



PROGRAMAÇÃO SESC RJ – MARÇO/2018

*ATENÇÃO: A PROGRAMAÇÃO PODE SER ALTERADA SEM PRÉVIO AVISO.

SUMÁRIO

SESC CAMPOS	02
SESC COPACABANA	13
SESC DUQUE DE CAXIAS	26
SESC ENGENHO DE DENTRO	41
SESC MADUREIRA	58
SESC NITERÓI	68
SESC NOGUEIRA	83
SESC NOVA FRIBURGO	85
SESC NOVA IGUAÇU	90
SESC QUITANDINHA	104
SESC RAMOS	115
SESC SANTA LUZIA	129
SESC SÃO GONÇALO	131
SESC SÃO JOÃO DE MERITI	142
SESC TERESÓPOLIS	149
SESC TIJUCA	157
SESC TRÊS RIOS	173
TEATRO SESC GINÁSTICO	186

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Aulão de Macroginástica

Serviço:

03 a 31/03

Sábado, 9h30 às 10h e 10h às 10h30

Espaço Casarão

15 anos

Grátis

Hidro Animação

Serviço:

04, 11, 18 e 25/03

Domingo, 11h às 12h e 14h às 15h

Piscina Adulto

18 anos

Grátis

Recreação Aquática

Serviço:

04, 11, 18 e 25/03

Domingo, 12h às 13h e 15h às 16h

Piscina Infantil

Grátis

Aulão de Dança

Serviço:

03, 17 e 21/03

Domingo, 10h às 11h e 12h às 13h

Espaço Casarão

Grátis

Espaço Jogo

Jogos tradicionais, jogos de mesa, oficinas e Espaço Infantil.

Serviço:

01 a 31/03

Terça à domingo, 09h às 18h

Espaço Infantil

Grátis

CURSOS E OFICINAS

Curso de Costura em Feltro

O curso abordará técnicas de costura em feltro para iniciantes, com dicas de precificação e apresentação do produto para venda.

Serviço:

07 a 29/03

Quartas e sextas, 14h às 18h

Espaço Plural

Grátis (PCG)

Curso de Pintura em Tela

O aluno será introduzido às técnicas iniciais de pintura em tela a mão livre, com a utilização de tinta acrílica. A carga horária do curso será de 30 horas.

Serviço:

06 a 28/03

Terça e quarta, 9h às 12h

Espaço Plural

Grátis (PCG)

Oficinas de Reaproveitamento de Jornais e Revistas

Os participantes aprenderão a transformar materiais reaproveitáveis em peças utilitárias. A atividade tem 3 horas de duração.

Serviço:

13 e 28/03

Sábado, 13h às 17h

Espaço Plural

Grátis (PCG)

12 anos

Oficina de Terrários Ornamentais

Os terrários são pequenos jardins dentro de potes de vidro. Os alunos aprenderão a montar e a realizar a manutenção a partir das técnicas de plantio. A atividade tem 3 horas de duração.

Serviço:

13 e 27/03

Terça, 14h às 17h20min

Espaço Plural

Grátis (PCG)

12 anos

Oficina de Arte Terapia

Oficinas de Educação em Saúde com orientações para hábitos de vida mais saudáveis

Serviço:

01/03 a 31/03

Terça à sexta, 8h às 17h

Espaço Plural

Grátis (PCG)

AULAS DE ESPORTE

Iniciação Esportiva de Base

Atividades físicas para crianças, com jogos pré-desportivos, práticas de ginástica e experiência em várias modalidades esportivas.

Serviço:

01 a 31/03

Terça e quinta, 15h às 16h

Quarta e sexta, 9h às 10h e 18h às 19h

Ginásio Poliesportiva

04 a 06 anos

Grátis (PCG) | R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc)

Iniciação Esportiva Geral

Atividades físicas para crianças, com jogos pré-desportivos, práticas de ginástica e experiência em várias modalidades esportivas.

Serviço:

01 a 31/03

Terça e quinta, 16h às 17h e 18h às 19h

Quarta e sexta, 10h às 11h

Ginásio Poliesportivo

07 a 10 anos

Grátis (PCG) | R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc)

Futsal

Desenvolvimento físico esportivo na modalidade, com iniciação às regras, passes, domínio de bola e trabalho em equipe.

Serviço:

01 a 31/03

Terça a sexta, 17h às 18h

Quarta e sexta, 8h às 9h

11 a 14 anos

Terça e quinta, 19h às 20h

14 a 17 anos

Ginásio Poliesportivo

Grátis (PCG) | R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc)

Basquete

Desenvolvimento físico esportivo na modalidade, com iniciação às regras, passes, domínio de bola e trabalho em equipe.

Serviço:

01 a 31/03

Quarta e sexta, 15h às 16h

15 a 17 anos

Quarta e sexta, 16h às 17h

11 a 14 anos

Ginásio Poliesportivo

Grátis (PCG) | R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc)

Voleibol

Desenvolvimento físico esportivo na modalidade, com iniciação às regras, passes, domínio de bola e trabalho em equipe.

Serviço:

01 a 31/03

Quarta e sexta, 19h às 20h

11 a 14 anos

Ginásio Poliesportivo

Grátis (PCG) | R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc)

Natação

Iniciação à natação por meio de fundamentos básicos e específicos.

Serviço:

01 a 31/03

Terça e quinta, 15h às 16h (11 a 14 anos), 16h às 17h (7 a 10 anos), 17h às 18h (11 a 14 anos), 18h às 19h (15 a 17 anos)

Quarta e sexta, 15h às 16h (11 a 14 anos), 16h às 17h (7 a 10 anos), 17h às 18h (11 a 14 anos), 19h às 20h (a partir de 18 anos)

Grátis (PCG) | R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Hidroginástica

Exercícios físicos na piscina, utilizando fundamentos básicos e específicos.

Serviço:

01 a 31/03

Terça e quinta, 19h às 20h

Quarta e sexta, 07h às 08h

15 anos

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

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.

Serviço:

01 a 31/03

Terça a sexta, 15h às 16h, 16h às 17h, 17h às 18h, 18h às 19h e 19h às 20h

15 anos

Espaço Casarão

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Ritmos

Aulas de dança com diversos ritmos e estilos, de modo a contribuir com o desenvolvimento da capacidade física.

Serviço:

01 a 31/03

Terça e quinta, 08h às 09h, 09h às 10h, 10h às 11h e 11h às 12h

Quarta e sexta, 16h às 17h, 17h às 18h, 18h às 19h e 19h às 20h

15 anos

Espaço Dança

Grátis (PCG) | R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Avaliação Funcional

Avaliação funcional dos alunos de ESG do Programa Sesc Esporte.

Serviço:

03 e 04/03

Sábado e domingo, 09h às 18h

15 anos

Espaço Academia

EXPOSIÇÃO**Exposição Nas Rodas da Vida - Jongo e Capoeira**

O Sesc Territórios apresenta a exposição "Nas Rodas da Vida - O Jongo e a Capoeira", composta por 24 imagens ampliadas sobre o assunto abordado pelos fotógrafos Edu Monteiro e Alcino Giandinoto. O jongo e a capoeira estão presentes no bairro de Madureira, que têm uma ligação profunda com a cultura afro-brasileira. O jongo, mantido vivo por núcleos familiares de afro-brasileiro ao longo dos séculos, obteve em 2005 o reconhecimento internacional como patrimônio imaterial brasileiro.

Serviço:

01/03 a 31/03

Terça à sexta, 08h às 21h

Sábado, domingo e feriado, 09h às 18h

Espaço Galeria II

Grátis

Exposição Água, Um Mergulho Consciente

A exposição interativa propõe a conscientização quanto ao uso e tratamento dos recursos hídricos.

Serviço:

04 a 31/03

Terça a sexta, 09h às 21h



Sábado, domingo e feriado, 09h às 18h

Espaço Plural

Grátis

Exposição Torso Humano

Com orientações dos Órgãos do Corpo Humano seus sistemas e doenças relacionadas .

Serviço:

01/03 a 31/03

Terça à sexta, 08h às 17h

Espaço Plural

Grátis

FILMES E VÍDEOS

Sesc Primeiros Olhares - O Grilo Feliz e os Insetos Gigantes

Olavo (Olavo Cavalheiro) é o capitão do time de futebol de salão da escola High School Brasil, os Lobos Guará. Ele se apaixona por Renata (Renata Ferreira), que chegou há pouco na escola. Em meio a muitas trocas de olhares, eles se envolvem com um concurso de música realizado por Wanessa (Wanessa Camargo), uma ex-aluna da escola que agora é uma cantora de sucesso. Direção: César Rodrigues| Gênero: Comédia Musical, Romance | Duração: 1h 30min | Ano: 2010| Idioma de áudio: Português.

Serviço:

14/03 e 21/03

Quarta, 14h às 15h30min

18/03 e 25/03

Domingo, 14h às 15h30min

Espaço Multimídia

Grátis

Panorama Sesc Cinema - Viajo Porque Preciso, Volto Porque Te Amo

José Renato (Irandhir Santos) tem 35 anos, é geólogo e foi enviado para realizar uma pesquisa, onde terá que atravessar todo o sertão nordestino. Sua missão é avaliar o possível percurso de um canal que será feito, desviando as águas do único rio caudaloso da região. À medida que a viagem ocorre ele percebe que possui muitas coisas em comum com os lugares por onde passa. Desde o vazio à sensação de abandono, até o isolamento, o que torna a viagem cada vez mais difícil. Direção:



Marcelo Gomes, Karim Aïnouz | Gênero: Drama | Duração: 1h 11min | Ano: 2009 |
Idioma de áudio: Português | Classificação 12 anos.

Serviço:

02/03

Sexta, 14h às 15h10

Espaço Multimídia

Grátis

Panorama Sesc Cinema - Trabalhar Cansa

Helena (Helena Albergaria) é uma dona de casa que resolve abrir um minimercado. Tudo vai bem até Otávio (Marat Descartes), seu marido, perder o emprego. A partir de então estranhos acontecimentos tomam conta do local, afetando o relacionamento do casal com a empregada doméstica. Direção: Juliana Rojas, Marco Dutra | Duração: 1h 39min | Ano: 2011 | Idioma de áudio: Português | Classificação 12 anos.

Serviço:

09/03

Sexta, 14h às 15h39

Espaço Multimídia

Grátis

Panorama Sesc Cinema - A Alegria

A Alegria é uma espécie de fábula que versa sobre a juventude. A personagem central é Luiza, uma adolescente de 16 anos que está cansada de ouvir falar sobre o fim do mundo e viveu uma experiência marcante. João, seu primo, foi baleado na noite de Natal e desapareceu em meio à madrugada da Baixada Fluminense. Algum tempo depois, ele bate à porta de Luiza, como um fantasma, e lhe pede abrigo. Três amigos da escola acompanham tudo de perto. O tema coragem e alguns elementos lúdicos permeiam a narrativa que participou do 63º Festival de Cannes e foi duas vezes premiado no Festival Brasília 2010. Direção: Felipe Bragança e Marina Meliande | Duração: 1h 46min | Ano: 2010 | Idioma de áudio: Português.

Serviço:

16/03

Sexta, 14h às 15h46

Espaço Multimídia

Grátis

Panorama Sesc Cinema - Feliz Natal

Caio (Leonardo Medeiros) tem 40 anos e trabalha em um ferro-velho no interior. Hoje ele possui uma companheira e uma ocupação constante, mas no passado levou uma vida de grande irresponsabilidade, da qual saiu vivo por sorte. A proximidade do Natal faz com que ele faça um balanço de sua vida, decidindo retornar à capital. Ao chegar ele encontra seu irmão Theo (Paulo Guarnieri), cujo casamento está em crise. Miguel (Lúcio Mauro), seu pai, vive com uma mulher de caráter duvidoso e Mércia (Darlene Glória), sua mãe, vive à base de coquetéis alcóolicos e psicotrópicos. Sua cunhada Fabiana (Graziella Moretto) está perdida entre as frustrações do casamento, enquanto que os sobrinhos Neto e Alex estão cada vez mais exigentes. A presença de Caio faz com que a vida de todos seja alterada, enquanto que ele próprio está em busca de sua identidade. Direção: Selton Mello | Duração: 1h 40min | Ano: 2008 | Idioma de áudio: Brasil | Classificação 14 anos.

Serviço:

23/03

Sexta, 14h às 15h40

Espaço Multimídia

Grátis

IDOSOS

Reunião

Reunião de alinhamento das atividades mensais desenvolvidas para o público com mais de 60 anos.

Serviço:

01/03

Quinta, 13h

Espaço Multimídia

Grátis (PCG)

Palestra Motivacional

O benefício da dança na longevidade.

Serviço:

28/03

Quarta, 11h às 12h

Espaço Multimídia

Grátis (PCG)

Curso de Consciência Corporal

Atividades de alongamento e relaxamento para público com mais de 60 anos. Esta atividade poderá ser feita mediante atestado médico.

Serviço:

06/03 a 27/03

Quinta, 10h às 11h

Espaço Casarão

Grátis (PCG)

Curso de Ativação da Memória

Atividades de lúdicas para trabalhar a memória para o público com mais de 60 anos.

Serviço:

07/03 a 28/03

Quarta, 09h às 11h

Espaço Casarão

Grátis (PCG)

Curso Arte e Movimento

Atividades de Arte Terapia, trabalhando coordenação motora, raciocínio e socialização para o público com mais de 60 anos.

Serviço:

01/03 a 29/03

Quinta, 09h às 11h

Espaço Casarão

Grátis (PCG)

LITERATURA

Contação de Histórias - Imaginasonho

Imaginasonho se inicia com o conto africano Anansi e o Baú de Histórias. Neste conto, Anansi, o Deus Aranha, que era muito curioso e esperto, decidiu que queria todas as histórias para si, podendo assim conta-las aos homens. Este é uma história de como surgiram as histórias. Após este primeiro conto, outros dois são apresentados em sequência. Estes são inspiradas nos livros da autora norte americana Audrey Wood, que traz à tona uma atmosfera de fantasia e de sonhos. Em Uma Casa Sonolenta, onde todos viviam dormindo, a narração é cumulativa e a todo momento mais um personagem se junta nesta soneca coletiva. E quem diria que uma simples pulguinha saltitante pudesse acabar com tudo aquilo num só instante! Já na Bruxa Salomé, uma

feiticeira muito esperta que usou o truque do pé, vai transformando as crianças de uma cidade em iguarias para o almoço da feiticeira medonha.

Serviço:

14/03

Quarta, 8h às 21h

Sábado, domingo e feriado, 10h às 11h

Espaço Multimídia

Grátis

PROJETOS ESPECIAIS

Orientações e Aferições

Atividades de orientação e aferições de glicemia, colesterol e pressão, entrega de preservativo mediante a orientação.

Serviço:

01/03 a 31/03

Terça e quinta, 09h às 11h

Sábado, 09h às 11h

Espaço Plural

Grátis (PCG)

Comer é Divertido

Atividades lúdicas com orientações nutricionais para crianças.

Serviço:

13/03 e 14/03

Quinta e sexta, 14h às 16h

Espaço Casarão

Grátis (PCG)

Cozinha Criativa

Oficina de culinária com orientações de soluções saudáveis e praticas para dia a dia.

Serviço:

15/03 e 29/03

Quinta, 14h às 16h

Espaço Casarão

Grátis (PCG)



Feira de Trocas de Livros

Serviço:

01 a 31/03

Terça à sexta, 09h às 21h

Sábado, domingos e feriados, 09h às 18h

Espaço Plural

Grátis

COPACABANA

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 Baile Malandragem Carioca. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Torneios e Recreação

09, 16 e 23/03/2018

Sextas, 15h30 às 17h30

Salão de Café

R\$ 80,00 (inteira) | R\$ 40,00 (meia-entrada) | R\$ 30 (associado Sesc)

CURSOS E OFICINAS

Sesc+ Criativo – Curso Pintura em Tecido

Visa estimular a geração complementar de renda contribuindo para a formação ou fortalecimento de grupos criativos com a oferta de cursos, oficinas e palestras, de conteúdo básico, na modalidade trabalhos manuais. Apoia o empreendedorismo e a economia solidária e incentiva o interesse dos participantes pela profissionalização. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas

06, 13, 20 e 27/03/2018

Terças, 14h às 18h
Sala Copacabana
Grátis

Sesc+ Verde – Curso de Velas Ecológicas

Fomenta a percepção crítica na relação homem e ambiente, ultrapassando as questões ligadas somente a natureza e incluindo também os determinantes sociais, culturais e econômicos que contribuem para a construção de uma sociedade mais sustentável em toda sua complexidade. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas
09, 16, 23 e 29/03/2018
Sextas, 14h às 18h
Sala Copacabana
Grátis

Sesc Arte em Desenvolvimento - Oficina de Storyboard, por Alessandra Merat

O Storyboard é o roteiro visual, uma ferramenta que ajuda no entendimento imagético do roteiro, e é bastante utilizado na pré-produção de filmes de ficção e publicitários, além de ser imprescindível na realização de obras de animação. A Oficina de Storyboard apresenta os aspectos visuais básicos para a elaboração desta peça através da análise de obras audiovisuais e também de exercícios práticos. A oficina terá carga horária de 12 horas, divididas em 03 aulas de 04 horas. Forma de seleção: Enviar e-mail para sescopacabana.inscricoes@sescrj.org.br. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas
02 a 04/03/2018
Sexta a Domingo, 13h
5º andar
Grátis

Sesc Arte em Desenvolvimento - Oficina Corpo Cena/Dramaturgia do Movimento, por Vanessa Garcia

A partir da percepção da sua anatomia, estrutura óssea, muscular, pele e percebendo o corpo como um lugar onde ficam inscritas as experiências dos agenciamentos feitos ao longo da vida, o aluno acessa campos que ultrapassam a compreensão racional de

significados através da experiência cognitiva e sensorial promovida pela aula. Através desta pesquisa acessamos um movimento de dramaturgia autoral, um discurso de si. Por não perceber mais uma fronteira entre as artes, este projeto visa potencializar a pesquisa individual de cada praticante. Trabalhar para que este corpo tenha estrutura de transbordar sua poesia, seja em movimento, palavra, música, canto, pintura. Forma de seleção: Enviar e-mail para sescopacabana.inscricoes@sescrrio.org.br. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas

20 a 29/03/2018

Terças e quintas, 13h

Sala Arpoador

Grátis

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de História da Arte, por Carlos Vinícius

Taveira

Apresentação dos principais movimentos artísticos das Artes Visuais desde as suas primeiras manifestações. Considerando as organizações sociais, as escolas pré-modernas e movimentos modernos até a arte contemporânea. Forma de seleção: Enviar e-mail para sescopacabana.inscricoes@sescrrio.org.br. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas

02/03/2018 a 22/06/2018

Sextas, 14h

5º andar

Grátis

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso Fundamentos da Direção de Arte, por Emily

Pirmez

O curso apresenta aos alunos o departamento de Direção de Arte através da análise de filmes nos quais a concepção estética se destaca, percorrendo sobre as diferentes vertentes e métodos de desenvolvimento do conceito imagético da obra. Relacionando a Direção de Arte a outros departamentos inerentes à produção cinematográfica (roteiro, direção, produção) e também a subáreas do próprio departamento (figurinos, cabelos, maquiagem), o curso propõe um novo olhar sobre a



construção das obras audiovisuais a partir de uma linha imagética e conceitual. Forma de seleção: Enviar e-mail para sescopacabana.inscricoes@sescrrio.org.br.
Classificação: 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas
10/03/2018 a 26/05/2108
Sábados, 14h
5º andar
Grátis

Sesc Primeiros Olhares - Curso Musicalização Infantil

Além de apurar as percepções sensíveis e individuais, a musicalização infantil busca instigar nas crianças o foco, a criatividade, a bagagem cultural, a expressão corporal, melhorando o raciocínio e a concentração, a fim de desenvolver a coordenação motora das crianças por meio dos mais diversos instrumentos musicais e sonoridades. Forma de seleção: Enviar e-mail para sescopacabana.inscricoes@sescrrio.org.br.
Classificação: Livre.

Serviço:

Palestras e Debates
06/03/2018 a 18/12/2018
Terças, 10h e 11h
5º andar
Grátis

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de Escrita Criativa, por Luísa Côrtes

O curso tem como objetivo incentivar a produção de textos criativos, como um laboratório de escrita. As aulas irão explorar diversas formas de escrita, como a poesia, a crônica e o conto. A partir do diálogo entre as diferentes vertentes artísticas, leitura de textos e práticas textuais, cada aluno encontrará sua própria linguagem e método de expressão. Assim, os participantes obtém o conhecimento para o exercício e experimentação da produção de textos. Forma de seleção: Enviar e-mail para sescopacabana.inscricoes@sescrrio.org.br. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Palestras e Debates
06/03/2018 a 29/05/2018
Terças, 15h

5º andar

Grátis

Cozinha Criativa – Saúde da Mulher

Alimentação é fonte de prazer! Sendo assim, aprender a produzir alimentos saborosos, saudáveis e práticos podem ser uma ideia para unir saúde, sabor e uma vida agitada.

Classificação: Livre.

Serviço:

Cursos e Oficinas

20/03/2018

Terça, 13h

Salão de Café

Grátis

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. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aulas de Esporte

01/03/2018 a 30/03/2018

Segundas e quartas, 17h, 18h, 19h e 20h

Terças e quintas, 8h, 10h, 11h, 12h, 13h, 15h, 16h

Quartas e sextas, 10h, 11h, 12h, 13h, 15h e 16h

Sala Ipanema

R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Ginástica Localizada

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. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aulas de Esporte

02/03/2018 a 30/03/2018

Terças e quintas, 9h e 18h

Quartas e sextas, 8h e 9h

Sala Ipanema

R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Ritmos – Dança Livre

A Dança Livre combina diversos ritmos coreografados e descontraídos, utilizando estratégias onde os alunos dançam individualmente em uma aula divertida e instigante. Necessita de resistência aeróbica para sua realização. Esta atividade promove um elevado gasto de calorias, desenvolve o sistema cardiorrespiratório e a coordenação motora. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aulas de Esporte

01/03/2018 a 29/03/2018

Terças e quintas, 19h

Sala Ipanema

R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Ritmos – Dança de Salão

A Dança de Salão oferece saúde e bem-estar, através de exercícios que utilizam diversos gêneros musicais, de forma a desenvolver a coordenação, musicalidade e ritmo, promovendo a autoestima, socialização e qualidade de vida para todos os praticantes. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aulas de Esporte

01/03/2018 a 29/03/2018

Terças e quintas, 17h, 18h e 20h

Sala Ipanema

R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

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. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aulas de Esporte

01/03/2018 a 29/03/2018

Terças e quintas, 20h

Sala Ipanema

R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (associado Sesc)

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc – Hotel Atlântico

Alberto (Júlio Andrade) é um ator desempregado que vive no Hotel Atlântico. Um dia, após ver o IML retirar um cadáver do hotel em que vive, ele decide iniciar uma jornada. No caminho, conhece diversas pessoas que mudam sua vida. Durante a viagem de ônibus ele conhece uma polonesa (Lorena Lobato). Ao chegar, recebe abrigo de um sacristão (Gero Camilo), que lhe dá a batina de um padre morto. Alberto passa a agir como se realmente fosse um padre. Após sofrer um acidente e ser levado a um hospital, ele conhece o enfermeiro Sebastião (João Miguel) e Diana (Mariana Ximenes), a filha do médico que o atende. Os dois provocam grandes mudanças em sua vida. Direção: Suzana Amaral. Gênero: Drama. Ano: 2009. 110min. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

07/03/2018

Quarta, 16h

Sala São Conrado

Grátis

Panorama Sesc – Maré, Nossa História de Amor

A favela da Maré, no Rio de Janeiro, é dividida pela briga pelo poder no tráfico de drogas. Analídia (Cristina Lago) é a filha de um dos chefes que está atualmente preso. Jonatha (Vinícius D'Black) é o MC da comunidade e também irmão de Dudu (Babu Santana), que disputa o poder com o pai de Analídia. O sonho de Jonatha é gravar um CD, mas ele reluta em aceitar a proposta de Dudu para financiar sua produção, já que o dinheiro viria do tráfico. Jonatha e Analídia vivem em famílias rivais e se apaixonam ao se conhecerem no grupo de dança da comunidade, coordenado por Fernanda

(Marisa Orth). Direção: Lucia Murat, Lúcio Kodato. Gênero: Drama. Ano: 2008. 105 min. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

14/03/2018

Quarta, 16h

Sala São Conrado

Grátis

Panorama Sesc - Budapeste

José Costa (Leonardo Medeiros) é um bem sucedido *ghost writer*. Ao retornar do Congresso de Escritores Anônimos, em Istambul, uma ameaça de bomba faz com que seu voo aterrisse em Budapeste, na Hungria. Logo ao chegar se apaixona pelo idioma local. Já de volta ao Rio ele reencontra Vanda (Giovanna Antonelli), sua esposa, e o filho. Entretanto, sua vida torna-se cada vez mais infeliz, o que faz com que comece a murmurar em húngaro enquanto dorme. Para salvar o casamento, Costa passa a escrever autobiografias, numa tentativa de que a vida de outras pessoas o salve do tédio que sente. Seu maior sucesso comercial é “O Ginógrafo”, que conta as aventuras amorosas de um alemão, Kaspar Krabbe (Antonie Kamerling), no Brasil. Só que Vanda se apaixona por Krabbe, acreditando ser ele o autor do livro, o que faz com que Costa sintam-se traído e ressentido com o trabalho que exerce. Direção: Walter Carvalho. Gênero: Drama. Ano: 2009. Brasil. 113 min. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

21/03/2018

Quarta, 16h

Sala São Conrado

Grátis

Panorama Sesc – A Erva do Rato

Após se conhecerem em um cemitério a beira-mar, um homem (Selton Mello) propõe a uma mulher (Alessandra Negrini) que cuide dela. Ela aceita a oferta, o que faz com que morem juntos. Durante um longo tempo ele conta histórias sobre a geografia do Rio de Janeiro, os venenos preparados pelos índios e a mitologia grega. Até que, notando o cansaço dela, ele decide comprar uma câmera fotográfica. Ela logo se torna sua musa, sendo o foco principal de todas as suas fotos. Quando descobre que um rato

está roendo as fotografias tiradas, ele espalha pela casa diversas ratoeiras. Mas aos poucos descobre que o animal não é tão indesejado assim. Direção: Júlio Bressane. Gênero: Drama. Ano: 2009. 80 min. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

28/03/2018

Quarta, 16h

Sala São Conrado

Grátis

Sesc Primeiros Olhares – 31 Minutos

Juanín atua como produtor no famoso noticiário de TV *31 Minutos*. Ele é o último de sua espécie, uma raridade que desperta o interesse de uma malvada colecionadora de animais em extinção, conhecida como Cachirula. Ela só precisa dele para completar sua exótica coleção. Contando com a ajuda de Tio Careca, ela dá início a uma caçada pelo último membro dos juanines. Juanín acaba raptado e levado até o fantástico castelo de vilão, onde são mantidos todos os animais de sua coleção. A atrapalhada equipe do programa *31 Minutos* irá procurar pelo amigo e companheiro de trabalho, sem saber que acabarão enfrentando um verdadeiro exército. Direção: Alvaro Díaz e Pedro Peirano. Gênero: Infantil. Ano: 2012. 80 min. Classificação: Livre.

