes ecológicas; educação ambiental; sustentabilidade; consumo responsável; descarte correto e reaproveitamento de materiais recicláveis; reciclagem; economia de



recursos naturais; redução de resíduos de materiais descartáveis. Grátis. 15, 20, 22 e 29/06. Terças e quintas às 10h. Classificação: 14 anos. Local: Sala de Atividades II.

#### **Sesc+ Verde - Vivência - Ver O Verde**

Vivência conduzida por um educador ambiental pelos espaços verdes da unidade Tijuca com objetivo de aproximar os participantes da natureza, observar as árvores e a biodiversidade. Grátis. 23/06. Sexta às 10h e 15h. Classificação: Livre. Local: Pátio das Tamarineiras.

#### **Sesc+ Social**

Encontros para a formação de Núcleos Comunitários com a participação de moradores e profissionais da área social para a construção de parcerias entre instituições, troca de experiências sobre projetos e proposição de melhorias. Grátis. 30/06. Sexta-feira às 10h. Classificação: 16 anos. Local: Sala de Cursos 4.

#### **Cultura Digital**

Espaço equipado com 12 computadores para exploração de conteúdos digitais pelos frequentadores através de Navegação Livre. Grátis. 01 a 30/06. Terça a sexta-feira das 13h30 às 15h. | Sábados das 10h às 14h. Classificação: Livre. Local: Sala de Cultura Digital. Para fazer o cadastro é necessário apresentar documento oficial com foto ou cartão atualizado do Sesc . Crianças menores de 12 anos, somente acompanhadas de adulto maior de 18 anos.

### **AULAS DE ESPORTE**

#### **Café com Ginástica**

Aulas de alongamento, funcional e pilates. Grátis. 3 a 24/06. Sábados das 10h às 10h50. Classificação: 15 anos. Local: Ginásio.

## **EXPOSIÇÃO**

### **Sesc+ Verde - Exposição Água - Um Mergulho Consciente**

Atividade Interativa para sensibilização do público sobre a conservação dos recursos hídricos. A exposição apresenta uma linha do tempo de consumo de água ao longo dos tempos. Fazem parte do acervo maquetes interativas; réplicas de uma cidade e uma casa eficiente. Grátis. 01 a 30/06 | Terça a domingo das 9h às 18h. Classificação: Livre. Local: Galeria de Artes. Visita Mediada: a combinar, mediante agendamento prévio através do telefone (21) 3238-2079.

## **FILMES E VÍDEOS**

### **Panorama Sesc Cinema - Viver é fácil com os olhos fechados**

Antonio um professor de gramática que usa músicas dos Beatles para ensinar inglês na Espanha em 1966, descobre que John Lennon vai visitar a província da Almería durante as gravações de um filme. Determinado a conhecê-lo, ele dirige pela estrada em sua jornada. No caminho, dá carona a um garoto de 16 anos que fugiu de casa e uma garota de 21 que também parece estar fugindo de algo. Dir. David Trueba. Espanha. 2013. 107min. Grátis. 06/06 | Terça às 19h. Classificação: 14 anos. Local: Teatro I.

### **Panorama Sesc Cinema - Super Nada**

Na cidade de São Paulo vive Guto, um ator que sonha em ser grande. Ele se preparara, se exercita, vai a todos os testes, acredita que a sua grande chance pode vir a qualquer momento. Seu ídolo e exemplo é Zeca, velho comediante, um tanto decadente, mas que ainda mora no coração de toda uma geração. Seus caminhos se cruzam e a sorte de Guto parece mudar... Será? Dir. Robens Rewald. Brasil e México. 2012. 94min. Grátis. 13/06 | Terça às 19h. Classificação: 16 anos. Local: Teatro I.

### **Panorama Sesc Cinema - Caminho para o nada**

Tygh Runyan é um jovem cineasta que resolve rodar um filme baseado na história de um crime real, ocorrido no interior dos Estados Unidos, onde um político e sua amante aparentam ter cometido suicídio. Para interpretar a amante é contratada uma mulher misteriosa, bastante parecida com a pessoa na qual sua personagem é inspirada. Aos

poucos, Tygh é envolvido cada vez mais pelo ocorrido, desenvolvendo uma obsessão pelo caso e por sua protagonista. Dir. Monte Hellman. Estados Unidos. 2010. 121min. Grátis. 20/06 | Terça às 19h. Classificação: 14 anos. Local: Teatro I.

### **Panorama Sesc Cinema - O Congresso Futurista**

Robin Wright, interpretando a si mesma, é uma atriz hollywoodiana que já foi uma grande promessa, mas que agora já está chegando a meia-idade. Ela recebe a proposta de um grande estúdio para vender sua identidade cinematográfica: ela será escaneada e sampleada, para que seu clone possa ser usado sem restrições em todo e qualquer tipo de filme. Além do dinheiro, ela recebe a promessa de ser mantida eternamente jovem em todos os filmes produzidos. Após a expiração deste contrato, Robin retorna para encontrar um mundo distópico, controlado pela indústria do entretenimento. Dir. Ari Folman. Israel, Alemanha e França. 2013. 122min. Grátis. 27/06 | Terça às 19h. Classificação: 12 anos. Local: Teatro I. Sessão seguida de Palestra com Samantha Brasil.

## **INFANTIL**

### **Brinquedoteca**

Este é um espaço dedicado para crianças com idade até 8 anos, criado para o livre brincar, a interação e a convivência. Grátis. 01 a 30/06. Sábados, domingos e feriados das 9h30 às 14h30. Classificação: Até 8 anos. Local: Brinquedoteca.

### **Espaço Jogo**

Espaço dedicado à dinamização de jogos de tabuleiro e jogos diversos. Grátis. 01 a 30/06. Sábados, domingos e feriados das 10h às 17h. Classificação: Livre. Local: Espaço Ânima.

### **Sesc Primeiros Olhares - O homem da lua**

O homem da lua não aguentava mais viver sozinho em seu satélite. Um dia, ele decide visitar a Terra e descer de carona na cauda de um cometa. Ao chegar, acha tudo maravilhoso. Mas logo começa a ter problemas porque é considerado um invasor. Os amigos e as crianças precisam então inventar um plano para salvá-lo. Dir. Stephan Schesch e Sarah Clara Weber. França, Alemanha e Irlanda. 2012. 98min. Grátis. 11/06 | Domingo às 14h30. Classificação: Livre. Local: Sala de Música.

### **Sesc Primeiros Olhares - Asterix e o domínio dos deuses**

Estamos em 50 antes de Jesus Cristo, a Gália toda está ocupada pelos Romanos. Toda? Não! Pois um vilarejo povoado por irredutíveis gauleses resiste ainda e sempre ao invasor. Exasperado com a situação, Júlio César decide mudar de tática: já que suas armas são incapazes de se impor pela força, é a própria civilização romana que saberá seduzir esses bárbaros gauleses. Então manda construir, ao lado do vilarejo, uma propriedade residencial luxuosa destinada a donos romanos: O Domínio dos Deuses. Nossos amigos gauleses vão resistir à isca do ganho e do conforto romano? O vilarejo vai se tornar uma simples atração turística? Asterix e Obelix vão fazer de tudo para impedir os planos de César. Dir. Louis Clichy e Alexandre Astier. França. 2014. 85min. Grátis. 25/06 | Domingo às 14h30. Classificação: Livre. Local: Sala de Música.