Serviço:

Filmes e Vídeos

11 e 25/03/2018

Domingo, 11h

Sala São Conrado

Grátis

IDOSOS

Sesc + Vida: Consciência Corporal

A oficina tem como proposta desenvolver o trabalho não só como uma atividade física, mas como vivência de um processo terapêutico de autoconhecimento que promove benefícios à saúde, autonomia, bem estar social e desenvolvimento. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos

05 a 26/03/2018



Segundas, 9h, 10h30 e 12h
Sala Ipanema
Grátis

Sesc + Vida: Musicalização e Técnica Vocal

Atividade na qual os integrantes do grupo se expressam através da palavra poética cantada. O cantar em grupo fortalece a troca de emoções, percepções e significados, otimiza as relações interpessoais, estimula a expressão emocional individual, o trabalho em equipe e a disciplina, utilizando a música como ferramenta. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos
05 a 26/03/2018
Segundas, 14h e 15h30
Sala Copacabana
Grátis

Sesc + Vida: Ativação da Memória: Curso de estímulo à memória

Considerando a importância da memória para o desempenho das atividades cotidianas e que grande parte dos idosos queixam-se frequentemente em relação à perda desta capacidade, este curso tem por finalidade oferecer treinamento da memória para promoção de saúde dessa população. Os encontros propõem atividades com o intuito de levar a experiência de construção coletiva de conhecimentos e estímulo do cérebro através leitura de textos, percepção de imagens, música e jogos. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos
02 a 27/03/2018
Terças, 9h e 10h30
Sextas, 14h e 15h30
Sala Copacabana
Grátis

Sesc + Vida: Danças Populares – Ritmos Diversos

A atividade tem por objetivo ampliar, diversificar e inovar o atendimento aos idosos, numa perspectiva sociocultural e integradora de diferentes linguagens artísticas, contribuindo para uma inserção consciente e participativa da vida em sociedade,

através de oficinas de dança para público participante do Sesc+ Vida. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos

02 a 27/03/2018

Quartas e sextas, 10h e 11h

Sala Arpoador

Grátis

Sesc + Vida: Dramatização para Idosos

Tem como proposta trabalhar a dramaturgia como ferramenta para o desenvolvimento cultural do idoso, estimular a leitura, a pesquisa, a memorização, a concentração, o movimento do corpo, assim como facilitar as relações e o convívio social promovidos nos encontros. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos

01 a 22/03/2018

Quintas, 14h

Sala Copacabana

Grátis

Sesc + Vida: Curso de Literatura e Texto

Propõe a formar grupos de idosos promovendo a qualidade de vida com ações inovadoras e intergeracionais, com foco na socialização e no plano de vida da maturidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos

07 e 20/03/2018

Terça e quarta, 15h

Sala Copacabana

Grátis

LITERATURA

Arte no Pátio - Cia. Corre Cutia | Mamalu | Contação de Histórias

História livremente inspirada na música “Mamalu” da cantora e contadora de histórias Bia Bedran, que tanto encantou e coloriu a nossa infância. Através de texto e músicas originais, contamos a saga de uma lobinha que, ao nascer, no meio de uma floresta do cerrado brasileiro, olha para o céu, e a primeira coisa que vê é a lua. Sente no mesmo momento em que ela é a sua mãe: Mamaluuu! Com a ajuda de outros animais da floresta - Dona Macaca, Dona Maritaca e Sra. Lagarta - inicia, então, seu caminho em direção à lua. Composto por jovens atrizes, que se revezam como narradoras, personagens e musicistas, a história trata do amor entre mãe e filha e de sua potência transformadora. Adentramos o universo feminino, onde estão em jogo as relações de cumplicidade entre famílias e do ser humano com a natureza. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de História

28/03/2018

Quarta, 10h e 16h

Pátio

Grátis

Arte no Pátio - Cia. Tricareart | Elas Contam

Neste trabalho, a Cia. Tricareart propõe a intervenção artística “Elas Contam”, na qual os participantes se sentam em um banco e são vendados para ouvir um texto. Ativando o sentido da audição, ampliando a imaginação, desencadeando muita emoção. O texto é de autoria da própria Cia, que envolve todos os elementos da natureza, com sons que exemplificam cada ritmo. Com cunho pedagógico abordamos com uma mensagem positiva, a concentração e a atenção vinculada principalmente aos sentidos da audição e tato. Classificação: Livre.

Serviço:

Intervenção Poética

31/03/2018

Sábado, 16h

Pátio

Grátis

MÚSICA

Sesc Primeiros Olhares – Xaranga Mirim

A Xaranga Mirim da Fanfarrada apresenta músicas de temática infanto-juvenil em arranjos lúdicos e de interação com o público. Composições consagradas das festas populares brasileiras e do repertório infantil, arranjadas para a formação da orquestra Fanfarrada. O ritmo das marchinhas, dos sambas, frevos, cirandas, baiões e maxixes norteiam o espetáculo, concebido para o público infantil e apreciado por todas as idades. Coreografias e brincadeiras tornam o enredo musical leve e divertido.

A Xaranga é formada por: Pedro Pamplona (sax tenor e soprano), Thiago Queiroz (sax barítono), Thiago Pires (trompete e voz), Jonas Hocherman (trombone), Gabriel Ghunter (bateria) e Victor Giraldo (percussão). Classificação Livre.

Serviço:

Música

18/03/2018

Domingo, 11h

Pátio

Grátis

PALESTRAS E DEBATES

Sesc Arte em Desenvolvimento - Ciclo de Encontros com Lúcia Murat

Sinopse: O Ciclo de Encontros traz às Unidades do Sesc profissionais de destaque da área cinematográfica. São realizadores e pesquisadores, que conversam com o público sobre as especificidades de suas áreas de atuação, diversificando e contribuindo para a expansão do imaginário audiovisual da clientela. No mês de março, receberemos a cineasta Lúcia Murat. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Palestras e Debates

23/03/2108

Sexta, 19h

5º andar

Grátis

ARTES CÊNICAS

Sesc Primeiros Olhares – Contos do mar

Dois atores-narradores apaixonados por contar histórias, um cenário inflável, iluminação digna de conto de fadas ... assim podemos começar a contar um pouco o que cabem nesses “Contos do Mar”! O universo fantástico das fábulas e dos contos antigos nos inspirou a construir uma grande narrativa, utilizando contos de diversos países: Japão, Itália, Brasil e Hungria. Todos eles apresentam personagens que possuem uma relação direta com o mar: uma princesa que tem como seu bem mais precioso um incrível aquário e neste um animal misterioso que a levará a viver uma grande aventura, um jovem príncipe que atravessa o mar e todos os seus perigos para tentar resgatar seus irmãos e reestabelecer a saúde de sua mãe, a rainha. E uma personagem fantástica, a senhora das águas do mar, uma poderosa rainha que se apaixona, é cruel, acolhedora e vingativa. Classificação: Livre.

Serviço:

Espectáculo

17/03

Sábado, às 15h

Teatro

Grátis

CURSOS E OFICINAS

Curso de Iniciação ao Teatro para crianças

Conteúdo do curso: 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. Classificação: 7 a 13 anos.

Serviço:

Curso

A partir de 08/03

Quintas, das 9h30 às 11h30

Teatro

Inscrições: 06/03

Terça, às 10h - Galeria

Grátis

Curso de Iniciação ao Teatro para Jovens e Adultos

Conteúdo do curso: 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. Classificação: 14 a 59 anos.

Serviço:

Curso

A partir de 03/03

Sábados, das 10h às 13h

Teatro

Inscrições: 01/03

Quinta, às 10h - Galeria

Grátis

Curso de Dança Urbana

Conteúdo do curso: Estudo e vivência do acervo de danças urbanas cotidianas produzidas em e a partir de contextos sociais urbanos e suportes midiáticos diversos. Práticas artísticas e pedagógicas no contexto das danças urbanas. Estudo do movimento a partir dos acervos de danças urbanas. Diferentes estilos das danças urbanas (street dance): Funk, Rocking, Locking, Popping, Breaking, Hip Hop Dance, House Dance, Dance Hall e Krump, assim como as suas subdivisões. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Curso

A partir de 03/03
Sábados, das 14h às 16h
Teatro
Inscrições: 01/03
Terça, às 10h - Galeria
Grátis

Curso - Modelagem em porcelana fria

O projeto Sesc+ Criativo visa estimular a geração complementar de renda contribuindo para a formação ou fortalecimento de grupos criativos com a oferta de cursos, oficinas e palestras, de conteúdo básico, na modalidade trabalhos manuais. Apoia o empreendedorismo e a economia solidária e incentiva o interesse dos participantes pela profissionalização. Vagas limitadas: inscrições antecipadas. Informações: 3659-8474. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Curso
07 a 30/03
Quartas e sextas, das 13h às 16h20
Sala 02
Grátis

Oficina - Pintura em vidro

O projeto Sesc+ Criativo visa estimular a geração complementar de renda contribuindo para a formação ou fortalecimento de grupos criativos com a oferta de cursos, oficinas e palestras, de conteúdo básico, na modalidade trabalhos manuais. Apoia o empreendedorismo e a economia solidária e incentiva o interesse dos participantes pela profissionalização. Vagas limitadas. Inscrições antecipadas. Informações: 3659-8474. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Oficina
17, 24 e 31/03
Sábados, das 13h30 às 16h30
Sala 02
Grátis

Curso - Plantio de hortas

O projeto Sesc+ Verde fomenta a percepção crítica na relação homem e ambiente, ultrapassando as questões ligadas somente a natureza e incluindo também os determinantes sociais, culturais e econômicos que contribuem para a construção de uma sociedade mais sustentável em toda sua complexidade. Vagas limitadas. Inscrições antecipadas. Informações: 3659-8474. Classificação: Livre.

Serviço:

Curso

14, 21 e 28/03

Sábados, das 9h às 12h20

Parqueamento

Grátis

Curso - Dramatização e Expressão Corporal para Adolescentes e Jovens - Tolerância paz e igualdade

O projeto Sesc+ Futuro tem por objetivo proporcionar ao público adolescente e jovem diferentes possibilidades de participação e expressão, apresentando conteúdos voltados ao empreendedorismo, a participação social e o empoderamento, utilizando novas tecnologias e visando ampliar os conhecimentos e universo sociocultural dos jovens, valorizando sua curiosidade, ousadia, otimismo e potencial criativo. Vagas limitadas. Inscrições antecipadas. Informações: 3659-8474. Classificação: Livre.

Serviço:

Curso

08, 15, 22 e 29/03

Quintas, das 13h às 16h20

Auditório

Grátis

Oficina - Tolerância paz e igualdade

O projeto Sesc+ Futuro tem por objetivo proporcionar ao público adolescente e jovem diferentes possibilidades de participação e expressão, apresentando conteúdos voltados ao empreendedorismo, a participação social e o empoderamento, utilizando novas tecnologias e visando ampliar os conhecimentos e universo sociocultural dos jovens, valorizando sua curiosidade, ousadia, otimismo e potencial criativo. Vagas limitadas. Inscrições antecipadas. Informações: 3659-8474. Classificação: 12 a 15 anos / 16 a 25 anos.

Serviço:

Curso

29/03

Quinta, das 13h às 16h

Auditório

Grátis

Curso - Articulação comunitária para a sustentabilidade das instituições

O projeto Sesc+ Social visa formar redes propositivas e desenvolver cursos, oficinas e palestras que promovam a reflexão popular e o fortalecimento de lideranças e instituições para que proponham mudanças sociais inovadoras e significativas. Vagas limitadas. Informações: 3659-8474. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Curso

08, 15, 22 e 29/03

Quintas, das 13h às 17h

Sala multifuncional térreo

Grátis

EXPOSIÇÕES

Espaço Vivo – Exposição Brincar de viver

O projeto “Espaço Vivo”, que baseado em experiências bem-sucedidas com projetos artísticos na linguagem de Grafite/Arte Mural, se propõe a realizar simultaneamente a pintura das fachadas externas de 3 unidades do Sesc – Duque de Caxias, Engenho de Dentro e Três Rios, com a participação de cerca de 11 artistas da nova geração do grafite. A proposta terá como referência e inspiração a música-poesia “Brincar de Viver” de Guilherme Arantes, reconhecida na voz de Maria Bethânia. Classificação: Livre.

Serviço:

Exposição

01 a 31/03

Terça a sábado, das 8h às 17h

Fachada da Unidade

Grátis

Panorama Sesc – Artes Visuais: Exposição de fotografias Olhares da Baixada

A proposta Olhares da Baixada consiste na realização de uma exposição fotográfica sob a ótica de 9 artistas que possuem ligações afetivas, profissionais e pessoais com a baixada fluminense. A exposição é composta por 3 recortes curatoriais, cada um estabelecido em uma unidade SESC (Duque de Caxias, São João de Meriti e Nova Iguaçu). Artistas: Ração Diniz, Igor Freitas, Mazé Mixo, Getúlio Ribeiro, Theo Guedes, Danilo Sergio, Fabio Caffé, Tayana Leôncio e Paula Eliane. Curadoria de Simone Rodrigues. Classificação: Livre.

Serviço:

Exposição

01 a 31/03

Terça a sábado, das 8h às 17h

Galeria de Arte

Grátis

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc – Audiovisual - Comédias

De janeiro a junho de 2018, o Sesc RJ investe na difusão da cinematografia nacional, utilizando os filmes da Coleção Cinema Brasileiro Contemporâneo como base para a composição de recortes curatoriais que apresentam ao público toda a diversidade da produção audiovisual brasileira.

Serviço:

Filmes e Vídeos

03 a 24/03

Sábados, às 10h

Sala de Vídeo

Grátis

03/03 - *Não se preocupe, nada vai dar certo* | 12 anos

Lalau (Gregório Duvivier) se apresenta pelo interior do país com seu show de piadas, cujo tema principal é seu pai, Ramon Velasco (Tarcísio Meira), um ator que sempre se mete em trambiques. Um dia, ao se apresentar no Ceará, Lalau recebe uma proposta tentadora feita por Flora (Flávia Alessandra), que oferece US\$ 100 mil para que ele finja ser um famoso guru em uma palestra motivacional no Rio de Janeiro. Ele aceita e

parte para o Rio sem avisar o pai. Após ver o filho na capa de um jornal, Ramon resolve ir atrás dele e cria diversos personagens para garantir a sua parte. Dir. Hugo Carvana.

10/03 - *Billi Pig* | 12 anos

Marivalda (Grazi Massafera) sonha ser atriz e seu marido, Wanderley (Selton Mello), é um corretor de seguros falido. Ela rotineiramente sonha com Billi, um porco de plástico que guarda desde a infância, até que um dia passa a conversar com ele. Em suas conversas com a dona, Billi a pressiona a largar Wanderley, alegando que ele não consegue lhe dar o luxo que merece. Marivalda resolve dar um ultimato ao marido, que fica desesperado em busca de algo que possa manter o casamento. Quando Tenório (Murilo Grossi), o braço direito do traficante Boca (Otávio Muller), procura o padre Roberval (Milton Gonçalves), Wanderley tem uma grande ideia. Ele elabora um plano com o padre, que tem fama de milagreiro, para que possam enganar Boca, desesperado em busca de alguém que consiga fazer com que sua filha saia do coma. Dir. José Eduardo Belmonte

17/03 - *Cilada.com* | 14 anos

Bruno (Bruno Mazzeo) foi flagrado traindo sua namorada (Fernanda Paes Leme) durante uma festa de casamento e levou um pé na bunda. Por vingança, ela publicou na internet um vídeo seu transando com ele, que pagou o maior mico por causa de uma ejaculação precoce. As imagens viram um sucesso e Bruno uma celebridade, só que da pior forma possível. Agora, sua única saída é tentar provar para todo mundo que é bom de cama. Ele passa a recorrer a antigas namoradas, no intuito de registrar declarações delas em vídeo, ao mesmo tempo em que tenta encontrar novas parceiras. Paralelamente, Bruno tenta conseguir o perdão de Fernanda. Dir. José Alvarenga Jr.

24/03 - *O homem do futuro* | 12 anos

João/Zero (Wagner Moura) é um cientista genial, mas infeliz porque há 20 anos atrás foi humilhado publicamente durante uma festa e perdeu Helena (Alinne Moraes), uma antiga e eterna paixão. Certo dia, uma experiência com um de seus inventos permite que ele faça uma viagem no tempo, retornando para aquela época e podendo interferir no seu destino. Mas quando ele retorna, descobre que sua vida mudou totalmente e agora precisa encontrar um jeito de mudar essa história, nem que para isso tenha que voltar novamente ao passado. Será que ele conseguirá acertar as coisas? Dir. Claudio Torres.

Sesc Primeiros Olhares

Programação direcionada à infância a partir de experiências singulares que diversificam o repertório artístico do público infanto-juvenil.

Serviço:

Filmes e Vídeos

02/03/2018 a 23/03/2018

Sextas, às 10h

Sala de Vídeo

Grátis.

02 e 09/03/2018 - *O homem da Lua* | Livre

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 afujentá-lo. Para se salvar, ele deverá contar com a ajuda dos amigos e das crianças. Dir. Stephan Schesch, Sarah Clara Weber. Animação - 95'

16 e 23/03/2018 - *Asterix e o domínio dos deuses* | Livre

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. Animação - 86'

Sesc Territórios – Audiovisual

Programação que promove as características locais e seus vínculos, atuando na promoção da visibilidade, estímulo e intercâmbio da produção de artistas locais.

Realizador/ Debatedor: Carol Vilamaro. Exibição do filme: Cinema Delas (41 min)

Sinopse: Segundo pesquisa da ANCINE (2015), no Brasil as mulheres ocupam apenas 19% das posições em cargos de direção e 23% em cargos de roteiristas. O documentário Cinema Delas mostra algumas profissionais que fazem do seu trabalho no cinema um exemplo de luta e resistência. No mercado audiovisual, as mulheres têm que lidar com salários mais baixos, menos reconhecimento e poucas

oportunidades de liderança, enquanto homens são reconhecidos exercendo as mesmas funções. O filme não explicita apenas a disparidade de gênero no mercado, como evidencia e reconhece o trabalho dessas mulheres enquanto registro. Reconhecer o trabalho e a existência de mulheres nesse nicho é também propor o começo de uma mudança nesse cenário. Classificação: Livre.

Serviço:

Filmes e Vídeos

24/03

Sábado, às 14h

Sala de Vídeo

Grátis

IDOSOS

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. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Vivência

13 e 20/03

Terças, às 9h

Grátis

Sesc+ Vida – Palestra: “Relações de gênero e conquistas das mulheres no último século” - Idosos

O projeto Sesc+ Vida se propõe a formar grupos de idosos promovendo a qualidade de vida com ações inovadoras e Inter geracionais, com foco na socialização e no plano de vida da maturidade. Na palestra em questão serão abordados temas sobre relações de gênero na contemporaneidade, conquistas das mulheres, aspectos históricos do dia internacional da mulher, enfrentamento à violência contra a mulher, além de novos conceitos como: feminismo e seus desafios atuais, mulher e mercado de trabalho, a

mulher idosa, feminicídio, formas de denunciar, direitos e etc. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Palestra

20/03

Terça, às 10h

Grátis

Sesc+ Vida - Curso: Dança Circular para Idosos

Sesc+ Vida leva ações que promovem o envelhecimento ativo, com foco na inovação e estímulo à novas tecnologias. O Projeto faz parte do Programa Sesc+, o programa de Responsabilidade Social do Sesc Rio de Janeiro. Através de técnicas de arte terapia, que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade de Dança Circular promove a melhora do desempenho cognitivo, como estratégia para a promoção de uma melhor qualidade de vida para os idosos. Dessa forma, o curso se propõe estimular a memória e corpo por meio da Dança, resgate de cirandas de roda, brincadeiras vivenciadas pelos idosos, percepção do movimento, música e jogos. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Curso

07 a 21/03

Quartas, às 10h

Grátis

Sesc+ Vida – Oficinas de Danças Populares para Idosos

Sesc+ Vida leva ações que promovem o envelhecimento ativo, com foco na inovação e estímulo à novas tecnologias. O Projeto faz parte do Programa Sesc+, o programa de Responsabilidade Social do Sesc Rio de Janeiro. Através de técnicas de arte terapia, que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade de Danças Populares promove a melhora do desempenho cognitivo, como estratégia para a promoção de uma melhor qualidade de vida para os idosos. Dessa forma, a oficina se propõe estimular a memória e corpo por meio da Dança, resgate de cirandas de roda, brincadeiras vivenciadas pelos idosos, folclore, ritmos regionais como maracatu,

samba, jongo e maculelê, percepção do movimento. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Oficina

07 a 21/03

Quartas, às 14h

Grátis

Sesc+ Vida – Oficina de Memória Digital e Tecnologia para Idosos

Sesc+ Vida leva ações que promovem o envelhecimento ativo, com foco na inovação e estímulo à novas tecnologias. O Projeto faz parte do Programa Sesc+, o programa de Responsabilidade Social do Sesc Rio de Janeiro. Através de técnicas de arte terapia, que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade de Canto Coral promove a melhora do desempenho cognitivo, como estratégia para a promoção de uma melhor qualidade de vida para os idosos. Dessa forma, a oficina se propõe estimular a memória e a voz por meio do canto, leitura de músicas, lembrança de músicas que os usuários gostavam, além da prevenção de perda vocal, orientações para impostação da voz, saúde vocal e etc. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Oficina

06 a 27/03

Terças, às 19h

Grátis

Sesc+ Vida – Curso: Teatro para Idosos

Sesc+ Vida leva ações que promovem o envelhecimento ativo, com foco na inovação e estímulo à novas tecnologias. O Projeto faz parte do Programa Sesc+, o programa de Responsabilidade Social do Sesc Rio de Janeiro. Através de técnicas de arte terapia, que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade de Teatro promove a melhora do desempenho cognitivo, como estratégia para a promoção de uma melhor qualidade de vida para os idosos. Dessa forma, o curso se propõe estimular a memória e a voz por meio de atividades de leitura, jogos corporais, montagem de esquetes e peças teatrais com construção participativa com os usuários, música. Atividade voltada



ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Curso

02 a 30/03

Sextas, às 10h

Grátis

Sesc+ Vida – Curso: Consciência Corporal para Idosos

Sesc+ Vida leva ações que promovem o envelhecimento ativo, com foco na inovação e estímulo à novas tecnologias. O Projeto faz parte do Programa Sesc+, o programa de Responsabilidade Social do Sesc Rio de Janeiro. Através de técnicas de estímulos físicos, relaxamento, respiração, jogos corporais que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade de consciência corporal promove a melhora do desempenho cognitivo e físico, como estratégia para a promoção de uma melhor qualidade de vida para os idosos. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Curso

06 a 27/03

Terças, às 10h

Grátis

Sesc+ Vida – Oficina de Ativação da Memória para Idosos

Sesc+ Vida leva ações que promovem o envelhecimento ativo, com foco na inovação e estímulo à novas tecnologias. O Projeto faz parte do Programa Sesc+, o programa de Responsabilidade Social do Sesc Rio de Janeiro. Através de técnicas de estímulos com imagens, escrita, desenhos, pintura, leitura, dinâmicas diversas de grupo que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade de Oficina de Ativação da memória promove a melhora do desempenho cognitivo e físico, como estratégia para a promoção de uma melhor qualidade de vida para os idosos. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Oficina

01 a 29/03

Sextas, às 9h30

Grátis

Sesc+ Vida - Encontro Tarde Dançante

Momento de interação entre o grupo de idosos da unidade Duque de Caxias e recepção de novos usuários, proporcionando socialização e entretenimento. Apresentação artística musical com banda; presença de dinamizadores, com músicas lembrando sucessos que marcaram época e também atuais. No mês de Outubro será comemorado o mês do Idoso. Evento aberto ao público. Atividade voltada ao público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Baile

16/03

Sexta, às 13h

Grátis

LITERATURA

Grupo Sussurradores Poéticos | Intervenção Poética

Neste trabalho, o Sussurradores Poéticos propõe a realização de sessões de “Sussurro Poético – Poemas ao pé do ouvido”, uma Intervenção artística e poética que busca provocar o público a encontrar uma brecha no corre-corre do cotidiano para realmente aguçar seus ouvidos e sua sensibilidade. Feitas simultaneamente por dois artistas, as intervenções lançam mão de tubos de papelão adereçados, através dos quais, individualmente, os artistas sussurram poemas e trechos de textos narrativos diretamente no ouvido dos frequentadores dos espaços culturais onde se dão essas intervenções. Uma pausa no cotidiano, um recorte que proporciona outro olhar sobre a vida, um olhar mais apurado, mais terno, mais mágico, mais lúdico e, sobretudo, mais humano. Classificação: Livre.

Serviço:

10/03

Sábado, às 11h

Grátis

Sesc Primeiros Olhares – Literatura: Pipa, a passarinha avoadada | Contação de Histórias

Pipa era a passarinha mais avoadada de sua cidade. Enquanto os outros cantavam as mesmas músicas todos os dias, ela improvisava e compunha melodias novas. Distante da cidade, cercada de mistérios, havia a Montanha Cinzenta. Um dia a mais sábia de todas as passarinhas viajou até essa montanha e voltando, em seu suspiro final, anunciou que nunca vira algo tão lindo em toda sua vida. Mas os outros habitantes nunca havia encontrado a beleza anunciada pela sábia. Pipa resolve embarcar na longa viagem até a montanha e, nessa aventura, ela vai descobrir que, mais importante do que chegar ao final da estrada, é viver de verdade cada passo do caminho. Com o Grupo Sonhar-se Mundo. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de Histórias

21/03

Quarta, às 10h e às 14h

Biblioteca

Grátis

MÚSICA

Sesc Territórios – Valnei Ainê e Banda

Serviço:

Apresentação Musical

03/03

Sábado, às 15h

Teatro

Classificação: Livre

Grátis

PALESTRAS E DEBATES

Encontro - Atividade mensal com lideranças comunitárias

O projeto Sesc+ Social visa formar redes propositivas e desenvolver cursos, oficinas e palestras que promovam a reflexão popular e o fortalecimento de lideranças e instituições para que proponham mudanças sociais inovadoras e significativas. Informações: 3659-8474. Classificação: Livre.

Serviço:

Encontro
15/03
Quinta, às 14h
Auditório
Grátis

Palestra - O artesão e a divulgação em rede

O projeto Sesc+ Criativo visa estimular a geração complementar de renda contribuindo para a formação ou fortalecimento de grupos criativos com a oferta de cursos, oficinas e palestras, de conteúdo básico, na modalidade trabalhos manuais. Apoia o empreendedorismo e a economia solidária e incentiva o interesse dos participantes pela profissionalização. Vagas Limitadas: inscrições antecipadas. Informações: 3659-8474. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Palestra
21/03
Quarta, às 15h30
Sala 02
Grátis

PROJETOS ESPECIAIS**Visita mediada - Espaço verde**

O projeto Sesc+ Verde fomenta a percepção crítica na relação homem e ambiente, ultrapassando as questões ligadas somente a natureza e incluindo também os determinantes sociais, culturais e econômicos que contribuem para a construção de uma sociedade mais sustentável em toda sua complexidade. Vagas limitadas. Inscrições antecipadas. Informações: 3659-8474. Classificação: Livre.

Serviço:

Visitação
21 e 28/03
Quinta, às 10h e 11h
Classificação: Livre
Grátis

ENGENHO DE DENTRO

ARTES CÊNICAS

A Menina e a Árvore

A Menina e a Árvore é um espetáculo para crianças e adultos de todas as idades, livremente inspirado no livro homônimo “A Maior Flor do Mundo” de José Saramago, idealizado pela Cia de Teatro Manual e que contará com a parceria do grupo Bando de Palhaços e com a direção de Matheus Lima. Classificação: Livre

Serviço:

Artes Cênicas

24/03

Sábado, às 16h

Teatro

R\$ 10,00 (inteira), R\$ 5,00 (meia-entrada), R\$ 2,50 (assoc. Sesc) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Brincante

O Palhaço Muzzarella no espetáculo "Brincante" apresenta alguns dos melhores números executados ao longo dos seus anos de carreira solo no Brasil e pelo mundo. Artes da acrobacia, magia e malabares são algumas das técnicas utilizadas pelo palhaço com muita irreverência. Ele apresenta números de sua autoria e releituras de números clássicos da palhaçaria imprimindo linguagem própria. Classificação: Livre

Serviço:

Artes Cênicas

17/03

Sábado, às 16h

Teatro

R\$ 10,00 (inteira), R\$ 5,00 (meia-entrada), R\$ 2,50 (assoc. Sesc) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Momento para Dançar

O Momento para Dançar é um projeto que consiste em proporcionar um momento de lazer através da dança, liberdade de expressão, socialização entre pessoas com interesse em comum, bem estar e buscamos o incentivo à participação do público jovem num evento multicultural. Essa proposta abrange todos os estilos de música e dança, não se restringindo a grupos específicos, pois a cada edição, um tema e/ou ritmo de dança diferente é abordado. Em agosto teremos repertório dos anos 80. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

08/03

Quinta, das 17h às 20h

Espaço de Convivência

R\$ 2,00 (inteira) | R\$ 1,00 (meia-entrada) | Grátis (assoc. Sesc e público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Lazer no Sesc

Atividades recreativas diversificadas e para todas as idades. Aulas abertas esportivas, oficina e construção de brinquedos, jogos educativos, cooperativos. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

Sábados, 10h às 15h

Domingos, 10h às 13h

Mini quadra

Grátis

CURSOS E OFICINAS

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de Iniciação ao Teatro - Infantil

Curso de iniciação teatral para crianças visando proporcionar a experimentação da linguagem teatral, o autoconhecimento, socialização, além de oferecer recursos para melhor fruição de espetáculos. Classificação: 8 a 13 anos.

Serviço:

Curso

06/03 a 15/12

Terças, 14h30 às 16h30

Teatro

Grátis

Vagas limitadas. Inscrições a partir do dia 28/02 apenas pelos responsáveis legais (pai, mãe e tutores) presencialmente na Central de Atendimento da Unidade / Informações: (21) 3822- 9529.

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de Iniciação ao Teatro - Jovens e Adultos

Curso de iniciação teatral para pessoas interessadas em ter uma primeira experiência com a linguagem cênica, visando estimular uma interação entre abordagens teórico-conceituais e experiências práticas, de forma a atender a expectativas de uma expressão própria dos participantes, proporcionar a vivência na linguagem teatral e oferecer recursos para melhor fruição de espetáculos. Instrutor: Gilvan Balbino. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Curso

06/03 a 15/12

Terças, das 17h às 20h

Teatro

Grátis

Vagas limitadas. Inscrições a partir do dia 28/02 apenas pelo próprio, ou responsáveis legais (pai, mãe e tutores) no caso de menores; presencialmente na Central de Atendimento da Unidade / Informações: (21) 3822- 9529.

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de Musicalização Infantil

Atividades realizadas para apresentar às crianças um conjunto da multiplicidade e diversidade de Linguagens, repertórios e experiências musicais, de forma que possam se envolver criativamente na brincadeira, no prazer da livre expressão, escutando, criando, dançando, tocando, percutindo o corpo, cantando, com uma música em constante processo de invenção, exatamente como é a infância. A partir da experiência musical, a criança amplia sua percepção sonora, entrando em contato com diversos instrumentos e fontes sonoras. Classificação: 4 a 10 anos.

Serviço:

Curso

10/03 a 18/12

Sábados, 9h30 às 10h30 ou 11h às 12h

Sala de Música

Grátis

Vagas limitadas. Inscrições a partir do dia 28/02 apenas pelos responsáveis legais (pai, mãe e tutores) presencialmente na Central de Atendimento da Unidade / Informações: (21) 3822- 9529.

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de Violão

Realização de atividades com abordagens teóricas e práticas de violão para promover o desenvolvimento de habilidades cognitivas e a apreciação musical através do contato com repertório diversificado. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Curso

06/03 a 18/12

Terças, 9h às 10h30, 16h30 às 18h ou 18h30 às 20h

Sábados, 14h30 às 16h

Sala de Música

Grátis

Vagas limitadas. Inscrições a partir do dia 28/02 apenas pelo próprio, ou responsáveis legais (pai, mãe e tutores) no caso de menores; presencialmente na Central de Atendimento da Unidade / Informações: (21) 3822- 9529.

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de Teclado

Realização de atividades com abordagens teóricas e práticas de teclado para promover o desenvolvimento de habilidades cognitivas e a apreciação musical, por meio do ensino coletivo e contato com repertório diversificado. Classificação: 10 anos.

Serviço:

Curso

06/03 a 18/12

Quartas, 15h30 às 17h e 18h às 19h30

Sala de Música

Grátis

Vagas limitadas. Inscrições a partir do dia 28/02 apenas pelo próprio, ou responsáveis legais (pai, mãe e tutores) no caso de menores; presencialmente na Central de Atendimento da Unidade / Informações: (21) 3822- 9529.

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de Canto Coral

Realização de atividades que proporcionem o conhecimento de técnicas de respiração, impostação vocal, afinação, noções musicais teóricas e práticas para canto, utilizando exemplares da Música Popular Brasileira no repertório do Coral. Classificação: 15 anos

Serviço:

Curso

06/03 a 18/12

Quintas, 15h às 17h

Sala de Música

Grátis

Vagas limitadas. Inscrições a partir do dia 28/02 apenas pelo próprio, ou responsáveis legais (pai, mãe e tutores) no caso de menores; presencialmente na Central de Atendimento da Unidade / Informações: (21) 3822- 9529.

Sesc Arte em Desenvolvimento - Curso de Escrita Criativa

Serviço:

Curso

06/03 a 29/03

Terças e quintas, das 9h às 14h

Classificação: a partir de 7 anos

Grátis

Inscrições: (21) 3822-9532. Inscrições por agendamento.

Oficina Digital Games

Programação a partir de jogos virtuais com vistas ao desenvolvimento de habilidades e competências, como experimentar formas de aprender e solucionar problemas, improvisar. Classificação: a partir de 16 anos

Serviço:

Oficina

Sábados, das 10h às 12h

Sala de Cultura Digital

Grátis

Conexão Idoso

Oficina voltada ao público idoso visando a interação com as novas tecnologias, aplicativos, mídias. Classificação: a partir de 60 anos.

Serviço:

Oficina

Quartas e sextas, das 14h às 17h

Local: Sala de Cultura Digital

Grátis

Sesc+ Criativo - Oficina de Biojoias

O projeto Sesc+ Criativo visa estimular a geração complementar de renda contribuindo para a formação ou fortalecimento de grupos criativos com a oferta de cursos, oficinas e palestras, de conteúdo básico, na modalidade trabalhos manuais. A oficina de biojoias agrega materiais como sementes, frutos, lascas de madeira, fibras vegetais, capim, casca do coco, couro, ossos, penas, escamas, madrepérola, conchas, entre outros para confecção de colares e pulseiras. Classificação: a partir de 16 anos.

Serviço:

Oficina

10 e 24/03

Sábado e domingo, das 14h às 17h.

Local: Espaço de Convivência

Grátis

Sesc+ Social

Curso de Indicadores, Avaliação e Monitoramento de Projetos Sociais

Curso direcionado a estudantes, profissionais da área social, lideranças comunitárias e demais interessados. Classificação: Livre.

De forma dinâmica e com exemplos práticos e exercícios, abordará:

- Estratégias e metodologias de monitoramento e avaliação de projetos sociais
- Importância e aplicações de indicadores sociais
- Construção de índices e sistemas de indicadores sociais
- Análise comparada de indicadores
- Fontes de dados para a construção de indicadores sociais
- Análise da realidade brasileira por meio de indicadores sociais

Serviço:

Curso

08/03/2018 a 27/03/2018

Terças e quintas, das 17h30 às 20h30

Local: Sala Multi

Grátis.

Inscrições: (21) 3822-9534 (Tathiana)

Saúde Atitude

Espaço aberto para troca de experiências e reflexões sobre o processo de envelhecimento, suas mudanças e os impactos físicos e psicossociais. Para este mês: Oficina de Postura. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

29/03

Quinta, às 10h.

Grátis

Cozinha Criativa

Oficina de nutrição - cuidados com o verão. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

10 e 24/03

Sábado, às 10h

Grátis

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. Classificação: a partir de 15 anos.

Serviço:

Terças e quintas. 7h10 às 8h, 8h10 às 9h, 9h10 às 10h e 20h às 20h50.

Quartas e sextas. 7h10 às 8h, 9h10 às 10h e 19h às 19h50.

Sala de Ginástica.

R\$ 50,00 (comerciário) e R\$ 85,00 (usuário).

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. Classificação: a partir de 15 anos.

Serviço:

Quartas e sextas. 8h10 às 9h, 18h às 18h50 e 20h às 20h50.

Sala de Ginástica.

R\$ 50,00 (Comerciário) e R\$ 85,00 (usuário).

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, direcionado para a terceira idade. Um modelo pedagógico que respeita as possibilidades e interesses de cada um, focando na participação e cooperação. Classificação: a partir de 18 anos.

Serviço:

Quartas e sextas. 16h10 às 17h e 17h às 17h50.

Sala de Ginástica.

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (Usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais).

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. Classificação: 15 a 17 anos*, 11 a 14 anos** e a partir de 18 anos***.

Serviço:

Terças e quintas. 17h às 17h50*, 18h às 18h50**, 19h às 19h50*** e 20h às 20h50***.
Sala de Lutas.

R\$ 35,00 (associados Sesc), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais).

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. Classificação: a partir de 15 anos.

Serviço:

Terças e quintas. 17h10 às 18h, 18h10 às 19h e 19h10 às 20h.

Sala de Ginástica.

R\$ 50,00 (comerciário), R\$ 85,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais).

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. Classificação: 4 a 6 anos.

Serviço:

Terças e quintas. 18h às 19h.

Mini quadra.

R\$ 35,00 (associados Sesc), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais).

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. Classificação: 7 a 10 anos.

Serviço:

Terças e quintas, 19h às 20h.

Quartas e sextas, 17h às 18h.

Local: Mini quadra.

R\$ 35,00 (associados Sesc), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais).

EXPOSIÇÃO

Exposição Fayga Ostrower – Artista Educadora

Fayga é uma artista multifacetada. Gravadora, pintora, desenhista, ilustradora, teórica da arte e professora. Fayga Ostrower tem uma produção vasta e rica com técnicas diversas, como xilogravura, serigrafia em tecidos e litogravura, esta última dá origem à exposição. A partir de suas obras 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 da Fayga Educadora. Classificação: Livre.

Serviço:

Exposição

Terça a sexta, das 7h às 20h30

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

Espaço Galeria

Grátis

Agendamento para grupos: (21) 3822-4892

Visita Mediada à Exposição Fayga Ostrower – Artista Educadora

As visitas mediadas acontecem terças e quintas. Os participantes serão apresentados às obras, técnicas utilizadas, seus autores e um breve histórico sobre a gravura brasileira. Classificação: Livre.

Serviço:

Visita

Terças e quintas, 9h às 16h30

Grátis.

Agendamento para grupos: (21) 3822-4892.

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc Cinema - Cinema Brasileiro Contemporâneo - Atores que Viraram Diretores

De janeiro a junho de 2018, o Sesc RJ investe na difusão da cinematografia nacional, utilizando os filmes da Coleção Cinema Brasileiro Contemporâneo como base para a composição de recortes curatoriais que apresentam ao público toda a diversidade da produção audiovisual brasileira. Este mês seleção Grandes Diretores.

Onde está a Felicidade?

Teodora (Bruna Lombardi) descobre que seu marido (Bruno Garcia) estava mantendo uma relação virtual e entra em crise, o que resulta na perda de seu trabalho como apresentadora de um programa culinário. Desiludida, resolve cair na estrada e parte para uma viagem de autoconhecimento, percorrendo o Caminho de Santiago de Compostela, na Espanha. Junto com seu antigo diretor e uma nova amiga, Teodora vive uma divertida aventura, enquanto Nando bola um plano para reconquistar seu grande amor. Será que eles conseguem ficar juntos novamente? Classificação: 12 anos.

Serviço:

03 e 07/03

Sábado e quarta, 15h

Grátis

A festa da Menina Morta

Há 20 anos uma pequena população ribeirinha do alto Amazonas comemora a Festa da Menina Morta. O evento celebra o milagre realizado por Santinho, que após o suicídio da mãe recebeu em suas mãos, da boca de um cachorro, os trapos do vestido de uma menina desaparecida. A menina jamais foi encontrada, mas o tecido rasgado e manchado de sangue passa a ser adorado e considerado sagrado. A festa cresceu indiferente à dor do irmão da menina morta, Tadeu. A cada ano as pessoas visitam o

local para rezar, pedir e aguardar as "revelações" da menina, que através de Santinho se manifestam no ápice da cerimônia. Classificação: 18 anos.

Serviço:

10 e 14/03

Sábado e quarta, 15h

Grátis

Assalto ao Banco Central

Barão (Milhem Cortaz) teve a grande ideia de ganhar muito dinheiro em pouco tempo ao cometer o crime perfeito, sem violência. Para tanto basta arrumar as pessoas certas, dispostas a receber R\$ 2 milhões, botar o plano em prática e executar a façanha. Após cerca de três meses de operação, R\$ 164,7 milhões foram roubados do Banco Central, em Fortaleza, no Ceará. Sem dar um único tiro, sem disparar um alarme, os bandidos entraram e saíram por um túnel de 84 metros cavado sob o cofre, carregando três toneladas de dinheiro. Foi o segundo maior assalto a banco do mundo. Classificação: 14 anos.

Serviço:

17 e 21/03

Sábado e quarta, 15h

Grátis

O Palhaço

Benjamim (Selton Mello) trabalha no Circo Esperança junto com seu pai Valdemar (Paulo José). Juntos, eles formam a dupla de palhaços Pangaré & Puro Sangue e fazem a alegria da plateia. Mas a vida anda sem graça para Benjamin, que passa por uma crise existencial e assim, volta e meia, pensa em abandonar Lola (Giselle Mota), a mulher que cospe fogo, os irmãos Lorotta (Álamo Facó e Hossen Minussi), Dona Zaira (Teuda Bara) e o resto dos amigos da trupe. Seu pai e amigos lamentam o que está acontecendo com o companheiro, mas entendem que ele precisa encontrar seu caminho por conta própria. Classificação: 10 anos.

Serviço:

24 e 28/03

Sábado e quarta, 15h

Grátis

Sesc Primeiros Olhares - Eu e meu Guarda-Chuva

Eugênio (Lucas Cotrim) é um garoto de 11 anos que jamais se separa do guarda chuva herdado de seu avô. No último dia de férias ele e Cebola (Victor Froiman), seu melhor amigo, precisam entrar na sombria casa onde fica sua nova escola. O motivo é para resgatar Frida (Rafaela Victor), a grande paixão de Eugênio, que foi sequestrada pelo fantasma do Barão Von Staffen (Daniel Dantas)

Serviço:

14/03

Quarta, 15h

Sala de Vídeo

IDOSOS

Sesc+ Vida - Palestra "A mulher Idosa"

O projeto Sesc+ Vida se propõe a formar grupos de idosos promovendo a qualidade de vida com ações inovadoras e intergeracionais. Para o mês março teremos a palestra "A Mulher idosa", que amplia o conhecimento sobre questões relacionadas seu modo de vida, saúde e bem estar. Classificação: a partir de 60 anos.

Serviço:

Palestra

08/03

Quinta, das 15h às 16h

Sala Multiuso

Grátis

Sesc+ Vida - Reunião de Convivência

Atividade que se propõe a formar grupos de idosos, promovendo a qualidade de vida através de temas referentes à maturidade, saúde, bem estar e qualidade de vida. Classificação: acima de 60 anos.

Serviço:

Debate

29/03

Quinta, das 10h às 11h

Teatro

Grátis



Sesc + Vida - Encontro Dançante

Será oferecido ao público música ao vivo, com o tradicional repertório dos bailes da terceira idade. A proposta da atividade é a socialização dos idosos com grupos de diversas faixas etárias. Classificação: Livre.

Serviço:

Debate

25/03/2018

Domingo, das 14h às 17h

Espaço de Convivência

Grátis

INFANTIL

Sesc+ Verde - Pegada Ecológica

Serviço:

Oficina

01 a 09/03

Terça a sexta, das 10h às 11h30

Classificação: a partir de 6 anos

Grátis

Inscrições: (21) 3822-9532. Inscrições por agendamento.

Sesc+ Verde – Curso – Plantio de Terrário

Serviço:

Curso

06/03/2018 a 08/03/2018

Terça a quinta, das 8h às 11h e de 13h30 às 16h30

Classificação: a partir de 6 anos

Grátis

Inscrições: (21) 3822-9532. Inscrições por agendamento.

Sesc+ Verde - Vivência - Contação de Histórias - Tema: Água

Serviço:

Contação de Histórias

09/03

Sexta, às 10h e 14h

Classificação: a partir de 6 anos

Grátis

Inscrições: (21) 3822-9532. Inscrições por agendamento.

LITERATURA

Panorama Sesc - Pontos de Leitura

Consulta de livros, com monitoria, durante 6 dias no mês de março. Classificação: Livre.

Serviço:

Leitura

01 a 09/03

Terça a sexta, de 9h às 14h

Grátis

Inscrições: (21) 3822-9532. Inscrições por agendamento.

Sesc Primeiros Olhares - Projeto Sonhar-se Mundo - Contação de Histórias - Pipa, a Passarinha Avoada

Pipa era a passarinha mais avoada de sua cidade. Enquanto os outros cantavam as mesmas músicas todos os dias, ela improvisava e compunha melodias novas. Distante da cidade, cercada de mistérios, havia a Montanha Cinzenta. Um dia a mais sábia de todas as passarinhas viajou até essa montanha e voltando, em seu suspiro final, anunciou que nunca vira algo tão lindo em toda sua vida. Mas os outros habitantes nunca havia encontrado a beleza anunciada pela sábia. Pipa resolve embarcar na longa viagem até a montanha e, nessa aventura, ela vai descobrir que, mais importante do que chegar ao final da estrada, é viver de verdade cada passo do caminho. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de Histórias

14/03

Quarta, às 10h e 14h

Grátis

Inscrições: (21) 3822-9532. Inscrições por agendamento.

Sussurradores Poéticos - Intervenção Poética

Neste trabalho, o Sussurradores Poéticos propõe a realização de sessões de “Sussurro Poético – Poemas ao pé do ouvido”, uma Intervenção artística e poética que busca provocar o público a encontrar uma brecha no corre-corre do cotidiano para realmente aguçar seus ouvidos e sua sensibilidade. Feitas simultaneamente por dois artistas, as intervenções lançam mão de tubos de papelão adereçados, através dos quais, individualmente, os artistas sussurram poemas e trechos de textos narrativos diretamente no ouvido dos frequentadores dos espaços culturais onde se dão essas intervenções. Uma pausa no cotidiano, um recorte que proporciona outro olhar sobre a vida, um olhar mais apurado, mais terno, mais mágico, mais lúdico e, sobretudo, mais humano. Classificação: Livre.

Serviço:

Intervenção Poética

20/03

Terça, às 11h

Grátis

Inscrições: (21) 3822-9532. Inscrições por agendamento.

MÚSICA

Roberta Espinosa e Tropical Noval

O show Tropical Nova é uma grande homenagem ao calor dos trópicos brasileiros. O show se divide em dois momentos, sendo o primeiro todo dedicado ao samba e partido alto. Já o segundo, é todo dedicado aos Mestres Caetano Veloso e Gilberto Gil e passeia pelo Samba, Forró e Rock. É Carnaval do Início ao Fim. Uma verdadeira viagem de lembranças musicais que percorrem o eixo Rio-Bahia. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Música

15/03

Quinta-feira, às 19h

Teatro

R\$ 10,00 (inteira) | R\$ 5,00 (meia-entrada) | R\$ 2,50 (assoc. Sesc) | (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

PALESTRAS E DEBATES

Encontro de Núcleo Comunitário

Núcleo formado por moradores atuantes e profissionais da área social que fomentará a concretização de parcerias entre instituições e será uma referência na comunidade para propor mudanças e melhorias e trocar experiências sobre projetos. Classificação: Livre.

Serviço:

Debate

28/03/2018

Quarta, 14h

Sala de Vídeo

Informações: (21) 3822-9534 (Tathiana)

Grátis

Ciência e Conhecimento Roda de Conversa

Rodas de Conversa a partir de temáticas sobre o conhecimento científico. Classificação: a partir de 16 anos

Serviço:

Roda de conversa

Terças e quintas, das 15h às 17h

Sala de Cultura Digital

Grátis

PROJETOS ESPECIAIS

Internet Livre

Espaço equipado com 10 computadores para exploração de conteúdos digitais pelos frequentadores através de navegação livre. Classificação: Livre.

Serviço:

Internet Livre

Terça a sexta, das 10 às 12h

Sala de Cultura Digital

Grátis



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.

MADUREIRA

ARTES CÊNICAS

Vim assim que soube

Um doente em fase terminal resolve convocar sua melhor amiga, que já não via há muito tempo, para passar seus últimos dias de vida com ele. A partir daí uma série de lembranças e conflitos são revelados. Crueldades e mentiras surgem durante este período de “pré-morte”, estabelecendo uma relação sufocante de dependência mútua entre os dois personagens. Com Cris Larin e Renato Carrera. Direção: Marcos André Nunes. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Artes Cênicas

09/03

Sexta, às 19h30

Teatro

R\$20 (inteira), R\$10 (meia), R\$5 (Associados Sesc) e Grátis (PCG)

A Menina e a Árvore

O texto conta a história de um menino que, cansado de brincar sempre nos mesmos locais da sua aldeia, decide um dia ir além, para lá do rio, subindo a encosta. No alto descobre uma flor murcha que ele acha que precisa ser salva. O menino inicia uma missão de salvamento, fechando as mãos em concha e indo e vindo entre o rio e a encosta para, pingo a pingo, regar a pequena flor. De murcha e caída, a flor passa a gigante e colorida, servindo até de sombra para o menino, estafado, adormecer. A flor, agora enorme e viva, cresce imensamente, ‘abraça’ toda a cidade e serve de pista para que a família encontre o menino. Ele é resgatado, levado para casa e rodeado de todo respeito, como obra de milagre. Classificação: Livre.

Serviço:

11/03

Domingo, às 16h

Teatro

R\$10 (inteira), R\$5 (meia), R\$2,50 (Associados Sesc) e Grátis (PCG)

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Lazer no Sesc

Programação especial com recreação atrativa e prazerosa. Circuito funcional, recreação esportiva, futebol Freestyle, badminton e recreação aquática. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

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

Quadra Coberta e Piscina

Grátis

Informações no Setor de Esporte e Recreação: (21) 3350-2699

Momento para Dançar

Encontro dançante, com banda ao vivo, com proposta de proporcionar um momento de lazer através de dança, socialização e bem estar com apresentação de grupo de dança e monitores para animar o baile. Neste mês o tema é Baile rosa. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

14/03

Quarta, 18h às 21h

Quadra Coberta

R\$ 1,00 (associados Sesc) e R\$ 2,00 (usuário)

Festival de Natação

Desenvolvimento de festival esportivo prazeroso e integrativo, para os admiradores desta modalidade, abrangendo diversas faixas etárias. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

29 e 30/03

Quinta e sexta, 7h10 às 12h e das 15h10 às 20h50

Parque aquático

Grátis

Informações no Setor de Esporte e Recreação: (21) 3350-2699

Apresentação Esportiva de Capoeira

Apresentação esportiva de roda de Capoeira para os admiradores desta modalidade, abrangendo diversas faixas etárias. Classificação: livre.

Serviço:

Recreação

31/03



Sábado, das 11h às 13h

Quadra coberta

Grátis

Informações no Setor de Esporte e Recreação: (21) 3350-2699

Espaço Jogo

Espaço de lazer através de jogos tradicionais, jogos de mesa, jogos gigantes e torneios relâmpagos para todas as idades. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

Terça à sexta, das 8h às 20h

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

Espaço Jogo

Grátis

CURSOS E OFICINAS

Cozinha Criativa

Oficina de culinária saudável com objetivo de ampliar a oferta e a qualidade da alimentação da população com temas variados. Classificação: Livre.

Serviço:

Cursos e Oficinas

14 e 28/03

Quartas, às 10h

Cozinha Experimental

Grátis

Sesc+ Verde – Curso de sistemas integrados de aquaponia

Promoveremos um curso onde explicaremos como se monta um sistema de hidroponia aliado a criação de peixes abordando aspectos práticos e teóricos. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

24/03

Sábado, das 10h às 18h

Sala A

Grátis

Sesc+ Verde – Curso de captação de água da chuva

Nesta programação abordaremos como se monta um sistema de captação de água de chuva de forma simples e utilizando materiais reaproveitáveis. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
10/03
Sábado, das 10 às 18h
Sala A
Grátis

Sesc+ Verde - Curso de bolsas e acessórios com reaproveitamento de banner

Oferecemos uma atividade que promove a redução de resíduos no meio ambiente transformando banners e lonas em demais acessórios. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
21, 22 e 23/03
Quartas, quintas e sextas, das 13h às 17h
Espaço das artes
Grátis

Sesc+ Verde - Curso de plantio de hortas

Nesta programação, daremos destaque ao plantio de hortas suspensas ou em pequenos espaços no ambiente urbano. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
21 e 23/03
Quarta e sexta, das 13 às 17h
Espaço das Artes
Grátis

Sesc+ Criativo – Oficina de confecção de bijoias

A partir de sementes desidratadas, folhas secas e demais materiais orgânicos podem ser criadas vários tipos de bijuterias aliadas a metais e demais peças. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Oficina
14 e 16/03
Quarta e sexta, das 13h às 16h
Espaço das Artes
Grátis

Sesc+ Criativo – Curso de pintura em tela

Serviço:

Oficina
A partir do dia 06/03
Terças e quintas, das 9h às 13h
Classificação: 18 anos
Sala 02
Grátis

Sesc+ Verde – Trocas de mudas e sementes

Promoveremos, através de trocas com o público, à distribuição de mudas e sementes das mais variadas espécies, sejam espécies florais, ervas aromáticas, medicinais ou ornamentais. Classificação: Livre.

Serviço:

Vivência
23/03
Sexta, das 14h às 16h
Hall de entrada
Grátis

AULAS DE ESPORTE

Aula Especial de Pilates

Aula complementar a programação sistemática, visando à integração e difusão de novas vivências corporais, voltada especificamente para os praticantes e comunidade em geral. Classificação: a partir de 15 anos.

Serviço:

10/03
Sábado, das 10h às 10h50
Quadra poliesportiva
Grátis
Informações no Setor de Esporte e Recreação: (21) 3350-2699

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc Cinema - Cinema Brasileiro Contemporâneo – Atores que viraram diretores

De janeiro a junho de 2018, o Sesc RJ investe na difusão da cinematografia nacional, utilizando os filmes da Coleção Cinema Brasileiro Contemporâneo como base para a composição de recortes curatoriais que apresentam ao público toda a diversidade da produção audiovisual brasileira.

Panorama Sesc Cinema - Onde está a felicidade?

Teodora (Bruna Lombardi) descobre que seu marido (Bruno Garcia) estava mantendo uma relação virtual e entra em crise, o que resulta na perda de seu trabalho como apresentadora de um programa culinário. Desiludida, resolve cair na estrada e parte para uma viagem de autoconhecimento, percorrendo o Caminho de Santiago de Compostela, na Espanha. Junto com seu antigo diretor e uma nova amiga, Teodora vive uma divertida aventura, enquanto Nando bola um plano para reconquistar seu grande amor. Será que eles conseguem ficar juntos novamente? Comédia. 110 min. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

08/03

Quinta, às 18h30

Local: Teatro

Grátis

Panorama Sesc Cinema - A festa da menina morta

Há 20 anos uma pequena população ribeirinha do alto Amazonas comemora a Festa da Menina Morta. O evento celebra o milagre realizado por Santinho, que após o suicídio da mãe recebeu em suas mãos, da boca de um cachorro, os trapos do vestido de uma menina desaparecida. A menina jamais foi encontrada, mas o tecido rasgado e manchado de sangue passa a ser adorado e considerado sagrado. A festa cresceu indiferente à dor do irmão da menina morta, Tadeu. A cada ano as pessoas visitam o local para rezar, pedir e aguardar as "revelações" da menina, que através de Santinho se manifestam no ápice da cerimônia. 115 min. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

15/03

Quinta, às 18h30

Teatro

Grátis

Panorama Sesc Cinema - O palhaço

Benjamim (Selton Mello) trabalha no Circo Esperança junto com seu pai Valdemar (Paulo José). Juntos, eles formam a dupla de palhaços Pangaré & Puro Sangue e fazem a alegria da plateia. Mas a vida anda sem graça para Benjamin, que passa por uma

crise existencial e assim, volta e meia, pensa em abandonar Lola (Giselle Mota), a mulher que cospe fogo, os irmãos Lorotta (Álamo Facó e Hossen Minussi), Dona Zaira (Teuda Bara) e o resto dos amigos da trupe. Seu pai e amigos lamentam o que está acontecendo com o companheiro, mas entendem que ele precisa encontrar seu caminho por conta própria. 88 min. Classificação: 10 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

22/03

Quinta, às 18h30

Teatro

Grátis

Panorama Sesc Cinema - Assalto ao Banco Central

Barão (Milhem Cortaz) teve a grande ideia de ganhar muito dinheiro em pouco tempo ao cometer o crime perfeito, sem violência. Para tanto basta arrumar as pessoas certas, dispostas a receber R\$ 2 milhões, botar o plano em prática e executar a façanha. Após cerca de três meses de operação, R\$ 164,7 milhões foram roubados do Banco Central, em Fortaleza, no Ceará. Sem dar um único tiro, sem disparar um alarme, os bandidos entraram e saíram por um túnel de 84 metros cavado sob o cofre, carregando três toneladas de dinheiro. Foi o segundo maior assalto a banco do mundo. 104 min. Classificação: 14 anos.

Serviço:

29/03

Quinta, às 18h30

Teatro

Grátis

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. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

27/03

Terça, das 14h às 18h

Quadra

Grátis

Sesc + Vida - Consciência Corporal

A atividade trabalha o corpo e autoestima através de diversos exercícios. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo do Projeto Sesc+ Vida da unidade. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
Quartas, das 13h às 15h
Sala Polivalente 2
Grátis

Sesc + Vida - Oficina de Artes Manuais

O objetivo é demonstrar técnicas de artesanato para a confecção de diversos materiais tendo cada mês um artesão e uma técnica diferente. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
Terças, das 13 às 16h
Espaço das Artes
Grátis

Sesc + Vida - Expressão Corporal e Dramatização Para Idosos

Atividade de Expressão corporal e dramatização para Idosos têm como proposta trabalhar a dramaturgia, como ferramenta para o desenvolvimento cultural do idoso, estimular a leitura, a pesquisa, a memorização, a concentração, o movimento do corpo, assim como facilitar as relações e o convívio social promovidos nos encontros. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo do Projeto Sesc+ Vida da unidade. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
Sextas, das 13h às 15h
Sala Polivalente 2
Grátis

Sesc + Vida - Musicalização e Técnica Vocal Para Idosos

Atividade de Técnicas vocais onde os integrantes do grupo se expressem através da palavra poética cantada, com isso se fortalecendo a troca de emoções, percepções e significados proporcionados pelo cantar em grupo. E, deste modo, possam aperfeiçoar as relações interpessoais, estimular a expressão emocional individual, o trabalho em equipe e a disciplina, utilizando a música como ferramenta. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo do Projeto Sesc+ Vida da unidade. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
Quartas, das 14h às 16h
Sala 10 e 12
Grátis

Sesc + Vida - Oficina de Danças Populares

A atividade de Danças Populares tem por objetivo ampliar, diversificar e inovar o atendimento aos idosos, numa perspectiva sociocultural e integradora de diferentes linguagens artísticas, contribuindo para uma inserção consciente e participativa da vida em sociedade, através de oficinas de dança para público participante do Sesc+ Vida. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo do Projeto Sesc +Vida da unidade. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
Quintas, das 13h às 15h
Sala Polivalente 1
Grátis

Sesc + Vida - Oficina de Movimento e Ritmo

A atividade trabalha o corpo, através de vivências, movimentos corporais, expressões artísticas e afetividade. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo do Projeto Sesc+ Vida da unidade. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
Sextas, das 15h às 17h
Espaço da Academia
Grátis

Sesc + Vida - Ativação Da Memória: Curso de Estimulo à Memoria

Através de técnicas de arte terapia, que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade de Estimulo à Memória promove a melhora do desempenho cognitivo, como estratégia para a promoção de uma melhor qualidade de vida para os idosos. Dessa forma, o curso se propõe estimular a memória por meio da leitura de textos, percepção de imagens, música e jogos. Atividade exclusiva para os idosos que fazem parte do grupo do Projeto Sesc+ Vida da unidade. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
Sextas, das 15h às 18h
Sala A
Grátis

INFANTIL

Sesc Primeiros Olhares - Eu e meu guarda-chuva

Eugênio (Lucas Cotrim) é um garoto de 11 anos que jamais se separa do guarda chuva herdado de seu avô. No último dia de férias ele e Cebola (Victor Froiman), seu melhor amigo, precisam entrar na sombria casa onde fica sua nova escola. O motivo é para resgatar Frida (Rafaela Victor), a grande paixão de Eugênio, que foi sequestrada pelo fantasma do Barão Von Staffen (Daniel Dantas). 78 min. Classificação: Livre.

Serviço:

Filmes e Vídeos

17 e 31/03

Sábado, às 15h30

18 e 25/03

Domingo, às 11h

Teatro/Sala A

Grátis

LITERATURA

Sesc Primeiros Olhares - Contação de Histórias - Imaginidade Folcloreando - Joyce Cândido e Leo Bento

Imaginidade é o nome do espetáculo que conta as aventuras de dois amigos, Joyce e Bento, que com muita imaginação e criatividade passeiam pelo jardim, cantando com os animais, entram no mundo do folclore! Músicas inéditas e alguns clássicos natalinos fazem parte desta contação de história superdivertida! Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de História

13/03

Terça, às 10h e 14h

Duração: 50 minutos

Grátis

Intervenção Poética - Chuva de Poemas... – Especial Chuva de Clarice - Grupo Cultural Cochicho na Coxia

Neste trabalho, o Grupo Cultural Cochicho na Coxia propõe uma simples e delicada intervenção poética. A “Chuva de Poemas... – Especial Chuva de Clarice” consiste em um (a) ator/atriz percorrer diversos ambientes declamando a cada pessoa pequenos



poemas. O ator irá ainda portar um guarda-chuva com alguns poemas pendurados e irá convidar a cada pessoa interceptada a abrigar-se embaixo das palavras da autora Clarice Lispector. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de História

11/03

Domingo, às 11h

Duração: 50 minutos

Grátis

PALESTRAS E DEBATES

Sesc+ Verde – Palestra sobre Consumo Consciente da água

Nesta programação abordaremos como o uso deste valioso recurso natural afeta as nossas vidas. Classificação: Livre.

Serviço:

Palestra

10/03

Sábado, às 9h

Sala A

Grátis

NITERÓI

ARTES CÊNICAS

Sesc Primeiros Olhares - Romeu e Julieta

Em cena, três atores e oito bonecos artesanais contam a história dos dois jovens, filhos de famílias rivais, os Capuletos e os Montecchios, que lutam contra tudo e todos para se unir em nome do amor. Com Theatrum Mundi. Classificação: Livre.

Serviço:

Artes cênicas

03/03/2018

Sábado, 16h

Teatro

R\$ 10,00 (inteira) | R\$ 5,00 (meia-entrada) | R\$ 2,50 (associado Sesc)

Sesc Expressões - A Ordem Natural das Coisas

Lúcio é um publicitário em crise, que é deixado pela noiva no dia do casamento. A partir da rejeição e do abandono que sofre, ele mergulha em dúvidas e questionamentos. E na busca de uma explicação para os reveses de sua vida, terá que rever suas opiniões e a maneira como lida com o outro. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Artes cênicas

09/03/2018

Sexta, 19h

Teatro

R\$ 20,00 (inteira) | R\$ 10,00 (meia-entrada) | R\$ 5,00 (associado Sesc)

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Lazer no Sesc

Grátis. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação | Recreação Aquática

03, 10, 17, 24 e 31/03

Sábado, 10h às 16h

Piscina

Grátis

Recreação | Oficinas de Badminton

03/03 e 10/03

Sábado, 10h30 às 12h30

Ginásio

Grátis

Recreação | Oficinas de Capoeira

17, 24 e 31/03

Sábado, 10h às 14h

Ginásio

Grátis



Recreação | Pintura Facial

03, 10, 17, 24 e 31/03

Sábado, 12h às 16h

Área externa do 3º andar

Grátis

Recreação | Apresentação de mágica

31/03

Sábado, 15h

Área externa do 3º andar

Grátis

Espaço jogo

Espaço para oferta, monitorada, de jogos de mesa, eletrônicos e tabuleiro.

Classificação: livre.

Serviço:

Recreação

Sextas, 13h às 18h

Sábados, 10h às 16h

Espaço jogo

Grátis

CURSOS E OFICINAS

Saúde e Atitude - Postura Corporal

Oficina sobre postura corporal e verificações de glicose, pressão arterial e colesterol.

Serviço:

Oficina

02/03

Sexta, 14h

Grátis

Saúde e Atitude - Memória

Oficina sobre memória com o grupo do TSI.

Serviço:

Oficina

06/03

Terça, 14h

Grátis

Cozinha Criativa

Oficina de nutrição sobre a saúde da mulher - Dia Internacional da Mulher.

Serviço:

Oficina

10 e 24/03

Sábado, 10h

Restaurante

Grátis

Sesc+ Futuro

O projeto tem por objetivo proporcionar ao público jovem diferentes possibilidades de participação e expressão, apresentando conteúdos voltados ao empreendedorismo, a participação social e o empoderamento, utilizando novas tecnologias e visando ampliar os conhecimentos e universo sociocultural dos jovens, valorizando sua curiosidade, ousadia, otimismo e potencial criativo. Classificação: 14 a 25 anos.

Serviço:

Oficina | Planejamento de Eventos para a Juventude

10 e 17/03

Sábado, 13h às 17h

Sala 302

Grátis

Oficina | Penteados

31/03

Sábado, 13h às 15h

Espaço Alternativo

Grátis

Sesc+ Infância - Perigos e Benefícios da Tecnologia

Oficina de reflexão sobre o impacto da tecnologia para saúde de crianças e suas famílias. Classificação: Livre.

Serviço:

Curso

17/03

Sábado, 9h às 12h

Espaço multiuso

Grátis

Sesc+ Infância - Relações e Ensino no Processo de Trocar/Compartilhar entre as Crianças

Oficina de reflexão e desenvolvimento de estratégias para promover o processo de troca e compartilhamento com as crianças de modo a facilitar seu processo educativo e socializador. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

23/03

Sexta, 9h às 12h

Espaço multiuso educação

Grátis

Storyboard

Organizadores gráficos tais como uma série de ilustrações ou imagens arranjadas em sequência com o propósito de pré-visualizar um filme, animação ou gráfico animado, incluindo elementos interativos em websites. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Curso

22, 23 e 24/03

Quinta, sexta e sábado, 13h às 17h

Sala 402

Grátis

Sesc+ Verde - Terrário Ornamental

Como criar e cultivar seu terrário, transformando e trazendo a natureza para seu ambiente. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Oficina
24/03
Sábado, 9h às 12h
Sala 302
Grátis

Sesc+ Verde - Cultivo de Orgânicos e Hidroponia

Como ter a própria horta orgânica e possibilidade de cultivo a partir de algumas técnicas de hidroponia. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Oficina
31/03
Sábado, 9h às 12h
Sala 302
Grátis

Sesc+ Criativo

O projeto visa estimular a geração complementar de renda, contribuindo para a formação ou fortalecimento de grupos criativos com a oferta de cursos, oficinas e palestras de conteúdo básico na modalidade “trabalhos manuais”. Apoia o empreendedorismo e a economia solidária e incentiva o interesse dos participantes pela profissionalização. Classificação: 16 anos

Serviço:

Oficina | Decoração com Flores
24/03
Sábado, 10h às 14h
Sala 302
Grátis

Oficina | Boneca de Pano

31/03

Sábado, 10h às 14h

Hall da galeria

Grátis

Curso | Mosaico

27 à 30/03

Terça à sexta, 9h às 13h

Sala 403

Grátis

AULAS DE ESPORTES

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. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 7h10, 11h10, 12h e 18h

Quartas e sextas, 9h10

Piscina

R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc)

Iniciação Esportiva Geral

Circuito entre diferentes modalidades por meio de experimentação lúdica de esportes de quadra, práticas elementares de esportes tradicionais e prática aquática. Classificação: 4 a 10 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 16h

Quartas e sextas, 9h10 e 17h

Ginásio e piscina

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Ginástica Rítmica

Modalidade esportiva e olímpica que envolve a relação entre elementos corporais e os diversos aparelhos, desenvolvendo ritmo e coordenação motora. Classificação: 11 a 14 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 17h e 19h

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Handebol

Modalidade esportiva que utiliza a bola com as mãos em sistemas de ataque e defesa, em formação de sete jogadores por equipe em quadra. Sua prática melhora a capacidade cardiorrespiratória, desenvolve os músculos e trabalha a coordenação motora. Classificação: 11 a 14 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 18h

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Natação

Desenvolvimento do corpo e da mente por meio do fortalecimento muscular, alongamento, relaxamento e desenvolvimento nos quatro estilos de nado. Classificação: 7 anos.

Serviço:

Esporte

7 a 10 anos - Terças e quintas, 17h | Quartas e sextas, 10h e 16h

11 a 14 anos - Terças e quintas, 10h e 16h | Quartas e sextas, 15h

15 a 17 anos - Terças e quintas, 15h | Quartas e sextas, 14h

A partir de 18 anos - Terças e quintas, 8h, 9h, 11h, 13h, 14h | Quartas e sextas, 7h, 8h, 9h, 11h, 17h, 18h

Piscina

R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Taekwondo

Arte marcial que desenvolve agilidade, flexibilidade, coordenação motora, alongamento e algumas técnicas de defesa pessoal. Classificação: 11 anos.

Serviço:

11 e 14 anos - Quartas e sextas, 18h

A partir de 18 anos - Quartas e sextas, 19h e 20h

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

EXPOSIÇÃO

Tropical Extravaganza

As esculturas de Yuli Yamagata, longe da tentativa de acessar um original, seus duplos lidam com humor com um novo estado das coisas. Nas obras, os materiais que se fingem de outros materiais e as coisas que se fingem de outras coisas apontam outra maneira de estar no mundo, em que o verdadeiro e o falso se comutam, mas não se opõem. Classificação: livre.

Serviço:

01/03 a 31/05

Terça a sábado, 8h às 17h

Galeria de arte

Grátis

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc - Grandes Diretores

O Sesc RJ investe na difusão da cinematografia nacional, utilizando os filmes da Coleção Cinema Brasileiro Contemporâneo como base para a composição de recortes curatoriais que apresentam ao público toda a diversidade da produção audiovisual brasileira.

Serviço:

Filme | Hotel Atlântico

08/03/2018

Quinta, 16h

Classificação: 14 anos

Sala multimídia

Grátis

Filme | Maré, Nossa História de Amor

17/03/2018

Quinta, 14h

Classificação: 16 anos

Sala multimídia

Grátis

Filme | Budapeste

22/03/2018

Quinta, 16h

Classificação: 16 anos

Sala multimídia

Grátis

Filme | A Erva do Rato

29/03/2018

Quinta, 16h

Classificação: 14 anos

Sala multimídia

Grátis

Sesc Primeiros Olhares

Programação direcionada à infância, a partir de experiências singulares, que diversificam o repertório artístico deste público. Classificação: Livre.

Serviço:

Filme | 31 minutos

10 e 24/03

Sábado, 14h

Sala multimídia

Grátis

Ciclo de Encontros - Cinema

Projeto que leva às Unidades do Sesc profissionais de destaque da área cinematográfica. São realizadores e pesquisadores, que conversam com o público sobre as especificidades de suas áreas de atuação, diversificando e contribuindo para a expansão do imaginário audiovisual da clientela. Classificação: Livre.

Serviço:

Filme | Debate

29/03

Quinta, 19h30

Sinopse:

Teatro

Grátis

IDOSOS

Sesc+ Vida - Estímulo à memória

Através de técnicas de arte terapia, que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade promove a melhoria do desempenho cognitivo como estratégia para a promoção de uma melhor qualidade de vida para os idosos. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Oficina

06 à 27/03

Terça, 14h às 17h

Sala 403

Grátis

Sesc+ Vida - A Mulher Idosa

Os diferentes perfis das mulheres idosas, mudanças e permanências. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Palestra

02/03

Sexta, 15h

Espaço Alternativo

Grátis

Sesc+ Vida - Artes manuais: Sublimação

Atividade de arte manuais para idosos cuja proposta é trabalhar aspectos da coordenação motora, estímulo ao cérebro e mitigar perdas relacionadas ao processo de envelhecimento, além de ser um facilitador das relações e convívio social a partir das aulas. Em março: técnicas de sublimação aplicadas a peças diversas. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Curso

07 à 28/03

Quartas, 9h às 12h

Sala 403

Grátis

Sesc+ Vida - Reunião de Convivência

Momento de convivência entre idosos, visando a reflexão acerca dos seus direitos e deveres, como também a valorização do seu papel social, seus saberes, experiências e vivências, contribuindo, assim, com o envelhecimento ativo em todas as suas dimensões. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos

02/03

Sexta, 14h

Espaço alternativo

Grátis

LITERATURA

Sesc Primeiros Olhares - Elas Contam

Neste trabalho, a Cia. Tricreart propõe uma intervenção artística, na qual os participantes se sentam em um banco e são vendados para ouvir um texto, ativando o sentido da audição, ampliando a imaginação e desencadeando muita emoção. O texto é de autoria da própria Cia, que envolve todos os elementos da natureza, com sons que exemplificam cada ritmo. Com cunho pedagógico, abordamos com uma mensagem positiva, a concentração e a atenção vinculada principalmente aos sentidos da audição e tato. Classificação: Livre.

Serviço:

Intervenção Poética

10/03

Sábado, 11h

Área externa

Grátis

Sesc Primeiros Olhares - 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 e também histórias de minha autoria. 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. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de Histórias

15/03

Quinta, 10h e 14h

Biblioteca

Grátis

MÚSICA

Gilbert T e Os Latinos Dançantes

Gilber T, nascido em São Gonçalo, influenciado desde muito novo pelas músicas que saíam na vitrola de seu pai como Luiz Gonzaga, Elvis, trilha da novela Escalada, Gilberto Gil, Jorge Ben, entre outros, ajudava a construir a personalidade musical do menino que hoje é compositor, guitarrista e produtor. Classificação: 14 anos.

Serviço:

16/03

Sexta, 19h

Teatro

R\$ 20,00 (inteira) | R\$ 10,00 (meia-entrada) | R\$ 5,00 (associado Sesc)

PALESTRAS E DEBATES

Sesc+ Social

O projeto visa formar redes propositivas e desenvolver cursos, oficinas e palestras que promovam a reflexão popular e o fortalecimento de lideranças e instituições para que proponham mudanças sociais inovadoras e significativas. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Debate | Núcleo Comunitário

29/03, 9h às 12h

Sala 302

Grátis

Debate | Núcleo de Mulheres
06, 13, 20 e 27/03
Terça, 15h às 17h
Sala 302
Grátis

Debate | Núcleo de Artesãos
30/03
Sexta, 9h às 12h
Sala 302
Grátis

Sesc+ Infância - Reunião

Projeto voltado às crianças, pais, responsáveis e interessados para promoção de temas e questões relacionadas à infância. A reunião é um espaço de socialização e debate acerca de perspectivas, dúvidas e práticas observadas. Classificação: Livre.

Serviço:

Debate
09/03
Sexta, 9h
Espaço Multiuso
Grátis

Sesc+ Infância - Etapas do Desenvolvimento Infantil e Atrasos no Desenvolvimento Global em Crianças

Orientação sobre características relacionadas ao desenvolvimento infantil, atrasos que podem ocorrer e estratégias para potencializar ou ponderar tais processos para uma melhor qualidade de vida das crianças e suas famílias. Classificação: Livre.

Serviço:

Palestra
09/03
Sexta, 10h
Espaço Multiuso
Grátis

Sesc+ Criativo - Empreendedorismo

O projeto visa estimular a geração complementar de renda, contribuindo para a formação ou fortalecimento de grupos criativos com a oferta de cursos, oficinas e palestras de conteúdo básico na modalidade “trabalhos manuais”. Apoia o empreendedorismo e a economia solidária e incentiva o interesse dos participantes pela profissionalização. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Palestra
24/03
Sábado, 9h às 13h
Sala 302
Grátis

Sesc+ Futuro

O projeto tem por objetivo proporcionar ao público jovem diferentes possibilidades de participação e expressão, apresentando conteúdos voltados ao empreendedorismo, a participação social e o empoderamento, utilizando novas tecnologias e visando ampliar os conhecimentos e o universo sociocultural dos jovens, valorizando sua curiosidade, ousadia, otimismo e potencial criativo. Classificação: 14 a 25 anos.

Serviço:

Debate | Roda de Conversa - Município e seus Territórios
03/03
Sábado, 13h às 15h
Sala 302
Grátis

Debate | Encontro de Juventude
31/03
Sábado, 15h às 17h
Espaço Alternativo
Grátis

PROJETOS ESPECIAIS

Sesc+ Social



O projeto visa formar redes propositivas e desenvolver cursos, oficinas e palestras que promovam a reflexão popular e o fortalecimento de lideranças e instituições para que proponham mudanças sociais inovadoras e significativas. Classificação: Livre.

Serviço:

Projetos Especiais | Feira de Artesanato e Empreendedores

17 e 24/03

Sábado, 10h às 14h

Hall da galeria

Grátis

NOGUEIRA

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Quadra Livre

Quadras poliesportivas, com empréstimo dos materiais necessários para a prática das modalidades disponibilizadas pela Unidade. Sujeito a alterações de acordo com a grade de aulas do Sesc. Classificação: Livre.

Serviço:

Terça a domingos, das 09h às 17h00.

Parque Esportivo.

Horários livres sujeitos à tabela de aulas.

Lazer no Sesc

O Lazer no Sesc promove ações de lazer, esporte e várias atividades lúdicas, visando promover o bem estar e o entretenimento de comerciários, dependentes e usuários da Unidade. As ações acontecem diariamente, entre 9h e 21h através de oficinas e dinâmicas variadas. Classificação: Livre.

Serviços:

Diariamente, das 9h às 21h. (As atividades acontecem no horário compreendido acima e de acordo com a programação da Unidade).

Grátis.

Aulão Aberto ao Público

No dia 16 de março, dia do aniversário de fundação da Cidade de Petrópolis, estaremos realizando um aulão aberto ao público de Circuito Funcional e Pilates Solo à partir das 9h em nosso Parque Esportivo. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Grátis.

Sexta, das 09h às 11h.

LITERATURA

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. Classificação: Livre.

Serviço:

Grátis.

Terça a sábado, 10h às 16h.

Sala de Leitura.

IDOSOS

Sesc+ Vida – Ativação da Memória: Curso de estímulo à memória

Através de imagens previamente coletadas que abordem temas referentes a realidade do público da terceira idade onde seja possível perceber as diversas etapas vivenciadas ao longo de sua trajetória de vida e na reconstrução de novas imagens que os leve a descobrir a importância de suas memórias ainda nos dias atuais. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Grátis.

Quartas e sextas, das 08h às 09h e 09h às 10h.

Sala de Oficina.

Sesc+ Vida - Oficinas de Jogos Cooperativos

Tem como foco, enfatizar a importância da cultura corporal, admitindo a relevância dos ambientes de convívio social com espaços favoráveis a diferentes formas de expressão das individualidades na reconstrução do coletivo. Classificação: 18 anos.

Serviços:

Grátis.

Terças e quintas, das 08h às 10h.

Sesc+ Vida - Oficinas de Artes Manuais

Ensino a partir da confecção de peças básicas, passando o conceito da técnica e convidando os participantes para o aprofundamento nas aulas seguintes. Classificação: 18 anos.

Serviços:

Grátis.

Terças (turma 01) e quintas (turma 02), das 13h às 15h.

Sala de Oficina.

NOVA FRIBURGO

ARTES CÊNICAS

A Menina e a Árvore

O texto conta a história de uma menina que, cansada de brincar sempre nos mesmos locais da sua aldeia, decide um dia ir além, para lá do rio, subindo a encosta. No alto descobre uma flor murcha que ele acha que precisa ser salva. A menina inicia uma missão de salvamento, fechando as mãos em concha e indo e vindo entre o rio e a encosta para, pingo a pingo, regar a pequena flor. De murcha e caída, a flor passa a gigante e colorida, servindo até de sombra para o menino, estafado, adormecer. A flor, agora enorme e viva, cresce imensamente, 'abraça' toda a cidade e serve de pista para que a família encontre o menino. Ele é resgatado, levado para casa e rodeado de todo respeito, como obra de milagre. Classificação: livre.

Serviço:

Artes Cênicas

18/03/2013

Domingo, 16h

R\$ 10,00 (inteira) | R\$ 5,00 (meia-entrada) | R\$ 2,50 (associado Sesc)

Vim Assim que soube

Um doente em fase terminal resolve convocar sua melhor amiga, que já não via há muito tempo, para passar seus últimos dias de vida com ele. A partir daí uma série de lembranças e conflitos são revelados. Crueldades e mentiras surgem durante este período de “pré-morte”, estabelecendo uma relação sufocante de dependência mútua entre os dois personagens. Com Cris Larin e Renato Carrera. Direção: Marcos André Nunes. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Artes cênicas

17/03/2018

Sábado, 20h

R\$ 20,00 (inteira) | R\$ 10,00 (meia-entrada) | R\$ 5,00 (associado Sesc)

CURSOS E OFICINAS

Curso de Iniciação ao teatro

Curso para jovens e adultos com atividades que vão além do aprendizado das técnicas teatrais, visto que a prática das artes cênicas também é uma forma de se divertir, trabalhar inseguranças e timidez, autoestima e autodomínio e explorar a criatividade, através de exercícios, jogos, estudos e prática da linguagem teatral. Um espaço de arte, mas também de socialização. Classificação 14 anos.

Serviço:

Cursos e oficinas

06 a 29/03/2018

Terça e quinta, 19h

Grátis

Curso de percussão

Aulas de percussão em que serão demonstrados diversos ritmos da cultura brasileira como o Samba, Partido Alto, Ijexá, Baião, Xote, Galope, Frevo e Maracatu. Cada

instrumento será analisado e contextualizado em sua cultura tradicional, mostrando a importância da inserção de cada instrumento em seu gênero musical. Os ritmos serão a base para a prática dos participantes, através de jogos e exercícios que irão facilitar o entendimento e andamento, do pulso, dos compassos, divisões rítmicas, frases e períodos musicais. Professor Marco Arruda. Classificação 14 anos.

Serviço:

Cursos e oficinas

6 a 29/03/2018 (Atividade Contínua)

Terças e quintas, 18h

Grátis

Curso – Reaproveitamento de Garrafas

O projeto Sesc+ Verde fomenta a percepção crítica na relação homem e ambiente, ultrapassando as questões ligadas somente a natureza e incluindo também os determinantes sociais, culturais e econômicos que contribuem para a construção de uma sociedade mais sustentável em toda sua complexidade. Classificação livre.

Serviço:

Cursos e oficinas

01 a 30/03/2018 (Atividade Contínua)

Quartas, quintas e sextas, às 13h

Grátis

Oficina – Plantio de sementes

Se caracterizam por oferecer conteúdos e práticas que ampliem o conhecimento sobre questões relacionadas ao projeto, cabendo ressaltar que os cursos realizados pelo Sesc RJ não possuem caráter profissionalizante. Classificação livre.

Serviço:

Cursos e oficinas

3 e 31/03/2018

Sábado, 9h

Hotel

Grátis

FILMES E VÍDEOS

Gonzaga de Pai para Filho

Decidido a mudar seu destino, Gonzaga sai de casa jovem e segue para cidade grande em busca de novos horizontes e para apagar uma tristeza amorosa. Lá, ele conhece uma bela mulher, Odaléia (Nanda Costa), por quem se encanta. Após o nascimento do filho e complicações de saúde da esposa, ele decide voltar para a estrada para garantir os estudos e um futuro melhor para o herdeiro. Para isso, deixa o pequeno aos cuidados de amigos no Rio de Janeiro e sai pelo Brasil afora. Só não imaginava que essa distância entre eles faria crescer uma complicada relação, potencializada pelas personalidades fortes de ambos. Baseada em conversas realizadas entre pai e filho, essa é a história do cantor e sanfoneiro Luiz Gonzaga, também conhecido como O Rei do Baião ou Gonzagão, e de seu filho, popularmente chamado de Gonzaguinha. Classificação 12 anos.

Serviço:

Filmes e vídeos

03/03/2018

Sábado, 16h

Grátis.

Violeta Foi Para o Céu

O filme conta a trajetória da compositora, artista e cantora chilena Violeta Parra. Esta biografia não segue uma linha cronológica, focando-se em diversos momentos da vida de Violeta, como sua infância na província de Ñuble, sua viagem pelo interior do Chile, as visitas à França e à Polônia, além do romance que ela teve com o suíço Gilbert Favre. O filme é inteiramente intercalado com trechos de uma entrevista que Violeta Parra deu à televisão em 1962. Classificação 12 anos.

Serviço:

Filmes e vídeos

17/03/2018

Sábado, 16h

Grátis.

IDOSOS

Roda de Conversa ... – Consumo consciente

Esta realização visa aprofundar o diálogo acerca de um tema específico da área ambiental, dando oportunidade a cada integrante do grupo de expressar o seu ponto de vista, com a facilitação de um moderador, que deve ser o analista técnico da unidade. Classificação livre.

Serviço:

Idosos

28/03/2015

Quarta-feira, 10h

Grátis

LITERATURA

Sesc Primeiros Olhares – Contação de Histórias Fábulas Fabulosas

O Grupo Pirueta traz o universo das fábulas de Esopo e La Fontaine, dois fabulistas que deram vida potente aos animais no imenso tablado da natureza, dando-lhes a fala e as paixões. Seus personagens têm ao mesmo tempo a verdade humana e a verdade zoológica, transmitindo lições morais de grande simplicidade. Com duração de 40 minutos, cada Contação é feita por duas atrizes-contadoras (Jeanette Albuquerque e Nara Zeitune) e utilizam bonecos, músicas, máscaras, objetos inusitados entre outros. Classificação: Livre

Serviço:

Literatura

13/03/2018

Terça-feira, 10h

Biblioteca

Grátis

MÚSICA

Banda El Spino

El Espino é um projeto acústico único no Brasil, que traz releituras dos maiores sucessos do pop latino-hispânico, com músicas de artistas consagrados como Santana, Manu Chao, Juanes, Maná, Orishas, entre outros, em apresentações focadas no pop latino, reggaeton, salsa e latin grooves. Classificação livre.



Serviço:

Música

03/03/2018

Sábado, 19h

Grátis

NOVA IGUAÇU

ARTES CÊNICAS

Sesc Primeiros Olhares - Romeu e Julieta

Em cena, três atores e oito bonecos artesanais contam a história dos dois jovens, filhos de famílias rivais, os Capuletos e os Montecchios, que lutam contra tudo e todos para se unir em nome do amor. Com Theatrum Mundi. Classificação: Livre.

Serviço:

Artes cênicas

25/03

Domingo, 16h

Teatro

R\$ 10,00 (inteira) | R\$ 5,00 (meia-entrada) | R\$ 2,50 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Sesc Expressões - A Ordem Natural das Coisas

Lúcio é um publicitário em crise, que é deixado pela noiva no dia do casamento. A partir da rejeição e do abandono que sofre, ele mergulha em dúvidas e questionamentos. E na busca de uma explicação para os reveses de sua vida, terá que rever suas opiniões e a maneira como lida com o outro. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Artes cênicas

31/03

Sábado, 20h

Teatro

R\$ 20,00 (inteira) | R\$ 10,00 (meia-entrada) | R\$ 5,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Momento para Dançar

Momento de lazer através da dança e diversos ritmos para socialização e bem-estar, com banda e DJ. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Recreação

15/03

Quinta, 18h às 21h

Salão do restaurante

R\$ 2,00 (inteira) | R\$ 1,00 (associado Sesc)

Lazer no Sesc

Atividades recreativas diversificadas para todas as idades. Classificação: Livre.

Serviço:

01 à 31/03

Sábados, domingos e feriados, 10h às 16h

Grátis

Espaço Jogo

Espaço de lazer através de jogos tradicionais, jogos de mesa, jogos gigantes, torneios e oficinas. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

01 à 31/03

Terça a sexta, 10h às 16h

Sala de jogos

Grátis

Parque Aquático

Banho livre exclusivo para o lazer do comerciário e seus dependentes. Obrigatória a apresentação de documento oficial impresso com foto ou certidão de nascimento e carteira do Sesc, além de vestimenta adequada (sungã, biquíni, sunquíni ou maiô). Classificação: Livre.

Serviço:

Terça a domingo, 9h às 17h

Parque aquático

Grátis

CURSOS E OFICINAS

Sesc+ Verde - Bolsas e Acessórios com Reaproveitamento de Banner

Confecção de produtos sustentáveis para minimizar a geração de descarte inadequado no que envolve impactos ambientais, uma vez que a composição dos banners, sendo de lona, madeira ou fibras, tem uma decomposição de tempo significativo. Além de reutilizar um produto, você economiza e reduz o consumo. CONTATO: Inscrições pelo telefone 2797-3735 ou daniela.rocha@sescrj.org.br. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

10, 17 e 24/03

Sábado, 10h às 17h

Praça do arvoredo

Grátis

Sesc Arte em Desenvolvimento - Storyboard

O Storyboard é o roteiro visual, uma ferramenta que ajuda no entendimento imagético do roteiro, e é bastante utilizado na pré-produção de filmes de ficção e publicitários, além de ser imprescindível na realização de obras de animação. A oficina apresenta os aspectos visuais básicos para a elaboração desta peça através da análise de obras audiovisuais e também de exercícios práticos. Inscrições pelo telefone (21) 2797-3046 ou valdomiroaraujo@sescrj.org.br. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Oficina

16 à 18/03

Sexta, 17h às 21h

Sábado e domingo, 10h às 14h

Sala multiuso 1

Grátis

Sesc Arte em Desenvolvimento - História da Arte

Apresentação dos principais movimentos artísticos das artes visuais desde as suas primeiras manifestações: A pré-história e a arte primitiva, as organizações sociais antigas, as escolas pré-modernas e movimentos modernos até as questões mais complexas da arte contemporânea. Introdução no vocabulário artístico. Apresentação dos contextos históricos, políticos e econômicos de cada época. Inscrições pelo telefone (21) 2797-3046 ou valdomiroaraujo@sescrj.org.br. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Curso

17/03 a 30/06

Sábado, 10h às 12h

Sala multiuso 1

Grátis

Sesc+ Infância - A Importância do Brincar

O Projeto tem como objetivo criar espaços de reflexão sobre as questões relacionadas à Infância e suas especificidades, além de promover a reflexão sobre a importância do brincar para o desenvolvimento físico, motor e lúdico da criança. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

Sábados e domingos, 11h

Praça do arvoredos

Grátis

AULAS DE ESPORTES

Hidroginástica

Atividade oferece impacto reduzido e redução da sobrecarga nas articulações, além de dar uma boa sensação por ser praticada na água. Melhora o estresse do cotidiano, alivia as tensões, massageia a musculatura, relaxa o corpo e contribui de maneira positiva para melhoria da qualidade de vida. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 7h10, 8h e 19h

Quartas e sextas, 7h10, 11h e 19h

Parque aquático

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Natação

Atividade que visa o ensino da técnica dos nados: crawl, costas, peito e borboleta. A atividade, também contribui para melhoria da capacidade circulatória e cardiorrespiratória, melhora o tônus muscular, a flexibilidade, a resistência e a coordenação motora. Além, de auxiliar no tratamento de problemas articulares, musculares e respiratórios. Classificação: 7 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 7h10, 8h, 9h, 10h, 15h10, 16h, 17h, 18h, 19h e 20h

Quartas e Sextas, 7h10, 8h, 9h, 10h, 11h, 16h, 17h, 18h, 19h e 20h

Parque aquático

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Vôlei

Atividade que visa o desenvolvimento dos fundamentos técnicos da modalidade: saque, manchete, toque, passe, cortada e bloqueio, sempre de maneira lúdica e prazerosa. O vôlei é hoje o segundo esporte mais popular no Brasil. Contribui para o desenvolvimento da motricidade e para sua prática, e se faz necessário uma técnica esportiva mais apurada, que é assimilada com aulas sistemáticas onde seus fundamentos são praticados. Classificação: 11 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 16h10, 17h e 19h

Campo 1

R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc)

Futebol Society

Atividade visa o desenvolvimento dos fundamentos técnicos da modalidade: condução, drible, passe, chute, saque, cabeceio, de forma lúdica e prazerosa. Estimula o desenvolvimento da motricidade infantil através de gestos naturais como correr e saltar. Contribui para um estilo de vida mais ativo, sendo um grande aliado no controle da obesidade infantil. Classificação: 11 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 18h

Quartas e sextas, 17h10

Campo 1

R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc)

Iniciação Esportiva

Atividade desenvolvida de forma lúdica e prazerosa, por meio de recreação, jogos e brincadeiras, que servirão como forma de alicerce para o desenvolvimento motor, que



será de importância fundamental para o desenvolvimento futuro das diversas modalidades esportivas. Classificação: 4 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 15h10

Quartas e sextas, 16h10

R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc)

Pilates

Método aplicado 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. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Esporte

Terça a sexta, 7h10, 8h, 9h, 16h e 18h

Sala multiuso 2

R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc)

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. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 16h, 17h, 18h, 19h e 20h

Sábados, 12h10, 14h10 e 16h10

Sala multiuso

R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Balé

Desenvolve o raciocínio, postura corporal, concentração, memorização, disciplina, sensibilidade, ritmo, expressividade e alongamento, com aulas preparadas para inspirar a confiança física e mental, com exercícios que respeitam o limite de cada aluno.

Serviço:

Esporte

Quartas e sextas, 17h (11 a 14 anos) e 19h (15 anos)

Sala multiuso 2

R\$ 60 (inteira) | R\$ 35 (associados Sesc) | Grátis (PCG)

EXPOSIÇÃO

Sesc Territórios - Olhares da Baixada

Exposição fotográfica sob a ótica de 9 artistas que possuem ligações afetivas, profissionais e pessoais com a Baixada Fluminense. É composta por 3 recortes curatoriais, cada um estabelecido em uma unidade Sesc: Duque de Caxias, São João de Meriti e Nova Iguaçu. Artistas: Ração Diniz, Igor Freitas, Mazé Mixo, Getúlio Ribeiro, Theo Guedes, Danilo Sergio, Fabio Caffé, Tayana Leoncio e Paula Eliane. Curadoria de Simone Rodrigues - fotógrafa, pesquisadora e professora de fotografia. Classificação: Livre.

Serviço:

Exposição

Terça a domingo, 9h30 às 17h30

Sala de exposições

Grátis

Panorama Sesc - Brincadeira de Criança

A exposição itinerante, além de tratar de uma expressão artística contemporânea, abre espaço para a reflexão acerca de questões que permeiam o universo infantil, apresentando fotografias do artista Ernane Pinho, que retratam as brincadeiras de rua, brincadeiras coletivas, cenas cada vez mais distantes da realidade dos grandes centros urbanos, mas que ainda existem nos subúrbios cariocas e nas cidades do interior do Rio, justamente onde estão grande parte das Unidades do Sesc RJ, além das brincadeiras de rua, as fotografias selecionadas mostram também crianças em diversas situações, dialogando com a natureza e com os diversos cenários das cidades. Classificação: Livre.

Serviço:

Exposição

Segunda à sexta, 8h às 17h

Escolas Públicas

Grátis

FILMES E VÍDEOS

Sesc Primeiros Olhares

Programação direcionada à infância a partir de experiências singulares, que diversificam o repertório artístico do público infanto-juvenil. Grátis. Classificação: Livre.

Local: teatro.

Serviço:

Filme | O Homem da Lua

10 e 18/03

Sábado e domingo, 16h

Teatro

Grátis

Filme | Asterix e o Domínio dos Deuses

11 e 17/03

Sábado e domingo, 16h

Teatro

Grátis

Panorama Sesc - Cinema Brasileiro Contemporâneo - Comédias

De janeiro a junho de 2018, o Sesc RJ investe na difusão da cinematografia nacional, utilizando os filmes da Coleção Cinema Brasileiro Contemporâneo como base para a composição de recortes curatoriais que apresentam ao público toda a diversidade da produção audiovisual brasileira.

Serviço:

Filme | Não se Preocupe, Nada Vai Dar Certo

01 e 08/03

Quinta, 10h, 14h e 18h30

Classificação: 12 anos

Teatro

Grátis

Filme | Billi Pig

06/03

Terça, 10h, 14h e 18h30

Classificação: 12 anos

Teatro

Grátis

Filme | Cilada.com

13 e 22/03

Terça e quinta, 10h, 14h e 18h30

Classificação: 14 anos

Teatro

Grátis

Filme | O Homem do Futuro

15 e 27/03

Terça e quinta, 10h, 14h e 18h30

Classificação: 12 anos

Teatro

Grátis

Filme | Muita Calma nessa Hora

20 e 29/03

Terça, 10h e 14h

Quinta, 10h, 14h e 18h30

Classificação: 14 anos

Teatro

Grátis

Sesc Territórios

Programação que promove as características locais e seus vínculos, atuando na promoção da visibilidade, estímulo e intercâmbio da produção de artistas locais.

No mês de março, a Unidade Nova Iguaçu promove a exibição dos curtas *A Dama do Peixoto*, *Contos da Maré* e *Inocentes* do diretor Douglas Soares. A sessão será seguida de encontro com o realizador.

Serviço:

Filme

23/03

Sexta, 18h30

Classificação: 18 anos

Grátis

IDOSOS

Sesc+ Vida - Reunião com o 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. É necessário inscrição para as atividades do Grupo de Idosos. Procurar a analista técnica da assistência ou pelo telefone: 2797-3735. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Reunião

01/03

Quinta, 10h às 12h

Sala multiuso 1

Grátis

Sesc+ Vida - Ativação da Memória: Oficina de Estímulo à Memória

Através de técnicas de arte terapia, que exercitam a criatividade e a concentração, a atividade promove a melhora do desempenho cognitivo como estratégia para a promoção da qualidade de vida para os idosos. Desse modo, a oficina estimula a memória, por meio da leitura de textos, percepção de imagens, música e jogos. Esta atividade tem como objetivo promover a integração do grupo, ajudando no relacionamento pessoal, além de aumentar a concentração e raciocínio lógico dos idosos. É necessário inscrição para as atividades do Grupo de Idosos. Procurar a analista técnica da assistência ou pelo telefone: 2797-3735. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Oficina

15/03/2018, 22/03/2018 e 29/03/2018

Quinta, 10h às 12h

Sala multiuso 1

Grátis

Sesc+ Vida - Musicalização

O Curso de Musicalização tem como proposta a promoção da socialização, do desenvolvimento do lúdico através da música, com o objetivo de estimular as habilidades motoras do idoso. Durante as atividades, serão realizadas as práticas de instrumentação com músicas populares de domínio público como a Ciranda. É necessário inscrição para as atividades do Grupo de Idosos. Procurar a analista técnica da assistência ou pelo telefone: 2797-3735. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Curso

16/03/2018, 23/03/2018 e 30/03/2018

Sexta, 10h às 12h

Sala multiuso 1

Grátis

Sesc+ Vida - Consciência Corporal

Curso que tem como proposta a promoção da socialização, do desenvolvimento do corpo e dos movimentos, com o objetivo de estimular a evolução física e mental do idoso. É necessário inscrição para as atividades do Grupo de Idosos. Procurar a analista técnica da assistência ou pelo telefone: 2797-3735. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Curso

14/03/2018, 21/03/2018 e 28/03/2018

Quarta, 10h às 12h

Sala multiuso 1

Grátis

Sesc+ Vida - Danças Populares

O curso tem como proposta trabalhar o desenvolvimento motor e físico, através da dança, como ferramenta para o desenvolvimento cultural do idoso, e estimula a autoestima, o movimento do corpo e facilita as relações e o convívio social. É necessário inscrição para as atividades do Grupo de Idosos. Procurar a analista técnica da assistência ou pelo telefone: 2797-3735. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Curso

13, 20 e 27/03

Terça, 10h às 12h

Sala multiuso 1

Grátis

LITERATURA

Imaginidade Folcloreando

As aventuras de dois amigos, que com muita imaginação e criatividade passeiam pelo jardim, cantando com os animais e entram no mundo do Folclore! Músicas inéditas e alguns clássicos fazem parte desta contação de histórias superdivertida! Com Joyce Cândido e Leo Bento. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de Histórias

14/03

Quarta, 10h e 14h

Biblioteca

Grátis

Chuva de Poemas ... – Especial Chuva de Clarice

O Grupo Cultural Cochicho na Coxia propõe uma simples e delicada intervenção poética. Consiste em um (a) ator/atriz percorrer diversos ambientes, declamando a cada pessoa pequenos poemas. O ator irá ainda portar um guarda-chuva com alguns poemas pendurados e irá convidar a cada pessoa interceptada a se abrigar embaixo das palavras da autora Clarice Lispector. Classificação: Livre.

Serviço:

Intervenção Poética

17/03

Sábado, 11h às 12h

Biblioteca, matrícula, praça do arvoredo e lanchonete

Grátis

Ponto de Leitura

Espaço literário, com disponibilização de acervos em literatura infantil, infanto juvenil, gibis e revistas. O monitor literário fará a mediação de leitura através da leitura de histórias, dinâmicas, brincadeiras e jogos literários. Classificação: Livre.

Serviço:

Consulta de acervo

20 a 23/03

Terça a Sexta, 10h às 16h
Escola Pública
Grátis

Consulta de acervo
24 e 25/03
Sábado e domingo, 10h às 16h
Praça do arvoredo
Grátis

MÚSICA

Sesc Territórios - Samba do Mercado

Trata-se de ingredientes seletos escolhidos nos mais importantes fornecedores de bambas do Rio de Janeiro. Músicos experientes do mundo do samba, do subúrbio à Zona Sul, da Lapa, etc. Batuques, acordes, vozes e composições ecoam na mesma direção: Santa Teresa. Pipa Vieira, Roberto Moreno, Jorge Alexandre, Diogo Barreto e Rafael dos Santos, cantando e tocando para voz encantadora de Gabriela Pasche. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Música
17/03
Sábado, 20h
Espaço alternativo
R\$ 20,00 (inteira) | R\$ 10,00 (meia-entrada) | R\$ 5,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

PALESTRAS E DEBATES

Sesc Arte em Desenvolvimento - Ciclo de Encontros com Lúcia Murat

No Encontro, Lúcia Murat conversa com o público sobre sua trajetória como cineasta. Uma das mais proeminentes diretoras da cinematografia nacional, Lúcia Murat trabalhou como jornalista nos mais importantes jornais e televisões do país. A partir dos anos 80, destacou-se com produções independentes na área audiovisual. Seu primeiro longa-metragem, *Que Bom Te Ver Viva* (1989), estreou internacionalmente no Festival de Toronto e foi escolhido melhor filme do júri oficial, do júri popular e da crítica no Festival de Brasília. Outros filmes lhes renderam inúmeros prêmios, entre eles os de melhor direção e melhor filme latino americano. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Palestra
20/03
Terça, 18h30
Teatro
Grátis

Sesc+ Verde - Consumo Consciente da Água

O consumo consciente é uma questão de hábito: pequenas mudanças em nosso dia-a-dia tem grande impacto no futuro. Assim, o consumo consciente é uma contribuição voluntária, cotidiana e solidária para garantir a sustentabilidade da água no planeta. Informações pelo telefone (21) 2797-3735 ou daniela.rocha@sesc.org.br. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Palestra
21/03
Quarta, 15h
Auditório 1
Grátis

PROJETOS ESPECIAIS

Sesc+ Verde - Visita Mediada - Espaço Verde

A vivência propõe conscientizar os visitantes sobre a responsabilidade ambiental diante dos outros seres vivos por meio de visitação ao espaço verde da unidade no Sesc. Na horta, serão apresentadas plantas medicinais, temperos, hortaliças e outros cultivos, que representam a biodiversidade da flora. Além dessas espécies, será possível apreciar a fauna como: aves visitantes, insetos e conhecer a dinâmica de manutenção e cuidados com a terra. Informações pelo telefone (21) 2797-3735 ou daniela.rocha@sesc.org.br. Classificação: Livre.

Serviço:

Visitação
22/03
Quinta, 10h
Espaço horta
Grátis



Sesc+ Verde - Vivência: Água

Trabalho artístico que enfoca questões ambientais e conta uma divertida história sobre os recursos hídricos. A atividade vem de encontro com o Dia Mundial da Água. Informações pelo telefone 2797-3735 ou daniela.rocha@sescrio.org.br. Classificação: Livre.

Serviço:

Contaçõ de histórias

22/03

Quinta, 11h

Praça do Arvoredo

Grátis

QUITANDINHA

ARTES CÊNICAS

Contos do Mar

Repleto de magia, o espetáculo é composto por diversas histórias originadas na antiga tradição de oralidade que tem o mar como tema. Todas elas apresentam personagens que possuem uma relação direta com o mar: uma princesa cujo bem mais precioso é um animal misterioso, um jovem príncipe que atravessa o oceano para salvar sua mãe e a senhora das águas do mar: apaixonada, cruel, acolhedora e vingativa. Com a Cia Quatro Manos. Classificação: Livre.

Serviço:

Artes Cênicas

25/03

Domingo, 11h

Lago Quitandinha (em caso de chuva, a apresentação será transferida para dentro da Unidade)

Grátis

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Boliche

Composto por 6 pistas com equipamentos modernizados. Classificação: 06 anos.

Serviço:

Torneios e Recreação

Quartas a domingos e feriados, 15h30 às 21h30

Valores para o período de uma hora:

Quartas, quintas e sextas, R\$ 20 (associado Sesc) | R\$ 40

Sábados, domingos e feriados, R\$ 30 (associado Sesc) e R\$ 60

Boliche

Espaço Jogo

Espaço ambientado e equipado para dinamização de jogos de tabuleiro e eletrônicos.

Classificação: Livre.

Serviço:

Torneios e Recreação

Quartas a domingos e feriados, 15h30 às 21h30

Boliche

Grátis

Lazer no Sesc

Espaço atrativo para o lazer com ações recreativas nos finais de semana que contemplam todas as idades. Inclui atividades como recreação orientada, brinquedos, jogos cooperativos, entre outros. Classificação: Livre.

Serviço:

Torneios e Recreação

Sábados, domingos e feriados, 10h às 16h

Área do entorno do Lago Quitandinha. | Em caso de chuva, a atividade será transferida para o interior da Unidade.

Grátis

Momento para Dançar

Bailes dançantes com ritmos variados para integração e lazer com dança e expressão corporal, acompanhados de música ao vivo e conduzidos por monitores de dança de salão. Classificação: Livre.

Serviço:

Torneios e Recreação

24/03

Sábado, 18h às 21h

Salão Social III

R\$ 4,00 (inteira) | R\$ 2,00 (meia) | R\$ 1,00 (associado Sesc)

Festival de Judô

Inscrições serão feitas com o professor da modalidade.

Público alvo: alunos matriculados na modalidade de judô e academias de judô convidadas. Classificação: 11 anos.

Serviço:

Torneios e Recreação

24/03

Sábado, a partir de 10h

Salão Roosevelt

Grátis

CURSOS E OFICINAS**Sesc + Criativo | Oficina de Costura em feltro**

A oficina tem como objetivo trabalhar a criatividade, habilidade, e a troca de informações, compartilhando experiências com outros participantes, estudando e compreendendo técnicas para a confecção de chaveiros em feltro a partir de diversos materiais, tendo como elemento chave a criação. Classificação: a partir de 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas

01/03

Quintas, 9h às 12h e 14h às 17h

Antigo Bar Central

Grátis

Inscrição: 24-2245-2020

Sesc Arte em Desenvolvimento | Curso de iniciação ao teatro

O curso visa desenvolver o teatro em suas dimensões simbólica, histórica, social e antropológica, com experiências que favorecem a identificação com outras realidades

socioculturais, provocando a interação e o reconhecimento da diversidade presente nestas e nas demais expressões culturais. Classificação: a partir de 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas

06/03

Terças, 19h às 22h.

De março a dezembro

Torre Cultural

Grátis

Inscrições abertas: 2245-2020

Sesc Arte em Desenvolvimento | Curso de História da Arte

Apresentação dos principais movimentos artísticos das artes visuais desde as suas primeiras manifestações: a pré-história e a arte primitiva, as organizações sociais antigas, as escolas pré-modernas e movimentos modernos até as questões mais complexas da arte contemporânea. Introdução no vocabulário artístico.

Apresentação dos contextos históricos, políticos e econômicos de cada época.

Classificação: a partir de 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas

03/03

Sábado, 14h às 16h

De março a junho

Torre Cultural

Grátis

Inscrições abertas: 2245.2020

Curso de Escrita Criativa

O curso literário de escrita criativa tem por objetivo o desenvolvimento da escrita com criatividade, a utilização da palavra com forma de expressão de ideias e o aprimoramento do texto. Através da leitura de textos, contatos com gêneros literários e por meios de exercícios, a criação é estimulada e a liberdade na escrita é desenvolvida através de análise crítica e exercício de escrita e criação. Classificação: a partir de 16 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas

06/03

Terças e quintas, 14h às 16h

Biblioteca

Grátis

Inscrições abertas: 2245.2020

Musicalização Infantil

Utilização da música e/ou qualquer elemento que produza som para iniciar a vivência de bebês com os sons externos. De forma lúdica e criativa, acompanhados por um cuidador responsável, os bebês experimentam através de sons vivenciar situações cotidianas da própria idade através da música. Classificação: a partir de 06 meses até 3 anos.

Serviço:

Cursos e Oficinas

10/03

Sábados, 9h30 às 10h30

Sala das Crianças

Vagas limitadas

Grátis

AULAS DE ESPORTE**Pilates de Solo**

O pilates prima pela qualidade dos movimentos feitos com concentração e consciência corporal, utilizando basicamente a força da gravidade do corpo. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aulas de Esportes

Terças e quintas | 17h | 18h | 20h | Quartas e sextas | 7h | 9h | 18h | 20h

Salão Roosevelt

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Ginástica

Atividade física que envolve uma série de movimentos que exigem força, flexibilidade e coordenação motora. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aulas de Esportes

Quartas e sextas | 8h

Salão Roosevelt

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Ginástica e Alongamento

Aulas de ginástica com predomínio de exercícios de alongamento para promover a melhoria da flexibilidade, o relaxamento e a prevenção de lesões. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aulas de Esportes

Quartas e sextas | 10h

Salão Roosevelt

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc).

Ritmos

Nos mais diversos ritmos (samba, salsa, tango, forró, bolero, entre outros) a dança de salão promove a saúde pro meio de exercícios que trabalham o corpo de forma suave e prazerosa, possibilitando a melhoria da condição física. Classificação: 15 anos.

Serviço

Aulas de Esportes

Terças e quintas | 18h | 19h | Sábados | 16h

Torre Cultural

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Circuito Funcional

Técnica de treinamento físico que tem com base a utilização dos padrões fundamentais do movimento humano (empurrar, puxar, agachar, entre outros), envolvendo todo o corpo. Classificação: 15 anos.

R\$ 85,00 (inteira) | R\$ 50,00 (associado Sesc)

Terças e quintas e quartas e sextas | 19h

Salão Roosevelt

Iniciação Esportiva Geral

Tem como objetivo oportunizar para as crianças a prática de diversos esportes, aumentando a sua vivência e suas habilidades motoras, para que possam escolher, na idade correta, a modalidade que seja mais atrativa para sua prática esportiva. Classificação: 07 a 10 anos.

Serviço

Aulas de Esportes

Terças e quintas | 18h

Cúpula

Grátis para o público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade.

R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc).

Judô para Crianças e Adultos

Luta de origem japonesa, o judô é um esporte olímpico que fortalece o corpo e a mente de forma integrada, além, de desenvolver técnicas de defesa pessoal, agilidade, melhoria da autoconfiança e o respeito aos companheiros. Classificação: 11 a 17 anos.

Crianças (11 a 14 anos)

Quartas e sextas, 18h30

Torre Cultural

R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Jovens (15 a 17 anos)

Quartas e sextas, 19h30

Torre Cultural

R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Adulto

Quartas e sextas, 20h30

Torre Cultural

R\$ 60,00 (inteira) | R\$ 35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

EXPOSIÇÃO

Exposição Diálogos - Paulo Mendes Faria e Vitor Lemos

A exposição Diálogos é uma homenagem à efeméride de dois artistas radicados em Petrópolis, Vitor Lemos que completou 90 anos e Paulo Mendes Faria, que completou

70 anos. Artistas, de gerações diferentes, mas que possuem grande relevância no cenário artístico e cultural de Petrópolis e também no Estado do Rio de Janeiro. A exposição fará uma retrospectiva dos trabalhos desses artistas, apresentando-os para novas gerações e também proporcionando um diálogo, não só entre as obras, mas também entre os artistas homenageados e o público. Classificação: Livre.

Serviço

Exposição

Continua até 25/03/18

Terças a domingos e feriados, 9h30 às 17h

Galeria de Artes

Grátis

Borboletário Virtual

Exposição permanente. Por meio de monitores interativos, os visitantes podem conhecer as espécies de borboletas existentes e também criar sua própria borboleta virtual. Classificação: Livre.

Serviço

Exposição

Terças a domingos e feriados, 9h30 às 17h.

Grátis

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc - Cinema Brasileiro Contemporâneo | Grandes Personagens - Lixo Extraordinário

Uma análise sobre o trabalho do artista plástico Vik Muniz no Jardim Gramacho, realizado na cidade de Duque de Caxias (RJ), que é um dos maiores aterros sanitários do mundo. Classificação: 16 anos.

Serviço

Filmes e Vídeos

03/03

Sábado, 16h

Café Concerto

Grátis

Lope

Lope (Alberto Ammann) é um jovem poeta ambicioso e um eterno apaixonado. Vivendo mais o presente do que pensando no futuro, ele se entrega ao amor de duas mulheres e desafia regras que podem transformá-lo de herói a vilão, trazendo a desgraça ou a glória. Classificação: 16 anos.

Serviço

Filmes e Vídeos

17/03

Sábado, 16h

Café Concerto

Grátis

Cinesesc Primeiros Olhares - O Mundo dos Pequenos

Nos subúrbios de Tóquio, sob o assoalho de uma casa velha, Arrietty (Saoirse Ronan) vive em seu minúsculo mundo com a família, fazendo de tudo para manter em segredo a existência de todos. Sobrevivendo como pequenos ladrões, eles conhecem as regras para que nunca sejam percebidos pelos verdadeiros - e grandes - donos da casa. Para isso, procuram manter a desconfiança deles em cima dos gatos e ratos e tomam todos os cuidados possíveis para evitar ser vistos. Contudo, quando um jovem rapaz se hospeda na casa, a pequenina Arietty acredita que poderá manter uma amizade com ele, apesar da diferença dos tamanhos. Classificação: Livre.

Serviço

Filmes e Vídeos

18/03

Domingo, 15h

Café Concerto

Grátis

LITERATURA

Contação de Histórias

O **Grupo Pirueta** traz o universo das fábulas de Esopo e La Fontaine, dois fabulistas que deram vida potente aos animais no imenso tablado da natureza, dando-lhes a fala e as paixões. Seus personagens têm ao mesmo tempo a verdade humana e a verdade zoológica, transmitindo lições morais de grande simplicidade. Com duração de 40 minutos, cada Contação é feita por duas atrizes-contadoras (Jeanette Albuquerque e

Nara Zeitune) e utilizam bonecos, músicas, máscaras, objetos inusitados entre outros.
Classificação: Livre.

Serviço

Literatura

14/03

Quarta, 10h

Sala das Crianças

Livre

Duração: 50 minutos

MÚSICA

Música no Lago - El Espino

El Espino é um projeto acústico único no Brasil, que traz releituras dos maiores sucessos do pop latino-hispânico, com músicas de artistas consagrados como Santana, Manu Chao, Juanes, Maná, Orishas, entre outros, em apresentações focadas no pop latino, reggaeton, salsa e latin grooves. Classificação: Livre.

Serviço

Filmes e Vídeos

18/03

Domingo, 11h

Praça do Lago Quitandinha

Vagas limitadas

Grátis

TURISMO SOCIAL

Visitação ao Quitandinha

Prédio construído em 1944 para ser o maior cassino da América Latina. Após ser adquirido pelo Sesc RJ, o Quitandinha passou por reformas e hoje funciona como um polo de cultura e diversão para todo público. Classificação: Livre.

Serviço

Turismo Social

Terças a domingos e feriados, das 9h30 às 17h.

Grátis: (associado Sesc) (moradores de Petrópolis, mediante comprovação documental) (estudantes de escolas públicas, mediante agendamentos prévios).

R\$ 4,00 (meio entrada) | R\$ 8,00 (inteira)

Visitação Audioguiada

Uma verdadeira viagem no tempo pelos corredores e salões do Palácio Quitandinha, que serviu como cenário para o cinema brasileiro e grandes produções. Classificação: Livre.

Serviço

Turismo Social

Terças a domingos e feriados, das 9h30 às 16h30

Sesc Quitandinha

R\$ 16,00 (inteira) | R\$ 8,00 (meio entrada) | R\$ 4,00 (associado Sesc)

Visitação Mediada

Saídas realizadas de 30 em 30 minutos ou de 1h em 1h, mediante disponibilidade da data específica. Classificação: Livre.

Serviço

Turismo Social

Terças a domingos e feriados, das 9h30 às 16h30

Sesc Quitandinha

R\$ 16,00 (inteira) | R\$ 8,00 (meia entrada) | R\$ 4,00 (associado Sesc)

Grátis (instituições públicas: ONGs, universidades e escolas, mediante agendamento prévio através de ofício)

Visitação ao Lago

Caminhada por um espaço totalmente revitalizado e uma vista para a fachada do antigo hotel cassino. O Lago tem o formato aproximado do mapa do Brasil e o farol simboliza a ilha de Marajó. Classificação: Livre.

Serviço

Turismo Social

Terças a domingos e feriados, das 9h30 às 17h30.

Em dias chuvosos, a visita na área do Lago é suspensa.

Sesc Quitandinha

Grátis

ARTES CÊNICAS

A Ordem Natural das Coisas

Lúcio é um publicitário em crise, que é deixado pela noiva no dia do casamento. A partir da rejeição e do abandono que sofre, ele mergulha em dúvidas e questionamentos. E na busca de uma explicação para os reveses de sua vida, terá que rever suas opiniões e a maneira como lida com o outro. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Espetáculo

16/03/2018

Sexta, às 19h30

Auditório

R\$ 20 (inteira) | R\$ 10 (meia-entrada) | R\$ 5 (assoc. Sesc) | Grátis (PCG).

Sesc Primeiros Olhares - Contos Do Mar

Repleto de magia, o espetáculo é composto por diversas histórias originadas na antiga tradição de oralidade que tem o mar como tema. Todas elas apresentam personagens que possuem uma relação direta com o mar: uma princesa cujo bem mais precioso é um animal misterioso, um jovem príncipe que atravessa o oceano para salvar sua mãe e a senhora das águas do mar: apaixonada, cruel, acolhedora e vingativa. Com a Cia Quatro Manos. Classificação: Livre.

Serviço:

Espetáculo

18/03/2018

Domingo, às 16h

Auditório

R\$ 10 (inteira) | R\$ 5 (meia-entrada) | R\$ 2 (assoc. Sesc) | Grátis (PCG).

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Espaço Jogo

Atividade recreativa com foco nos jogos de tabuleiro, jogos de mesa, tênis de mesa e jogos eletrônicos. Classificação: 8 anos (menores de 12 anos somente acompanhando de responsável maior de 18 anos).

Serviço:

Recreação

01 /03/2018 a 31/03/2018

De terça a domingo, das 10h às 17h

Sala de Jogos

Grátis.

Festival de Judô

Festival da modalidade realizado com os alunos das turmas sistemáticas e para seus convidados. Inscrições Setor de Esporte. Classificação: 11 a 17 anos.

Serviço:

Torneio

24/03/2018

Sábado, das 10h às 14h

Ginásio

Grátis.

Festival de Iniciação Esportiva

Festival da modalidade realizado com os alunos das turmas sistemáticas e para seus convidados. Inscrições Setor de Esporte. Classificação: 4 a 10 anos.

Serviço:

Torneio

25/03/2018

Domingo, das 9h às 13h

Ginásio

Grátis.

Espaço Criarte

Atividade recreativa e de psicomotricidade. Classificação: 2 a 4 anos.

Serviço:

Recreação

01/03/2018 a 31/03/2018

Sábados, Domingos e Feriados, das 10h às 17h.

Sala 1 - Térreo

Grátis.

Recreação Esportiva – Freestyle e Tecbol

Classificação: Livre

Recreação

11/03/2018 e 25/03/2018

Domingo, das 10h às 14h30

Ginásio

Grátis

Recreação Aquática

Classificação: Livre.

Recreação

03/03/2018 a 31/03/2018

Sábados, das 11h às 15h

Piscina.

Grátis.

Waterball

Classificação: Livre.

Recreação

04/03/2018 a 25/03/2018

Domingos, das 11h às 15h

Piscina.

Grátis.

Bola Mania e Pintura Facial

Classificação: Livre.

Recreação

04/03/2018 a 25/03/2018

Domingos, das 13h30 às 16h

Área Verde

Grátis.

Recreação Esportiva – Esgrima

Classificação: Livre.

Recreação

03, 11, 17, 25 e 31/03/2018

Sábados e domingos, das 14h às 16h

Sala 2 - Térreo

Grátis.

Recreação Esportiva – Badminton

Classificação: Livre.

Recreação

04, 10, 18 e 24/03/2018

Sábados e domingos, das 14h às 16h

Ginásio

Grátis.

Recreação Esportiva – Slackline

Classificação: Livre.

Recreação

04, 10, 18 e 24/03/2018

Sábados e domingos, das 15h às 17h

Área Verde

Grátis.

Recreação Esportiva - Arco e Flecha

Classificação: Livre.

Recreação

03, 11, 17, 25 e 31/03/2018

Sábados e domingos, das 14h30 às 16h30

Ginásio

Grátis.

EXPOSIÇÃO

Reflexões

A pintura como forma de expressão de valores essenciais. O projeto busca restabelecer o contato com o poder da imaginação criadora através do belo e da poesia. Com esse objetivo reunimos pinturas relacionadas à nossa vida cotidiana. Classificação: Livre.

Serviço:

Exposição

01/03/2018 a 31/03/2018

Terça a sábado, das 9h às 18h

Galeria – 2º andar

Grátis.

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc Cinema

Serviço:

Filmes e Vídeos

07/03/2018 a 28/03/2018

Quartas, às 15h30

Sala de Vídeo

Grátis.

07/03 - Onde está a felicidade | 12 anos

Teodora (Bruna Lombardi) descobre que seu marido (Bruno Garcia) estava mantendo uma relação virtual e entra em crise, o que resulta na perda de seu trabalho como apresentadora de um programa culinário. Desiludida, resolve cair na estrada e parte para uma viagem de autoconhecimento, percorrendo o Caminho de Santiago de Compostela, na Espanha. Junto com seu antigo diretor e uma nova amiga, Teodora vive uma divertida aventura, enquanto Nando bola um plano para reconquistar seu grande amor. Será que eles conseguem ficar juntos novamente? 110min

14/03 - A festa da menina morta | 18 anos

Há 20 anos uma pequena população ribeirinha do alto Amazonas comemora a Festa da Menina Morta. O evento celebra o milagre realizado por Santinho, que após o suicídio da mãe recebeu em suas mãos, da boca de um cachorro, os trapos do vestido de uma menina desaparecida. A menina jamais foi encontrada, mas o tecido rasgado e

manchado de sangue passa a ser adorado e considerado sagrado. A festa cresceu indiferente à dor do irmão da menina morta, Tadeu. A cada ano as pessoas visitam o local para rezar, pedir e aguardar as "revelações" da menina, que através de Santinho se manifestam no ápice da cerimônia. 115min

21/03 - O palhaço | 10 anos

Benjamim (Selton Mello) trabalha no Circo Esperança junto com seu pai Valdemar (Paulo José). Juntos, eles formam a dupla de palhaços Pangaré & Puro Sangue e fazem a alegria da plateia. Mas a vida anda sem graça para Benjamin, que passa por uma crise existencial e assim, volta e meia, pensa em abandonar Lola (Giselle Mota), a mulher que cospe fogo, os irmãos Lorotta (Álamo Facó e Hossen Minussi), Dona Zaira (Teuda Bara) e o resto dos amigos da trupe. Seu pai e amigos lamentam o que está acontecendo com o companheiro, mas entendem que ele precisa encontrar seu caminho por conta própria. 88min

28/03 - Assalto ao Banco Central | 14 anos

Barão (Milhem Cortaz) teve a grande ideia de ganhar muito dinheiro em pouco tempo ao cometer o crime perfeito, sem violência. Para tanto basta arrumar as pessoas certas, dispostas a receber R\$ 2 milhões, botar o plano em prática e executar a façanha. Após cerca de três meses de operação, R\$ 164,7 milhões foram roubados do Banco Central, em Fortaleza, no Ceará. Sem dar um único tiro, sem disparar um alarme, os bandidos entraram e saíram por um túnel de 84 metros cavado sob o cofre, carregando três toneladas de dinheiro. Foi o segundo maior assalto a banco do mundo. 104min

Sesc Primeiros Olhares

Serviço:

Filmes e Vídeos

17 e 18/03/2018

Sábado e domingo, às 11h

Sala 2 - térreo

Grátis.

17 e 18/03 - Eu e meu guarda-chuva

Eugênio (Lucas Cotrim) é um garoto de 11 anos que jamais se separa do guarda chuva herdado de seu avô. No último dia de férias ele e Cebola (Victor Froiman), seu melhor

amigo, precisam entrar na sombria casa onde fica sua nova escola. O motivo é para resgatar Frida (Rafaela Victor), a grande paixão de Eugênio, que foi sequestrada pelo fantasma do Barão Von Staffen (Daniel Dantas). 78min

OFICINAS E CURSOS

Oficina Digital Games

Programação a partir de jogos virtuais com vistas ao desenvolvimento de habilidades e competências, como experimentar formas de aprender e solucionar problemas, improvisar, avaliar o ambiente, acompanhar o fluxo das histórias, entre outras. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina
03/03/2018 a 31/03/2018
Sábados, às 10h
Cultura Digital
Grátis.

Cozinha Criativa - Oficina Culinária - Saúde da Mulher

Palestras e oficinas com aula prática de culinária saudável, visando a prevenção e melhoria da saúde da população, com temas variados. 40 vagas. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Oficina
09/03/2018 e 23/03/2018
Sextas, das 14h às 17h
Cozinha Experimental
Grátis.

Sesc+ Verde - Curso: Plantio de Hortas

O curso abordará técnicas de cultivo de hortas domésticas, compostagem, consumo de alimentos orgânicos e valorização da qualidade de vida. 20 vagas. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Curso
13, 15, 20 e 22/03/2018
Terças e quintas, às 16h

Varandão da Piscina
Grátis.

Sesc+ Verde - Curso: Bolsas e Acessórios com Reaproveitamento de Banner

Nessa oficina pretendemos abordar a temática do reuso de material através da confecção de diversos tipos de bolsas e utilitários com reaproveitamento de banners. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Curso
14, 16, 21 e 23/03/2018
Quartas e sextas, às 14h
Sala 2 – 2º andar
Grátis.

Sesc+ Futuro - Oficina: Diversidade de Gênero

O projeto Sesc+ Futuro tem por objetivo proporcionar ao público adolescente e jovem diferentes possibilidades de participação e expressão, apresentando conteúdos voltados ao empreendedorismo, a participação social e o empoderamento, utilizando novas tecnologias e visando ampliar os conhecimentos e universo sociocultural dos jovens, valorizando sua curiosidade, ousadia, otimismo e potencial criativo. 20 vagas. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Oficina
15/03/2018
Quinta, às 19h
Sala de Vídeo
Grátis.

Sesc+ Criativo - Oficinas: Customização de Bandanas e Artigos para Cabelos

A oficina é uma realização de caráter prático e articula diferentes recursos metodológicos, visando ao desenvolvimento de competências e habilidades na técnica trabalhada. 25 vagas. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Oficina
17/03/2018
Sábado, das 9h às 12h

Sala 2 – 2º andar
Grátis.

AULAS DE ESPORTE

Aulões de Hidroginástica, Circuito Funcional

Aulas Especiais voltadas para os comerciários e ao público em geral. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Aula livre

03/03/2018 a 31/03/2018

Sábados. Às 10h30 – Hidroginástica, às 11h – Circuito Funcional

Piscina e Ginásio

Grátis.

Aulões de Judô

Aulas Especiais voltadas para os comerciários e ao público em geral. Classificação: 11 a 17 anos.

Serviço:

Aula livre

10 e 17/03/2018

Sábados, das 10h às 12h

Sala 1 - térreo

Grátis.

Aulões de Ritmos Diversos

Aulão de Ritmos voltada para o público em geral. Classificação: Livre.

Serviço:

Aula livre

03/03/2018 a 31/03/2018

Sábados, das 9h às 11h

Ginásio

Grátis.

IDOSOS

Conexão Idoso

Oficinas voltadas para o público idoso visando à interação e inclusão destes com as tecnologias, aplicativos, mídias, programas que possam ser acessados por smartphones e/ ou computadores por meio de atividades em rede e sobre cultura digital. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

07/03/2018 a 30/03/2018

Quartas e Sextas, das 10h às 12h

Cultura Digital

Grátis.

Sesc+ Vida - Encontro Dançante

Encontro dançante que contribui para o envelhecimento ativo, promovendo um espaço de socialização e movimento. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Baile

06/03/2018

Terça, das 14h às 17h

Espaço Aberto 1

R\$ 1.

Sesc+ Vida - Reunião de Convivência

Atividade de caráter sistemático deve ocorrer todos os meses. Nas reuniões o técnico responsável deverá apresentar temas e momento de diálogos onde possa ser construído um espaço para aprendizagem, reflexão, escuta e fala. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Vivência

08/03/2018

Quinta, das 14h às 15h

Sala de vídeo

Grátis.

Sesc+ Vida - Curso: Ativação da Memória

Se caracterizam por oferecer conteúdos e práticas que ampliem o conhecimento sobre questões relacionadas ao projeto, cabendo ressaltar que os cursos realizados pelo Sesc-RJ não possuem caráter profissionalizante 30 vagas. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Curso

07/03/2018 a 28/03/2018

Quartas, das 13h às 15h

Sala 5 – 2º andar

Grátis.

Sesc+ Vida - Curso: Consciência Corporal

Se caracterizam por oferecer conteúdos e práticas que ampliem o conhecimento sobre questões relacionadas ao projeto, cabendo ressaltar que os cursos realizados pelo Sesc RJ não possuem caráter profissionalizante. 60 vagas. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Curso

07/03/2018 a 28/03/2018

Quartas, das 9h30 às 10h30

Varandão da Piscina

Grátis.

Sesc+ Vida - Curso: Danças Populares

Se caracterizam por oferecer conteúdos e práticas que ampliem o conhecimento sobre questões relacionadas ao projeto, cabendo ressaltar que os cursos realizados pelo Sesc RJ não possuem caráter profissionalizante. 60 vagas. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Curso

08/03/2018 a 29/03/2018

Quintas, das 9h às 10h

Varandão da Piscina

Grátis.

Sesc+ Vida - Curso - Literatura E Texto

Se caracterizam por oferecer conteúdos e práticas que ampliem o conhecimento sobre questões relacionadas ao projeto, cabendo ressaltar que os cursos realizados pelo Sesc RJ não possuem caráter profissionalizante. 30 vagas. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Curso

08/03/2018 a 29/03/2018

Quintas, das 9h às 10h

Sala de Vídeo

Grátis.

LITERATURA

Biblioteca Viva

Espaço dedicado à leitura composto de acervo com diversas obras da literatura nacional e internacional. Classificação: Livre.

Serviço:

Biblioteca

01/03/2018 a 31/03/2018

Terça a Sábado, das 9h às 17h30

Biblioteca

Grátis.

Sol, chuva e tapete | Contação de Histórias - Grupo Tapetes Contadores de Histórias.

Tapetes artesanais representam contos populares e autorais de origens diversas. Serão apresentados um conto tradicional russo, um árabe e um francês. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de Histórias

15/03

Quinta, às 10h e às 14h.

Auditório

Grátis.

Chuva de Poemas ... – Especial Clarice Lispector | Intervenção Poética

O Grupo Cultural Cochicho na Coxia propõe uma simples e delicada intervenção poética, onde os atores percorrem diversos ambientes declamando pequenos poemas

pendurados num guarda-chuva, que irá convidar a cada pessoa interceptada a abrigar-se embaixo das palavras da autora Clarice Lispector. Classificação: Livre.

Serviço:

Intervenção

24/03

Sábado, às 11h.

Espaço Verde

Grátis.

PALESTRAS E DEBATES

Sesc+ Futuro - Palestra: Diagnóstico Social e Plano de Desenvolvimento Local

O projeto Sesc+ Social visa formar redes propositivas e desenvolver cursos, oficinas e palestras que promovam a reflexão popular e o fortalecimento de lideranças e instituições para que proponham mudanças sociais inovadoras e significativas. Sala de vídeo. 80 vagas. Grátis. 14 anos. 13/03 | Terça, às 19h.

Serviço:

Palestra

13/03

Terça, às 19h

Sala de Vídeo

Grátis.

PROJETOS ESPECIAIS

Sesc+ Social - Atividade Mensal Com Lideranças Comunitárias

O projeto Sesc+ Social visa formar redes propositivas e desenvolver cursos, oficinas e palestras que promovam a reflexão popular e o fortalecimento de lideranças e instituições para que proponham mudanças sociais inovadoras e significativas. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Encontro

22/03

Quinta, às 14h

Sala 10 - Cobertura

Grátis.

Saúde Atitude

Espaço aberto para troca de experiências e reflexões sobre o processo de envelhecimento, suas mudanças e os impactos físicos e psicossociais. Para este mês: Oficina de Memória e Postura. Classificação: Livre.

Serviço:

Vivência
08 e 22/03/2018
Quintas, às 10h
Espaço Verde
Grátis.

Saúde da Mulher

Orientações voltadas para a prevenção ao câncer de mama e colo de útero. Prevenção de doenças crônicas com aferição de pressão arterial, medição de glicemia capilar e colesterol e qualidade de vida - stress. Classificação: Livre.

Serviço:

Vivência
17/03/2018
Sábado, às 10h
Espaço Verde
Grátis.

Saúde Atitude

Orientações de saúde bucal com escovação e aplicação tópica de flúor. Classificação: Livre.

Serviço:

Orientação
17/03/2018
Sábado, às 10h
Varandão da Piscina
Grátis.

AULAS DE ESPORTE**Ginástica**

Exercícios anaeróbios que desenvolvem força, resistência, flexibilidade e manutenção do tônus muscular, através de séries variadas que priorizam diversos segmentos musculares, utilizando halteres, caneleiras, bastões entre outros materiais. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Aulas de Esporte
01 a 29/03/2018
Terças e quintas, 14h20
Sala 204
R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (Associados Sesc)

Ritmos - Dança de Salão

A Dança de Salão oferece saúde e bem estar, através de exercícios que utilizam diversos gêneros musicais, de forma a desenvolver a coordenação, musicalidade e ritmo, promovendo a autoestima, socialização e qualidade de vida para todos os praticantes. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Aulas de Esporte
01 a 29/03/2018
Segunda e quarta, 16h10, 17h20, 18h20 e 19h10
Terças e quintas, 15h10, 16h10, 17h20, 18h20 e 19h10
Sala 204
R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (Associados Sesc).

Ioga

Posturas, técnicas respiratórias, meditação e relaxamento são as estratégias da prática, que se encontra entre as dez terapias mais utilizadas em todo o mundo. A Ioga trabalha as emoções, ajuda as pessoas a agirem de acordo com seus pensamentos e sentimentos, além de trazer um profundo relaxamento, concentração, tranquilidade mental, fortalecimento do corpo físico e o desenvolvimento da flexibilidade.

Serviço:

Aulas de Esporte

01 a 29/03/2018

Segunda e quarta, 18h20

Terças e quintas, 15h10

Sala 210

R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (Associados Sesc).

Pilates

Método de condicionamento físico dinâmico e prazeroso, que promove força muscular, alongamento, equilíbrio e consciência corporal, enfatizando o aprendizado da respiração e do centro de força através de exercícios variados que utilizam o peso do próprio corpo, além do uso de acessórios como anel tonificador flexível, bola suíça, disco de equilíbrio, faixa elástica, entre outros. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Aulas de Esporte

01 a 29/03/2018

Segunda e quarta, 12h10, 13h10, 14h e 14h50

Terças e quintas, 11h, 12h, 13h, 16h10, 17h20 18h20 e 19h10

Sala 210

R\$ 85,00 | R\$ 50,00 (Associados Sesc).

IDOSOS**Sesc+ Vida: Curso de Expressão Corporal e Dramatização**

O Curso de Expressão Corporal e Dramatização tem como proposta trabalhar a dramaturgia como ferramenta para o desenvolvimento cultural do idoso, estimular a leitura, a pesquisa, a memorização, a concentração, o movimento do corpo, assim como facilitar as relações e o convívio social promovidos nos encontros. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos

05 a 26/03/2018

Terça, 14h às 16h

Sala 202

Grátis

Sesc+ Vida: Curso de Dança Popular para Terceira Idade

A atividade tem por objetivo ampliar, diversificar e inovar o atendimento aos idosos, numa perspectiva sociocultural e integradora de diferentes linguagens artísticas, contribuindo para uma inserção consciente e participativa da vida em sociedade, através de oficinas de dança para público participante do Sesc+ Vida. Esse mês os ritmos serão: Jongo, Samba de Roda e Maracatu. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos
05 a 26/03/2018
Sexta, 10h às 12h
Sala 204
Grátis

PALESTRAS E DEBATES

Sesc+ Social – Encontro

Encontros mensais com representantes do terceiro setor para elaboração de proposições de intervenções colaborativas, além da formação de redes propositivas que promovam a reflexão popular e o fortalecimento de lideranças e instituições. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Palestras e Debates
27/03/2018
Terça, 10h às 12h
Sala 202
Grátis

SÃO GONÇALO

ARTES CÊNICAS

Romeu e Julieta

Em cena, três atores e oito bonecos artesanais contam a história dos dois jovens, filhos de famílias rivais, os Capuletos e os Montecchios, que lutam contra tudo e todos para se unir em nome do amor. Com Theatrum Mundi. Classificação: Livre.

Serviço:

Artes cênicas

04/03

Domingo, 16h

Teatro

R\$ 10,00 (inteira) | R\$ 5,00 (meia-entrada) | R\$ 2,50 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Sesc Expressões - A Ordem Natural das Coisas

Lúcio é um publicitário em crise, que é deixado pela noiva no dia do casamento. A partir da rejeição e do abandono que sofre, ele mergulha em dúvidas e questionamentos. E na busca de uma explicação para os reveses de sua vida, terá que rever suas opiniões e a maneira como lida com o outro. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Artes cênicas

10/03

Sábado, 19h

Teatro

R\$ 20,00 (inteira) | R\$ 10,00 (meia-entrada) | R\$ 5,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

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. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

Terça a domingo e feriados, 9h às 18h

Hall da unidade

Grátis

Banho Livre

Parque aquático com duas piscinas. Exclusivo para o lazer do comerciário e seus dependentes. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

Terça a sexta, 9h às 16h



Sábados, domingos e feriados, 9h às 17h
Parque aquático
Grátis

ParqueSesc

Espaço coberto com diversos brinquedos, destinado à recreação de crianças de até 8 anos.

Serviço:

Recreação
Terça a sexta, 8h às 20h
Sábados, domingos e feriados, 9h às 17h
Parque infantil
Grátis

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. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação
Terça a domingo, 9h às 17h30
Ginásio
Grátis

CURSOS E OFICINAS

Cozinha Criativa

Oficina de nutrição sobre a saúde da mulher - Dia Internacional da Mulher.

Serviço:

Oficina
17/03
Sábado, 10h
Grátis

AULAS DE ESPORTES

Natação

Desenvolvimento do corpo e da mente por meio do fortalecimento muscular, alongamento, relaxamento e desenvolvimento nos quatro estilos de nado. Classificação: 7 anos.

Serviço:

Esporte

Terça a sexta, 7h às 10h e 16h às 19h

Parque aquático

R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Ginástica Rítmica

Modalidade esportiva e olímpica que envolve a relação entre elementos corporais e os diversos aparelhos, desenvolvendo ritmo e coordenação motora. Classificação: 11 a 17 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 13h45 às 15h45

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Taekwondo

Arte marcial que desenvolve agilidade, flexibilidade, coordenação motora, alongamento e algumas técnicas de defesa pessoal. Classificação: 11 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 17h às 20h

Sala de artes marciais

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

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. Classificação: 11 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 17h às 20h

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

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.

Classificação: 15 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 17h, 18h, 19h e 20h

Quartas e sextas, 7h, 8h, 9h e 10h

Sala multiuso

R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc)

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 de todo o corpo para gerar um gesto motor específico em diferentes planos de movimento, sendo realizado em lugares variados e com diferentes exercícios. Tal técnica trabalha, em uma única vez, atributos como: força, equilíbrio, agilidade e capacidade cardiorrespiratória. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Esporte

Quartas e sextas, 7h e 17h

Ginásio e sala multiuso

R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc)

Iniciação Esportiva Geral

Circuito entre diferentes modalidades por meio de experimentação lúdica de esportes de quadra, práticas elementares de esportes tradicionais e prática aquática. Classificação: 7 a 10 anos. Ginásio.

Serviço:

Esporte

Quartas e sextas, 8h, 10h e 14h

Ginásio e Sala multiuso

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

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. Classificação: 4 a 6 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas às 16h

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) e Grátis (PCG)

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. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 7h, 8h, 10h, 16h e 18h

Quartas e sextas, 9h, 10h, 16h e 19h

Parque aquático

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) e Grátis (PCG)

Esporte Master

A atividade é estruturada na forma de circuito de modalidades esportivas e de bem-estar, que visa promover a autonomia e a qualidade de vida em um ambiente de interação e troca de experiências, prioritariamente para adultos a partir de 60 anos, sem distinção de gênero ou capacidade técnica. Trata-se de um modelo pedagógico que respeita as possibilidades e interesses e a realidade do idoso, focando, sobretudo, na participação e cooperação. A base da modalidade acaba sendo a Iniciação Esportiva.

Serviço:

Esporte

Quartas e sextas, 15h

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

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. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Esporte

Terças e quintas, 17h, 18h, 19h e 20h

Quartas e sextas, 14h, 15h, 16h e 17h

Sala de curso 1

R\$85,00 (inteira) | R\$50,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Badminton

Esporte praticado com raquete e peteca, nas modalidades individual ou em duplas. Busca desenvolver força, velocidade, reflexo, flexibilidade e resistência física. Classificação: 18 anos.

Serviço:

Esporte

Quartas e sextas, 16h

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

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. Classificação: 11 anos.

Serviço:

Esporte

Quartas e sextas, 17h às 20h

Sala de artes marciais

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

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. Classificação: 11 anos.

Serviço:

Esporte

Quartas e sextas, 17h às 20h

Ginásio

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

Balé

Estilo de dança realizada, principalmente, com acompanhamento de música clássica, trabalhando a postura, movimentos circulares, disciplina, leveza e harmonia. Classificação: 11 anos.

Serviço:

Esporte

Quartas e sextas, 18h às 20h

Sala multiuso

R\$60,00 (inteira) | R\$35,00 (associado Sesc) | Grátis (PCG)

EXPOSIÇÃO

Panorama Sesc - Gravuras: Cor e Forma

As obras reunidas para esta exposição retratam a produção de gravuras de Carlos Scliar entre os anos de 1989 e 1999. São 12 gravuras, todas do acervo institucional do Sesc RJ, que trazem elementos naturais e objetos de uso cotidiano com traços angulares expressivos e com predominância de cores fortes, que as distanciam de uma representação da realidade. Tais gravuras ganham importância de pesquisa gráfica ao compor a relação de sombreamento através dos matizes de colorações complementares. Classificação: Livre.

Serviço:

Esporte

01/02/2018 a 31/03/2018

Terça a domingo, 9h às 17h

Galeria de arte

Grátis

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc

O Sesc RJ investe na difusão da cinematografia nacional, utilizando os filmes da Coleção Cinema Brasileiro Contemporâneo como base para a composição de recortes curatoriais que apresentam ao público toda a diversidade da produção audiovisual brasileira. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Filme | Tropicália

14/03

Quarta, 19h

Sala audiovisual

Grátis

Filme | Uma Noite em 67

21/03

Quarta, 19h

Sala audiovisual

Grátis

Sesc Primeiros Olhares - O Mundo dos Pequenos

Sob o assoalho de uma casa velha, Arrietty vive em seu minúsculo mundo com a família, fazendo de tudo para manter em segredo a existência de todos. Contudo, quando um jovem rapaz se hospeda na casa, a pequenina Arietty acredita que poderá manter uma amizade com ele, apesar da diferença dos tamanhos. De Hiromasa Yonebayashi. Japão, 2012. 94 minutos. Classificação: Livre.

Serviço:

Filme

17 e 24/03

Sábado, 14h

Sala audiovisual

Grátis

Ciclo de Encontros - Cinema

Projeto que leva às Unidades do Sesc profissionais de destaque da área cinematográfica. São realizadores e pesquisadores, que conversam com o público

sobre as especificidades de suas áreas de atuação, diversificando e contribuindo para a expansão do imaginário audiovisual da clientela. Classificação: Livre.

Serviço:

Filme | Debate

29/03

Quinta, 19h30

Teatro

Grátis

IDOSOS

Reunião de Convivência

Realização da primeira Reunião de Convivência do grupo de idosos do Sesc São Gonçalo. Momento de acolhimento e valorização do idoso, informando-o de seus direitos e deveres, resgatando e valorizando o seu papel social, saberes, experiências e vivências. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Idosos

20 e 21/03

Terça, 14h

Quarta, 9h

Sala de curso 1

Grátis

LITERATURA

Tapetes Falantes

Tapetes coloridos se transformam em alegres cenários onde rios, plantas, gente e animais de pano dão vida às narrativas de contos populares de clássicos da literatura infantil e outras de autoria da contadora. Com Dircea Damasceno. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de histórias

10/03

Sábado, 10h e 14h

Grátis

Elas Contam

Neste trabalho, a Cia. Tricreart propõe uma intervenção artística, na qual os participantes se sentam em um banco e são vendados para ouvir um texto, ativando o sentido da audição, ampliando a imaginação e desencadeando muita emoção. O texto é de autoria da própria Cia, que envolve todos os elementos da natureza, com sons que exemplificam cada ritmo. Com cunho pedagógico, abordamos com uma mensagem positiva, a concentração e a atenção vinculada principalmente aos sentidos da audição e tato. Classificação: Livre.

Serviço:

Intervenção Poética
24/03/2018
Sexta, 11h
Grátis

MÚSICA

Gilbert T e Os Latinos Dançantes

Gilbert T, nascido em São Gonçalo, influenciado desde muito novo pelas músicas que saíam na vitrola de seu pai como Luiz Gonzaga, Elvis, trilha da novela Escalada, Gilberto Gil, Jorge Ben, entre outros, ajudava a construir a personalidade musical do menino que hoje é compositor, guitarrista e produtor. Classificação: Livre.

Serviço:

Música
18/03
Domingo, 16h
Hall da lanchonete
Grátis

PALESTRAS E DEBATES

Saúde e Atitude - Câncer de Mama

Palestra sobre prevenção de câncer de mama para o grupo do TSI.

Serviço:

Palestra
20/03
Terça, 14h
Grátis

SÃO JOÃO DE MERITI

ARTES CÊNICAS

Sesc Expressões – Vim assim que Soube

Um doente em fase terminal resolve convocar sua melhor amiga, que já não via há muito tempo para passar seus últimos dias de vida com ele. A partir daí uma série de lembranças e conflitos são revelados. Crueldades e mentiras surgem durante este período de “pré-morte”, estabelecendo uma relação sufocante de dependência mútua entre os dois personagens. Com Cris Larin e Renato Carrera. Direção: Marcos André Nunes. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Espetáculo

10/03/2018

Sábado, às 19h

Teatro

R\$ 20 (inteira) | R\$ 10 (meia-entrada) | R\$ 5 (Assoc. Sesc) | Grátis (PCG).

Sesc Primeiros Olhares – Romeu e Julieta

Em cena, três atores e oito bonecos artesanais contam a história de dois jovens, filhos de famílias rivais: os Capuletos e os Montecchios, que lutam contra tudo e todos para se unir em nome do amor. Com Theatrum Mundi.

Serviço:

Espetáculo

18/03/2018

Domingo, às 16h

Teatro

R\$ 10 (inteira) | R\$ 5 (meia-entrada) | R\$ 2 (Assoc. Sesc) | Grátis (PCG).

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. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

03/03 – Festival de Tênis de Mesa e Oficina de Jogos Gigantes

04/03 – Festival de Tênis de Mesa em duplas

10/03 – Festival de Dominó

11/03 – Festival de Dominó em duplas

17/03 – Festival de Futebol de Botão

18/03 – Festival de Dama

24/03 – Festival de Totó

25/03 – Festival de Totó em duplas

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

Sala de Jogos

Grátis.

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 e espaço infantil. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

03, 04, 10, 11, 17, 18, 24 e 25/03, das 10h às 12h - Oficina de Ritmos

03, 04, 10, 11, 17, 18, 24 e 25/03, das 9h às 17h - Espaço Infantil

04, 11, 18 e 25/03, das 09h às 12h – Slackline

03, 10, 17, 24 e 31/03, das 11h às 12h - Aulão de Hidro Retrô

04, 11, 18 e 25/03, das 10h às 12h - Gincana Cooperativa

Desafio dos Esportes de Invasão: 04/03, das 10h às 12h – Rúgbi; 18/03, das 13h às 15h – Handebol; 25/03, das 15h às 17h – Basquetebol

11 e 25/03, das 10h às 17h – Brinquedos Infláveis e Radicais

10 e 24/03, das 10h às 16h - Shiatsu Expresso e Massoterapia

04 e 11/03, das 10h às 15h - Oficina de Stand Padle e Caiaque

Sábados, domingos e feriados, a partir das 10h

Grátis.

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 Ploc”. Classificação: Livre.

Serviço:

Baile

10/03/2018

Sábado, às 18h

Quiosque

R\$ 5 (inteira) | R\$ 2,5 (meia-entrada) | R\$ 2 (Assoc. Sesc) | Grátis (Crianças até 11 anos).

EXPOSIÇÃO

Olhares da Baixada

A exposição Olhares da Baixada apresenta um relato fotográfico sob a ótica de 9 artistas que possuem ligações afetivas, profissionais e pessoais com a baixada fluminense. A exposição é composta por 3 recortes curatoriais, cada um estabelecido em uma unidade SESC (Duque de Caxias, São João de Merití e Nova Iguaçu). Artistas: Ratão Diniz | Igor Freitas | Mazé Mixo | Getúlio Ribeiro | Theo Guedes | Danilo Sergio | Fabio Caffé | Tayana Leoncio | Paula Eliane. Curadoria de Simone Rodrigues - fotógrafa, pesquisadora e professora de fotografia.

Serviço:

Exposição

01/03/2018 a 31/03/2018

Terça a sábado, das 9h às 18h

Galeria de Artes

Grátis.

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc Cinema - Comédias

Billi Pig

Dir. José Eduardo Belmonte | Comédia | 2012 | 95 min

Marivalda (Grazi Massafera) sonha ser atriz e seu marido, Wanderley (Selton Mello), é um corretor de seguros falido. Ela rotineiramente sonha com Billi, um porco de plástico que guarda desde a infância, até que um dia passa a conversar com ele. Em suas conversas com a dona, Billi a pressiona a largar Wanderley, alegando que ele não consegue lhe dar o luxo que merece. Marivalda resolve dar um ultimato ao marido, que fica desesperado em busca de algo que possa manter o casamento. Quando Tenório (Murilo Grossi), o braço direito do traficante Boca (Otávio Muller), procura o padre Roberval (Milton Gonçalves), Wanderley tem uma grande ideia. Ele elabora um plano com o padre, que tem fama de milagreiro, para que possam enganar Boca, desesperado em busca de alguém que consiga fazer com que sua filha saia do coma. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

03/03, às 16h | 07/03, às 16h | 09/03, às 18h30 | 13/03, às 9h e 14h.

Auditório

Grátis.

Cilada.Com

Dir. José Alvarenga Jr. | Comédia | 95 min | 2011 |

Bruno (Bruno Mazzeo) foi flagrado traindo sua namorada (Fernanda Paes Leme) durante uma festa de casamento e levou um pé na bunda. Por vingança, ela publicou na internet um vídeo seu transando com ele, que pagou o maior mico por causa de uma ejaculação precoce. As imagens viram um sucesso e Bruno uma celebridade, só que da pior forma possível. Agora, sua única saída é tentar provar para todo mundo que é bom de cama. Ele passa a recorrer a antigas namoradas, no intuito de registrar declarações delas em vídeo, ao mesmo tempo em que tenta encontrar novas parceiras. Paralelamente, Bruno tenta conseguir o perdão de Fernanda. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

21/03, às 16h | 23/03, às 18h30 | 31/03, às 16h.

Auditório

Grátis.

Não Se Preocupe, Nada Vai Dar Certo

Dir. Hugo Carvana | Comédia | 2011 | 99 min

Lalau (Gregório Duvivier) se apresenta pelo interior do país com seu show de piadas, cujo tema principal é seu pai, Ramon Velasco (Tarcísio Meira), um ator que sempre se mete em trambiques. Um dia, ao se apresentar no Ceará, Lalau recebe uma proposta tentadora feita por Flora (Flávia Alessandra), que oferece US\$ 100 mil para que ele finja ser um famoso guru em uma palestra motivacional no Rio de Janeiro. Ele aceita e parte para o Rio sem avisar o pai. Após ver o filho na capa de um jornal, Ramon resolve ir atrás dele e cria diversos personagens para garantir a sua parte. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

02/03, às 18h30 | 06/03, às 9h e 14h | 10/03, às 16h | 14/03, às 16h.

Auditório
Grátis.

Muita Calma Nessa Hora

Dir. Felipe Joffily | Comédia | 2010 | 92 min

Tita (Andréia Horta), Mari (Gianni Albertoni) e Aninha (Fernanda Souza) são amigas que enfrentam momentos de decisão em suas vidas. Decididas a relaxar, elas partem para curtir um fim de semana em Búzios. No caminho encontram com Estrella (Débora Lamm), uma hippie a quem dão carona e que está atrás de seu pai desaparecido. Juntas, elas passam por momentos de grande diversão. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

16/03, às 18h30 | 24/03, às 16h | 27/03, às 9h e 14h.

Auditório
Grátis.

O Homem Do Futuro

Dir. Claudio Torres | Comédia | 2011 | 106 min

João/Zero (Wagner Moura) é um cientista genial, mas infeliz porque há 20 anos foi humilhado publicamente durante uma festa e perdeu Helena (Alinne Moraes), uma antiga e eterna paixão. Certo dia, uma experiência com um de seus inventos permite que ele faça uma viagem no tempo, retornando para aquela época e podendo interferir no seu destino. Mas quando ele retorna, descobre que sua vida mudou totalmente e agora precisa encontrar um jeito de mudar essa história, nem que para isso tenha que voltar novamente ao passado. Será que ele conseguirá acertar as coisas? Classificação: 12 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

17/03, às 16h | 20/03, às 9h e 14h | 28/03, às 16h | 30/03, às 18h30.

Auditório
Grátis.

Sesc Primeiros Olhares

Asterix E O Domínio Dos Deuses

Dir. Louis Clichy & Alexandre Astier | Animação | 86min | França/Bélgica | 2016

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. Classificação: Livre.

Serviço:

Filmes e Vídeos

04 e 18/03, às 16h

Auditório

Grátis.

O Homem Da Lua

Dir. Stephan Schesch & Sarah Clara Weber | Animação | 95min | França / Irlanda / Alemanha | 2016

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. Classificação: Livre.

Serviço:

Filmes e Vídeos

11 e 25/03, às 16h.

Auditório

Grátis.

LITERATURA

Biblioteca Viva

Espaço dedicado à leitura composto de acervo com diversas obras da literatura nacional e internacional. Classificação: Livre.

Serviço:

Biblioteca

01/03/2018 e 30/03/2018

Terça a domingo, das 9h às 17h30

Biblioteca
Grátis.

Chuva de Poemas ... – Especial Clarice Lispector | Intervenção Poética

O Grupo Cultural Cochicho na Coxia propõe uma simples e delicada intervenção poética, onde os atores percorrem diversos ambientes declamando pequenos poemas pendurados num guarda-chuva, que irá convidar a cada pessoa interceptada a abrigar-se embaixo das palavras da autora Clarice Lispector. Classificação: Livre.

Serviço:

Intervenção
08/03/2018
Quinta, às 11h
Quiosque
Grátis.

Sol, chuva e tapete | Contação de Histórias - Grupo Tapetes Contadores de Histórias.

Tapetes artesanais representam contos populares e autorais de origens diversas. Serão apresentados um conto tradicional russo, um árabe e um francês. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de História
17/03/2018
Sábado, às 10h e às 14h
Auditório
Grátis.

PROJETOS ESPECIAIS

Saúde Atitude

Espaço aberto para troca de experiências e reflexões sobre o processo de envelhecimento, suas mudanças e os impactos físicos e psicossociais. Para este mês: Oficina de Postura. Classificação: Livre.

Serviço:

Vivência
28/03/2018
Quarta, às 14h
Grátis.

Saúde da Mulher

Orientações voltadas para a prevenção ao câncer de mama e colo de útero. Prevenção de doenças crônicas com aferição de pressão arterial, medição de glicemia capilar e colesterol e qualidade de vida - stress. Classificação: Livre.

Serviço:

Orientação

21/03/2018

Quarta, das 13h às 17h

Grátis.

TERESÓPOLIS

CURSOS E OFICINAS

Sesc+ Criativo – Curso de Artesanato

Projeto Sesc+ Criativo -Visa estimular a geração complementar de renda contribuindo para a formação ou fortalecimento de grupos criativos com a oferta de cursos, oficinas e palestras, de conteúdo básico, na modalidade trabalhos manuais. Apoia o empreendedorismo e a economia solidária e incentiva o interesse dos participantes pela profissionalização. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Curso

06/03/2018 à 31/03/2018 (Atividade Contínua)

Terça e quinta, 14h às 17h

Sala Polivalente

Grátis

Cozinha Criativa

Oficinas de Culinária para promover saúde, hábitos saudáveis, qualidade de vida e bem estar aos participantes. Desenvolvimento de receitas simples e fáceis de executar. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

14 e 27/03/2018

Terça e quarta 14h às 17h

Sesc Café

Grátis

Ritmos

Aulas sistemáticas de dança, com variedade de estilos música. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Desenvolvimento Artístico e Cultural

01/03/2018 a 29/03/18

Quarta e sexta, às 9h.

Terça a sexta, das 17h às 20h.

Sala de Vídeo

R\$ 50,00 (associado Sesc) | R\$ 85,00 (Usuário)

AULAS DE ESPORTES

Pilates

Aulas sistemáticas de pilates de solo. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 a 29/03/18 (Atividade Contínua)

Terça a sexta, das 7h às 10h e das 17h às 20h

Sala do Corpo

R\$ 50,00 (associado Sesc) | R\$ 85,00 (Usuário)

Circuito Funcional

Aulas sistemáticas em formato de circuito para o desenvolvimento do aluno de forma global. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 a 29/03/18 (Atividade Contínua)

Quarta e sexta, às 7h

Terça e quinta, às 18h e 19h

Quadra

R\$ 50,00 (associado Sesc) | R\$ 85,00 (Usuário)

Iniciação Esportiva de Base

Aulas sistemáticas recreativas esportivas com o objetivo de desenvolver a criança de forma global. Classificação: de 04 a 06 anos.

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 a 29/03/18 (Atividade Contínua)

Terça e quinta, às 18h

Quadra

R\$ 35,00 (associado Sesc) | R\$ 60,00 (Usuário)

Iniciação Esportiva Geral

Aulas sistemáticas recreativas esportivas com o objetivo de desenvolver a criança de forma global, através de jogos pré-desportivos. Classificação: de 07 a 10 anos.

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 a 29/03/18 (Atividade Contínua)

Quarta e sexta, às 18h

Quadra

R\$ 35,00 (associado Sesc) | R\$ 60,00 (Usuário)

Futsal

Aulas sistemáticas da modalidade. Classificação: de 11 a 14 anos.

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 a 29/03/18 (Atividade Contínua)

Quarta e sexta, às 16h

Quadra

R\$ 35,00 (associado Sesc) | R\$ 60,00 (Usuário)

Vôlei

Aulas sistemáticas da modalidade. Classificação: de 11 a 17 anos.

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 a 29/03/18 (Atividade Contínua)

Terça e quinta, das 15h45 às 17h45

Quadra

R\$ 35,00 (associado Sesc) | R\$ 60,00 (Usuário)

Ginástica Rítmica

Aulas sistemáticas da modalidade. Classificação: de 11 a 14 anos.

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 a 29/03/18 (Atividade Contínua)

Quarta e sexta, às 19h

Quadra

R\$ 35,00 (associado Sesc) | R\$ 60,00 (Usuário)

EXPOSIÇÃO

Exposição Família Granado

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. Classificação Livre.

Serviço:

Exposição

01 a 31/03/2018 (Atividade contínua)

Terça a domingo, das 9h às 18h

Local: Galeria.

Grátis.

Exposição Postais que Contam Histórias.

Exposição “Postais que Contam História”, coleção Elysio Belchior é uma das mais expressivas e maiores existentes no país. Os cartões Postais são documentos históricos pelo seu texto, remetente, destinatários, além de uma preciosa fonte iconográfica. Imagens que em seus locais de origem se perderam, muitas vezes estão preservadas em cartões. Quatro temas foram selecionados: Brasil, Rio de Janeiro, Vendedores ambulantes, Publicidade de Teresópolis. Classificação Livre.

Serviço:

Exposição

01 a 31/03/2018 (Atividade contínua)

Terça a Domingo das 9h às 18h

Local: Galeria.

Grátis.

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc - Cinema

Exibição de Filmes. Classificação 14 anos.

Serviço:

04/03/2018

Filme: Lixo Extraordinário.

Domingo, 15h.

Sala de Vídeo.

Grátis

07/03/2018

Filme: José e Pilar.

Quarta, 18h30

Sala de Vidro.

Grátis

11/03/2018

Filme: Lope.

Domingo, 15h.

Sala de Vídeo.

Grátis

14/03/2018

Filme: Lope.

Quarta, 18h30.

Sala de Vidro.

Grátis

18/03/2018

Filme: Gonzaga de Pai pra Filho.

Domingo, 15h.

Sala de Vídeo.

Grátis

21/03/2018

Filme: Gonzaga de Pai Pra Filho.

Quarta, 18h30.

Sala de Vidro.

Grátis

25/03/2018

Filme: Violeta foi pro Céu.

Domingo 15h.

Sala de Vídeo.

Grátis

28/03/2018

Filme: Violeta foi pro Céu.

Quarta, 18h30.

Sala de Vidro.

Grátis

IDOSOS

Sesc+ Vida – Curso de Artes Manuais.

O projeto Sesc+ Vida se propõe a formar grupos de idosos promovendo a qualidade de vida com ações inovadoras e intergeracionais, com foco na socialização e no plano de vida da maturidade.. Classificação: 60 anos.

Serviço:

Curso

01/03/2018 à 31/03/2018 (Atividade Contínua)

Terça a sexta, 14h às 17h

Sala de Vídeo

Grátis

Ciência e Conhecimento - Oficina Conexão Idoso

Inclusão social do público idoso por meio de atividades em rede e sobre cultura digital Livre.

Serviço:

Oficina
07/03/2018 à 30/03/2018
Quartas e sextas, 10h às 12h
Espaço de Cultura Digital
Grátis

INFANTIL

Sesc Primeiros Olhares

Filmes infantis. Classificação: Livre.

Serviço:

Exibição de Filme
06/03/2018 e 20/03/2018
Filme: O Mundo dos Pequeninos.
Terça, 14h.
Teatro
Grátis

13/03/2018 e 27/03/2018
Filme: O Conto da Princesa Kaguya.
Terça, 9h30 e 14h.
Teatro
Grátis

03, 10, 17, 24 e 31/03/2018
Filme: O mundo dos Pequeninos.
Sábados, 10h.
Sala de Vídeo.
Grátis

LITERATURA

Biblioteca

Atendimento diário com orientação nas consultas e leituras visando estimular os usuários na prática da leitura. Classificação: Livre.

Serviço:

Biblioteca

01 a 31/03/2018 (Atividade Contínua)

Terça a sexta, das 9h às 18h30,

Sábados e feriados, das 9h30 às 17h30

Domingos, 9h30 às 13h30.

Grátis.

Empréstimo de Livros

Documentos necessários aos associados Sesc Rio: Carteira do Sesc atualizada e identidade. Documentos necessários aos não associados: identidade e comprovante de residência atual. Livre. Classificação Livre.

Serviço:

Biblioteca

01 a 31/03/2018 (Atividade Contínua)

Terça a sexta, das 9h às 18h30,

Sábados e feriados, das 9h30 às 17h30

Domingos 9h30 às 13h30.

Grátis.

Sesc Primeiros Olhares - Fábulas Fabulosas

O Grupo Pirueta traz o universo das fábulas de Esopo e La Fontaine, dois fabulistas que deram vida potente aos animais no imenso tablado da natureza, dando-lhes a fala e as paixões. Seus personagens têm ao mesmo tempo a verdade humana e a verdade zoológica, transmitindo lições morais de grande simplicidade. Com duração de 40 minutos, cada Contação é feita por duas atrizes-contadoras (Jeanette Albuquerque e Nara Zeitune) e utilizam bonecos, músicas, máscaras, objetos inusitados entre outros. Classificação Livre.

Serviço:

Contação de Histórias

15/03/2018

Quinta, 14h

Teatro

Grátis.

MÚSICA

Sesc Territórios – El Espino

El Espino é um projeto acústico único no Brasil, que traz releituras dos maiores sucessos do pop latino-hispânico, com músicas de artistas consagrados como Santana, Manu Chao, Juanes, Maná, Orishas, entre outros, em apresentações focadas no pop latino, reggaeton, salsa e latin grooves. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Apresentação Artística de Música

17/03/2018

Sábado 19h30min

Sesc Café

Grátis

PALESTRAS E DEBATES

Saúde e Atitude

Ações de saúde de caráter preventivo, estimulando a prática de atitudes saudáveis de forma dinâmica e interativa, através de diversas linguagens. Neste mês teremos como temática a prevenção de doenças crônicas. Classificação: Livre.

Serviço:

Orientação

13, 21 e 28/03/2018

Terça e quartas, 9h às 12h.

Chafariz

Grátis

TIJUCA

ARTES CÊNICAS

220 Cartas de Amor

Ele morava em Porto Alegre. Ela, em Santa Maria. Mesmo cinco décadas depois, ao abrir e ler as cartas, é possível perceber que o amor segue lá, vivo e turbulento como costuma ser. E traz consigo outras histórias. Histórias de uma época em que as

distâncias pareciam maiores e o tempo era realmente outro. Com Cia de Teatro Íntimo. Classificação: 12 anos.

Serviço:

Artes Cênicas

09/03 a 01/04

Sexta a domingo, às 20h

Teatro I

R\$ 30 (inteira), R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 7,50 (assoc. Sesc) e Grátis (PCG)

Lima entre Nós

A obra de Lima Barreto se apresenta como indispensável para os nossos dias, propiciando uma rica discussão sobre o papel do negro na literatura e na sociedade. Em cena, as complexidades existenciais lidam com as dificuldades impostas em todos os setores da sociedade, dadas as diferenças sociais, raciais e religiosas, barreiras estas, criadas pelos próprios homens. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Artes Cênicas

02/03 a 25/03

Sexta a domingo, às 19h

Teatro 2

R\$ 30 (inteira), R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 7,50 (assoc. Sesc) e Grátis (PCG)

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. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

Sábados e feriados, das 13h às 15h

Pátios

Grátis

Futebol Recreativo

Prática do futebol Society recreativo visando a socialização dos praticantes.

Serviço:

Recreação

Sábados e domingos, das 14h às 17h30

Classificação: Livre

Grátis

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

Espaço Jogo

Espaço dedicado à dinamização de jogos de tabuleiro e jogos diversos. Classificação: Livre.

Serviço:

Recreação

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

Espaço Ânima

Grátis

CURSOS E OFICINAS

Sesc+ Verde - Feira de Sustentabilidade

Exposição de produtos artesanais voltados para a sustentabilidade e para o consumo consciente e responsável. Ações de educação ambiental e princípios da economia solidária. Programação: Feira de produtos sustentáveis; Feira de Trocas de objetos e plantas. Classificação: Livre

Serviço:

Oficina

18/03

Domingo, 11h.

Pátio das Tamarineiras

Grátis

Sesc+ Verde – Troca de Mudas e Sementes

Vivência onde você pode trazer mudas de plantas e sementes para trocar!

Serviço:

Oficina

18/03

Domingo, 11h

Livre

Pátio das Tamarineiras

Grátis

Sesc+ Verde – Trilha do Sesc

Vivência conduzida pelos espaços verdes da Unidade Tijuca com objetivo de promover a interação dos participantes com a natureza e a biodiversidade.

Serviço:

Oficina

21/03

Quarta, 10h

Livre

Pátio das Tamarineiras

Grátis

Saúde Atitude

Espaço aberto para troca de experiências e reflexões sobre o processo de envelhecimento, suas mudanças e os impactos físicos e psicossociais. Para este mês: Oficina de Postura. Classificação: Livre.

Serviço:

Oficina

16/03

Sexta, às 14h30

Grátis

Saúde da Mulher

Orientações voltadas para a prevenção ao câncer de mama e colo de útero. Prevenção de doenças crônicas com aferição de pressão arterial, medição de glicemia capilar e colesterol e qualidade de vida - stress. Classificação: Livre.

Serviço:

Orientação

Grátis

18/03

Quarta, das 11h às 14h

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. Classificação: A partir de 15 anos.

Serviço:

Terças e quintas, 8h às 8h50, 10h às 10h50, 17h às 17h50, 18h às 18h50, 19h às 19h50 e 20h às 20h50

Quartas e sextas, 7h às 7h50, 8h às 8h50, 10h às 10h50, 18h às 18h50 e 20h às 20h50.

Sala de Ginástica

R\$ 50,00 (comerciário) | R\$ 85,00 (usuário)

Ginástica

A Ginástica é uma forma de exercício que consiste em uma variedade de movimentos simples, muitas vezes rítmicos, geralmente feitos com o uso de equipamentos. Eles são destinados a aumentar a força e a flexibilidade corporal. Classificação: a partir de 15 anos.

Serviço:

Terças e quintas, 7h às 7h50 e 9h às 9h50

Quartas e sextas, 9h às 9h50, 17h às 17h50 e 19h às 19h50

Sala de Ginástica

R\$ 50,00 (comerciário) e R\$ 85,00 (usuário)

Hidroginástica

A Hidroginástica é um programa de condicionamento, desenvolvido na água, que inclui exercícios do tipo aeróbios e exercícios para o desenvolvimento da resistência muscular localizada, força muscular e flexibilidade. Classificação: a partir de 15 anos.

Serviço:

Terças e quintas, 8h às 8h50, 9h às 9h50, 10h às 10h50, 11h às 11h50, 14h às 14h50, 15h às 15h50, 16h às 16h50 e 17h às 17h50

Quartas e sextas 8h às 8h50, 9h às 9h50, 10h às 10h50, 11h às 11h50, 14h às 14h50, 15h às 15h50, 16h às 16h50 e 17h às 17h50

Parque Aquático

R\$ 50,00 (comerciário) e R\$ 85,00 (usuário)

Natação

A Natação é um programa de condicionamento aquático, que inclui exercícios do tipo aeróbios e anaeróbios para desenvolvimento da resistência muscular global e força muscular. Classificação: 7 a 10 anos*, 11 a 14 anos**, 15 a 17 anos*** e a partir de 18 anos****.

Serviço:

Terças e quintas, 9h às 9h50*, 10h às 10h50*, 16h às 16h50*, 17h às 17h50*, 8h às 8h50**, 10h às 10h50**, 14h às 14h50**, 15h às 15h50**, 7h às 7h50**** e 18h às 18h50****

Quartas e sextas, 10h às 10h*, 16h às 16h50*, 8h às 8h50**, 9h às 9h50**, 14h às 14h50**, 16h às 16h50**, 8h às 8h50***, 15h às 15h50***, 7h às 7h50**** e 18h às 18h50****

Parque Aquático

R\$ 50,00 (comerciário), R\$ 85,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Futebol Society

A atividade tem como finalidade ensinar o futebol e utiliza-lo como meio educativo e socializador, proporcionando benefícios como: agilidade, senso coletivo, criatividade, persistência, superação, solidariedade, noções espaços-temporais, responsabilidade, senso organizacional e através de testes analisar a melhora do preparo físico que o futebol pode proporcionar aos adolescentes. Classificação: 11 a 14 anos*, 15 a 17 anos** e a partir de 18 anos***.

Serviço:

Terças e quintas, 16h às 16h50*, 18h30 às 19h30*, 19h45 às 20h45* e 17h15 às 18h15**

Quartas e sexta, 17h15 às 18h15*, 18h45 às 19h45* e 20h às 20h50***

Espaço Campo de futebol society

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Vôlei

A atividade tem como finalidade ensinar o vôlei e utiliza-lo como meio educativo e socializador, proporcionando benefícios como: agilidade, senso coletivo, criatividade, persistência, superação, solidariedade, noções espaços-temporais, responsabilidade, senso organizacional e através de testes analisar a melhora do preparo físico que o vôlei pode proporcionar aos adolescentes. Classificação: 11 a 14 anos* e 15 a 17 anos**

Serviço:

Terças e quintas, 19h às 19h50* e 20h às 20h50**

Ginásio

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Capoeira

A Capoeira tem a finalidade de aprimorar diversas condutas psicomotoras, destacando-se dentre elas a coordenação motora geral, a lateralidade, e a organização espaço-temporal, assim como valências físicas (resistência, flexibilidade, agilidade, destreza, expressão corporal). Fomentar o sentido de comunidade, estimulando o

convívio com outras pessoas, praticando a cooperação, a lealdade, a cortesia, e o respeito mútuo, além de requerer constantemente a disciplina. Classificação: 11 a 14 anos*, 15 a 17 anos** e a partir de 18 anos***.

Serviço:

Terças e quintas 17h às 17h50*, 18h às 18h50**, 19h às 19h50*** e 20h às 20h50***

Espaço Ânima

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Taekwondo

O Taekwondo é um esporte que desenvolve a parte física e mental do praticante, seja ele adulto ou criança. A luta desenvolve a coordenação motora, trabalha a memória, ensina disciplina e valores, bem como noções de hierarquia e respeito. Além disso, desenvolve o espírito de luta, a autoconfiança, a vontade de liderança, a seriedade, a paciência e a humildade. Classificação: 11 a 14 anos*, 15 a 17 anos** e a partir de 18 anos***.

Serviço:

Terças e quintas 17h às 17h50*, 18h às 18h50**, 19h às 19h50*** e 20h às 20h50***

Espaço Ânima

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Tai Chi Chuan

O Tai Chi Chuan é um esporte que desenvolve a parte física e mental do praticante. A luta desenvolve a coordenação motora, trabalha a memória, ensina disciplina e valores, bem como noções de hierarquia e respeito. Além disso, desenvolve o espírito de luta, a autoconfiança, a vontade de liderança, a seriedade, a paciência e a humildade. Classificação: A partir de 15 anos.

Serviço:

Terças e quintas 17h às 17h50, 18h às 18h50, 19h às 19h50 e 20h às 20h50

Quartas e sextas 16h às 16h50, 17h às 17h50, 18h às 18h50 e 19h às 19h50

Pátio das tamarineiras

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

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. Classificação: 11 a 14 anos* e a partir de 18 anos**.

Serviço:

Quartas e sexta 17h às 17h50*, 18h às 18h50*, 19h às 19h50** e 20h às 20h50**

Sala Multiuso

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

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. Classificação: a partir de 15 anos.

Serviço:

Terças e quintas, 15h às 15h50, 16h às 16h50, 17h às 17h50, 18h às 18h50 e 19h às 19h50

Quartas e sextas, 17h às 17h50, 18h às 18h50, 19h às 19h50 e 20h às 20h50

Sala de Ginástica

R\$ 50,00 (comerciário), R\$ 85,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Balé

O Balé consiste em unir a técnica, a música e a atuação nos movimentos. São habilidades que as crianças e adultos vão adquirindo pouco a pouco através de exercícios e posturas. Exige disciplina, boa postura e ritmo. Classificação: 11 a 15 anos* e a partir de 15 anos**.

Serviço:

Terças e quintas, 16h às 16h50*, 17h às 17h50**, 19h às 19h50** e 20h às 20h50**

Sala de Dança

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

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. Classificação: 4 a 6 anos.

Serviço:

Quartas e sextas, 17h45 às 18h45

Campo de Futebol Society

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

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. Classificação: 7 a 10 anos.

Serviço:

Quartas e sextas, 15h às 16h e 16h15 às 17h15

Ginásio

R\$ 35,00 (comerciário), R\$ 60,00 (usuário) e (atividade gratuita para o público PCG - pessoas com renda familiar de até três salários-mínimos nacionais)

Café com Ginástica

Aulas de alongamento, funcional e pilates. Classificação: 15 anos.

Serviço:

Sábados, das 10h às 10h50

Ginásio | Grátis

EXPOSIÇÃO

Panorama Sesc - Glauco Rodrigues e os Arredores da Praça XV

O Sesc RJ tem a oportunidade de prestar um tributo a esse artista plástico de grande sensibilidade, ao mesmo tempo em que homenageia a cidade do Rio de Janeiro - onde Glauco Rodrigues viveu e criou parte importante de sua obra -, por meio da exibição de 10 serigrafias, produzidas entre 1998 e 1999. São imagens antigas do Centro Histórico do Rio, sobre as quais o artista imprimiu sua concepção de arte, de tempo e de História, colocando lado a lado edifícios, paisagens e protagonistas cuja relevância nos acontecimentos que forjaram a identidade da cidade, de seu povo e do próprio país é inquestionável. Classificação: Livre.

Serviço:

Exposição

Terça a domingo, das 9h às 18h

Espaço de Mostras

Grátis

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc Rio - Hotel Atlântico

Alberto (Júlio Andrade) é um ator desempregado, que vive no Hotel Atlântico. Um dia, após ver o IML retirar um cadáver do hotel em que vive, ele decide iniciar uma jornada. No caminho, conhece diversas pessoas que mudam sua vida. Durante a viagem de ônibus ele conhece uma polonesa (Lorena Lobato). Ao chegar, recebe abrigo de um sacristão (Gero Camilo), que lhe dá a batina de um padre morto. Alberto passa a agir como se realmente fosse um padre. Após sofrer um acidente e ser levado a um hospital, ele conhece o enfermeiro Sebastião (João Miguel) e Diana (Mariana Ximenes), a filha do médico que o atende. Os dois provocam grandes mudanças em sua vida. Dir. Suzana Amaral. Brasil. 2009. 110min. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

06/03

Terça, às 19h

Teatro I

Grátis

Retirada de ingresso na bilheteria

Panorama Sesc Rio - Maré, Nossa História de Amor

A favela da Maré, no Rio de Janeiro, é dividida pela briga pelo poder no tráfico de drogas. Analídia (Cristina Lago) é a filha de um dos chefes, que está atualmente preso. Jonatha (Vinícius D'Black) é o MC da comunidade e também irmão de Dudu (Babu Santana), que disputa o poder com o pai de Analídia. O sonho de Jonatha é gravar um CD, mas ele reluta em aceitar a proposta de Dudu para financiar sua produção, já que o dinheiro viria do tráfico. Jonatha e Analídia vivem em famílias rivais e se apaixonam ao se conhecerem no grupo de dança da comunidade, coordenado por Fernanda (Marisa Orth). Dir. Lucia Murat, Lucio Kodato. França/Brasil/Uruguai. 2007. 104min. Classificação: 14 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

13/03

Terça, às 19h

Teatro I

Grátis

Retirada de ingresso na bilheteria

Panorama Sesc Rio - Budapeste

José Costa (Leonardo Medeiros) é um bem sucedido ghost writer. Ao retornar do Congresso de Escritores Anônimos, em Istambul, uma ameaça de bomba faz com que seu vôo aterrisse em Budapeste, na Hungria. Logo ao chegar, se apaixona pelo idioma local. Já de volta ao Rio ele reencontra Vanda (Giovanna Antonelli), sua esposa, e o filho. Entretanto sua vida torna-se cada vez mais infeliz, o que faz com que comece a murmurar em húngaro enquanto dorme. Para salvar o casamento Costa passa a escrever autobiografias, numa tentativa de que a vida de outras pessoas o salve do tédio que sente. Seu maior sucesso comercial é "O Ginógrafo", que conta as aventuras amorosas de um alemão, Kaspar Krabbe (Antonie Kamerling), no Brasil. Só que Vanda se apaixona por Krabbe, acreditando ser ele o autor do livro, o que faz com que Costa sinta-se traído e ressentido com o trabalho que exerce. Dir. Walter Carvalho. Portugal/Brasil/Hungria. 2009. 113min. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

20/03/2018

Terça, às 19h

Local: Teatro I

Grátis

Retirada de ingresso na bilheteria

Panorama Sesc Rio - Nome Próprio

Camila (Leandra Leal) tem a escrita como sua grande paixão. Intensa e corajosa, ela busca criar para si uma existência complexa o suficiente para que possa escrever sobre ela. Ela escreve compulsivamente em um blog, só que isto faz com que também fique isolada e que só consiga ver duas opções na vida: se matar ou encontrar o grande amor - o que vier primeiro. Dir. Murilo Salles. Brasil. 2007. 120min. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Filmes e Vídeos

27/03

Terça, às 19h

Local: Teatro I

Grátis

Retirada de ingresso na bilheteria

INFANTIL

Brinquedoteca

Este é um espaço dedicado para crianças com idade até 8 anos, criado para o livre brincar, a interação e a convivência. Classificação: Até 8 anos.

Serviço:

Infantil

Sábados, domingos e feriados, das 9h30 às 14h30

Brinquedoteca

Grátis

Sesc Primeiros Olhares - 31 Minutos

Juanín atua como produtor no famoso noticiário de TV 31 Minutos. Ele é o último de sua espécie, uma raridade que desperta o interesse de uma malvada colecionadora de animais em extinção conhecida como Cachirula. Ela só precisa dele para completar sua exótica coleção. Contando com a ajuda de Tio Careca, ela dá início a uma caçada pelo último membro dos juanines. Juanín acaba raptado e levado até o fantástico castelo de vilão, onde são mantidos todos os animais de sua coleção. A atrapalhada equipe do programa 31 Minutos irá procurar pelo amigo e companheiro

de trabalho, sem saber que acabarão enfrentando um verdadeiro exército. Dir. Alvaro Díaz, Pedro Peirano. Brasil. 2012. 80min. Classificação: Livre.

Serviço:

Filmes e Vídeos

11 e 25/03

Domingo às 14h30

Sala de Vídeo

Grátis

LITERATURA

Contação de Histórias - Mamalu - Cia. Corre Cutia

História livremente inspirada na música “Mamalu” da cantora e contadora de histórias Bia Bedran, que tanto encantou e coloriu a nossa infância. Através de texto e músicas originais, contamos a saga de uma lobinha que, ao nascer, no meio de uma floresta do cerrado brasileiro, olha para o céu, e a primeira coisa que vê é a lua. Sente no mesmo momento em que ela é a sua mãe: Mamaluuu! Com a ajuda de outros animais da floresta - Dona Macaca, Dona Maritaca e Sra. Lagarta - inicia, então, seu caminho em direção à lua.

Composto por jovens atrizes, que se revezam como narradoras, personagens e musicistas, a história trata do amor entre mãe e filha e de sua potência transformadora. Adentramos o universo feminino, onde estão em jogo as relações de cumplicidade entre famílias e do ser humano com a natureza. Classificação: Livre.

Serviço:

Contação de Histórias

16/03

Sexta, às 10h e 14h

Biblioteca

Duração: 50min

Grátis

Intervenção Poética - Elas Contam - Cia. Tricreart

Neste trabalho, a Cia. Tricreart propõe a intervenção artística “Elas Contam”, na qual os participantes se sentam em um banco e são vendados para ouvir um texto. Ativando o sentido da audição, ampliando a imaginação, desencadeando muita emoção. O texto é de autoria da própria Cia, que envolve todos os elementos da natureza, com sons que exemplificam cada ritmo. Com cunho pedagógico abordamos

com uma mensagem positiva, a concentração e a atenção vinculada principalmente aos sentidos da audição e tato. Classificação: Livre.

Serviço:

Intervenção Poética

25/03

Domingo, às 12h

Biblioteca

Duração: 50 min

Grátis

Panorama Sesc – Pontos de Leitura

O hábito da leitura é um dos mais importantes para o desenvolvimento do intelecto e também o caminho mais curto para adquirir conhecimento. Em meio ao boom tecnológico das últimas décadas, esse hábito acabou ficando de lado, sendo substituído primeiro pela televisão, depois pelos computadores, pelos videogames e agora pelos smartphones. Através da leitura realizada com prazer, é possível desenvolver a imaginação, embrenhando no mundo onírico, desenvolvendo e enriquecendo o vocabulário. O Projeto Biblioteca/Pontos de Leitura consiste em contribuir para a formação de leitores, críticos e criativos, de livros e do mundo, pois se acredita que o diálogo efetivo entre os diferentes atores sociais é sem dúvida, a maneira mais eficiente de sensibilizar e capacitar os cidadãos com uma visão crítica e consciente do seu papel social. Destina-se a dependentes, usuários do Sesc, público escolar com idade entre 07 a 17 anos e comunidade em geral que atendam ao programa PCG Comprometimento do Sesc Rio. Classificação: Livre.

Serviço:

Leitura

01, 15 e 22/03

Quinta, das 10h e 16h

Local: Escola Municipal João Goulart

Grátis

MÚSICA

Show Tropical Nova

O show Tropical Nova é uma grande homenagem ao calor dos trópicos brasileiros. O show se divide em dois momentos, sendo o primeiro todo dedicado ao samba e partido alto. Já o segundo, é todo dedicado aos Mestres Caetano Veloso e Gilberto Gil



e passeia pelo Samba, Forró e Rock. É Carnaval do Início ao Fim. Uma verdadeira viagem de lembranças musicais que percorrem o eixo Rio-Bahia. Classificação: 10 anos

Serviço:

Artes Cênicas

17/03

Sábado, às 20h

Casa Rosa

R\$ 20 (inteira), R\$ 10 (meia-entrada), R\$ 5,00 (associado Sesc) e Grátis (PCG)

PALESTRAS E DEBATES

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.

Serviço:

Debate

30/03

Sexta, às 10h

Classificação: 16 anos

Sala de Atividades 4

Grátis

PROJETOS ESPECIAIS

Internet Livre

Espaço equipado com 12 computadores para exploração de conteúdos digitais pelos frequentadores através de navegação livre. 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.

Serviço:

Internet Livre

Terça a sexta, 13h às 15h

Sábados, das 10h às 14h

Classificação: Livre

Local: Sala de Cultura Digital

Grátis

TORNEIOS E RECREAÇÃO

Momentos para Dançar 2018

Um encontro para dançar. Momento de lazer através da dança e diversos ritmos para a socialização e bem estar. Classificação: 16 anos.

Serviço:

Recreação

23/03/2018

Sexta, das 19h às 23h

Quadra coberta

R\$ 10,00 (inteira) | R\$ 5,00 (associados Sesc)

Aula Especial 2018

Aula especial de uma determinada prática física ou desportiva, que objetiva complementar a programação sistemática, proporcionando momentos de integração entre os praticantes de uma ou mais realizações da modalidade exercícios físicos sistemáticos ou difundir novas vivências corporais para a comunidade em geral. Aula de circuito funcional e hidroginástica, voleibol, futsal, natação, basquete, iniciação esportiva, ritmos. Classificação: livre

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Sábados e domingos, das 9h às 16h

Unidade Sesc Três Rios

Grátis

Torneio e Festivais Esportivos 2018 – Apresentação Esportiva: Natação

Apresentação esportiva de uma modalidade. Este mês será natação. Classificação:

Livre

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

31/03/2018

Sábado, a partir das 10h

Piscina

Grátis
Com agendamento

Torneio e Festivais Esportivos 2018 – Torneio de Badminton

Competições esportivas variadas. Classificação: Livre

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

10/03/2018 e 11/03/2018

Sábado e Domingo, das 9h às 18h

Quadra Coberta

Grátis - Com agendamento

Torneio e Festivais Esportivos 2018 – Torneio de Tênis de Mesa

Competições esportivas variadas. Classificação: Livre

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

17/03/2018 e 18/03/2018

Sábado e Domingo, das 9h às 18h

Quadra Coberta

Grátis - Com agendamento

Torneio e Festivais Esportivos 2018 – Torneio de Natação

Competições esportivas variadas. Classificação: Livre

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

25/03/2018

Domingo, das 9h às 18h

Piscina

Grátis - Com agendamento

Lazer no Sesc 2018

Atividades de Recreação Esportivas, composta por Jogos, brinquedos e brincadeiras. Badminton, brinquedos infláveis, jogos gigantes e muito mais. Classificação: Livre

Serviço:

01/03/2018 à 31/03/2018

Sábados, domingos e feriados, das 10h às 16h



Espaço externo
Grátis

Espaço Jogo 2018

Espaço de lazer com jogos tradicionais de tabuleiro, jogos eletrônicos, jogos gigantes, tênis de mesa e oficinas para todas as idades. Classificação: Livre

Serviço:

Recreação

01/03/2018 a 31/03/2018

Terça a Sexta das 8h às 20h

Sábado e Domingo, das 10h às 16h

Classificação: Livre

Espaço externo

Grátis

Banho Livre

Mediante apresentação da carteira Sesc válida, na categoria comerciário, e documento de identificação. Classificação: Livre

Serviço:

Recreação

01/03/2018 à 31/03/2018

Dias de Semana consultar datas e horários na Unidade

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

Piscina

Quadra Livre

Atividades de lazer (voleibol, basquete, futsal). Classificação Livre

Serviço:

Recreação

01/03/2018 à 31/03/2018

Terça a Domingo, das 7h às 21h

R\$ 30,00 (inteira) | R\$ 20,00 (associados Sesc)

Necessário agendamento com setor de Esporte, mediante o pagamento da taxa por hora de uso.

CURSOS E OFICINAS

Sesc Arte em Desenvolvimento – Iniciação ao Teatro

O curso visa desenvolver o teatro em suas dimensões simbólica, histórica, social e antropológica, com experiências que favorecem a identificação com outras realidades socioculturais, provocando a interação e o reconhecimento da diversidade presente nestas e nas demais expressões culturais. Classificação: Livre

Serviço:

Artes Cênicas

06/03/2018 à 27/05/2018

Terças, das 14h às 17h

Sala de Dança e Sala Multiuso 1

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

Sesc Arte em Desenvolvimento – Dança Contemporânea

Curso de Dança Contemporânea. Classificação: Livre

Serviço:

Artes Cênicas

01/03/2018 à 29/03/2018

Quintas, das 14h30 às 16h30

Sala de Dança

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

Sesc Arte em Desenvolvimento – Dança Jazz

Curso de Dança Jazz. Classificação: Livre

Serviço:

Artes Cênicas

07/03/2018 à 28/03/2018

Quartas, das 9h às 11h

Sala de Dança

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

Sesc Arte em Desenvolvimento – Dança Urbana

Introduzir as urbanas e suas vertentes e trabalhar suas diferentes linguagens técnicas, musicalidades e estilos. As aulas darão oportunidade de conhecer, vivenciar e experimentar as danças urbanas, descobrindo assim, novas possibilidades corporais de trabalhar habilidades e talento. Classificação: Livre

Serviço:

Artes Cênicas

03/03/2018 à 31/03/2018

Sábado, das 9h às 11h e 14h às 16h

Sala de Dança

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

Sesc Arte em Desenvolvimento – Curso de Escrita Criativa

Projeto promove atividades de desenvolvimento artístico-cultural, caracterizadas por oferecer conteúdos a partir de uma base formativa, visando o aprimoramento técnico dos participantes. Classificação: Livre

Serviço:

Literatura

06/03/2018 à 08/05/2018

Terça e Quinta, das 14h às 16h

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

Sesc Arte em Desenvolvimento – Canto Coral

Curso de Canto Coral. Classificação: Livre

Serviço:

Música

07/03/2018 à 28/05/2018

Quartas, das 9h às 11h e 14h30 às 16h30

Sala Multiuso II

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

Sesc Arte em Desenvolvimento – Musicalização Infantil

Curso de Musicalização Infantil. Classificação: Livre

Serviço:

Música

08/03/2018 à 29/03/2018

Quintas, das 10h às 11h e 15h às 16h

Sala Multiuso II

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

Sesc+ Criativo 2018 – Curso Arte da Cartonagem com EVA

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. Curso Arte da Cartonagem com EVA. Classificação: 16 anos

Serviço:

Curso de Valorização Social

06/03/2018 à 27/03/2018

Terças, quartas e quintas, das 13h30 às 16h50

Sala Multiuso II

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

Sesc+ Criativo 2018 – Oficina de Costura em Feltro

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. Oficina de Costura em Feltro. Classificação: 16 anos

Serviço:

Curso de Valorização Social

10/03/2018

Sábado, das 09h às 12h e 13h30 às 16h30

Sala Multiuso II

Grátis

Necessária inscrição para participação da atividade.

AULAS DE ESPORTES

Basquetebol

Desenvolvimento das técnicas e sistemas de jogo, priorizando os aspectos cognitivos, afetivos e psicomotores. Classificação: 11 a 17 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Quartas e sextas às 14h | 11 a 14 anos | Quartas e sextas às 15h15 | 15 a 17 anos

Quadra Coberta

Grátis (PCG) | R\$ 35 (associado Sesc) | R\$ 60 (inteira)

Iniciação Esportiva de Base

Iniciação as diferentes modalidades esportivas. Classificação: crianças de 4 a 6 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 17h | Quartas e sextas às 17h

Quadra Coberta

Grátis (PCG) | R\$ 35 (associado Sesc) | R\$ 60 (inteira)

Iniciação Esportiva Geral

Iniciação as diferentes modalidades esportivas. Classificação: crianças de 7 a 10 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 8h e 18h | Quartas e sextas às 18h

Quadra Coberta

Grátis (PCG) | R\$ 35 (associado Sesc) | R\$ 60 (inteira)

Futsal

Iniciação ao desporto, que desenvolve a velocidade, destreza, agilidade e coordenação motora. Classificação: de 11 a 17 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 16h | 11 a 14 anos | Terças e quintas às 15h | 15 a 17 anos

Quadra Coberta

Grátis (PCG) | R\$ 35 (associado Sesc) | R\$ 60 (inteira)

Voleibol

Desenvolvimento das técnicas e sistemas de jogo, priorizando os aspectos cognitivos, afetivos e psicomotores. Classificação: de 11 a 17 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 17h | 11 a 14 anos | Quartas e sextas às 16h | 11 a 14 anos | Quartas e sextas às 17h | 15 anos a 17 anos

Quadra Coberta

Grátis (PCG) | R\$ 35 (associado Sesc) | R\$ 60 (inteira)

Esporte Master

Iniciação desportiva voltada ao público idoso. A vivência de várias modalidades com um aspecto lúdico e adequado à faixa etária. Classificação: 60 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 7h, 14h e 16h

Quadra Coberta

Grátis (PCG) | R\$ 35 (associado Sesc) | R\$ 60 (inteira)

Hidrogenástica

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. Classificação: 15 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 7h | Quartas e sextas às 19h

Piscina

R\$ 50,00 (associado Sesc) | R\$ 85,00 (inteira)

Natação

Iniciação e aperfeiçoamento da natação. Classificação: 7 a 18 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 08h, 09h, 10h, 11h, 15h, 17h e 18h | 7 a 10 anos

Quartas e sextas às 09h, 10h, 11h, 16h, 17h e 18h | 7 a 10 anos

Terças e quintas às 16h, 17h e 18h | 11 a 14 anos

Quartas e sextas às 15h, 16h, 17h e 19h | 11 a 14 anos

Terças e quintas às 16h e 19h | 15 a 17 anos

Quarta e sextas às 18h | 15 a 17 anos

Terças e quintas às 19h | 18 anos

Quartas e sextas às 07h | 18 anos

Piscina

R\$ 50,00 (associado Sesc) | R\$ 85,00 (inteira)

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. Classificação: 15 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 19h | Quartas e sextas às 8h e 18h

Sala de Atividade Física

R\$ 50,00 (associado Sesc) | R\$ 85,00 (inteira)

Ginástica

Atividade que visa o desenvolvimento motor, agilidade e fortalecimento muscular através de diferentes técnicas de ginástica. Classificação: 15 anos

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terças e quintas às 7h, 18h e 20h | Quartas e sextas às 7h, 19h e 20h

Sala de Atividade Física

R\$ 50,00 (associado Sesc) | R\$ 85,00 (inteira)

Ritmos

Aulas de Ritmos, para os amantes da dança, com inscrição prévia.

Serviço:

Desenvolvimento Físico Esportivo

01/03/2018 à 31/03/2018

Terça a sexta, das 19h e 20h

Classificação: 15 anos

Sala de dança

Grátis (PCG) | R\$ 50,00 (associados Sesc) | R\$ 85,00 (inteira)

EXPOSIÇÃO

Panorama Sesc - Acervo Sesc RJ

A exposição Flavio Damm, um fotógrafo, que nesses tempos de fotos de pré-arrumadas, de pessoas e rostos posados como manequins de vitrine e dezenas de cliques para se obter uma só foto, o que se pode ver agora, é a grande arte do imediato e autenticidade.

A mostra revela uma 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.

Em contraponto com a visão operacional da fotografia, proporcionada pelo rápido avanço tecnológico, a exposição propõe uma experiência estética única aos visitantes.

Sobre o artista:

O fotógrafo é autor dos livros Brasil Futebol Rei, 1965; Bahia Boa Terra Bahia, 1967; Ilustrações do Rio, 1970; Um Cândido Pintor Portinari, 1971; Pernambuco Sim, 1974 e Fotografias de Flávio Damm, 1990.

Classificação: Livre

Serviço:

Exposição

01/03/2018 à 31/03/2018

Terça à sábado, das 10h às 16h

Galeria de Artes

Grátis

Panorama Sesc – Exposição Itinerante Brincadeira de Criança

A exposição itinerante Brincadeira de Criança, além de tratar de uma expressão artística contemporânea, abre espaço para a reflexão acerca de questões que

permeiam o universo infantil, apresentando fotografias, do artista Ernane Pinho, que retratam as brincadeiras de rua, brincadeiras coletivas, cenas cada vez mais distantes da realidade dos grandes centros urbanos, mas que ainda existem nos subúrbios carioca e nas cidades do interior do Rio, justamente onde estão a grande parte das Unidades do Sesc RJ. Além das brincadeiras de rua, as fotografias selecionadas mostram também crianças em diversas situações dialogando com a natureza e com os diversos cenários das cidades. Classificação: Livre

Serviço:

Exposição

01/03/2018 à 29/03/2018

Terça à sexta, das 09h às 16h

Escolas Públicas

Grátis

Agendamento prévio de escolas pelo telefone (24) 2252-7959.

FILMES E VÍDEOS

Panorama Sesc – Cinema Brasileiro Contemporâneo – Novíssimo Cinema Autoral

De janeiro a junho de 2018, o Sesc RJ investe na difusão da cinematografia nacional, utilizando os filmes da Coleção Cinema Brasileiro Contemporâneo como base para a composição de recortes curatoriais que apresentam ao público toda a diversidade da produção audiovisual brasileira. Filmes exibidos este mês: Viajo Porque Preciso, Volto Porque Te Amo (Classificação: 14 anos); Trabalhar Cansa (Classificação: 12 anos); A Alegria (Classificação: Livre); Feliz Natal (Classificação: 14 anos)

Serviço:

Audiovisual

08/03/2018 à 29/03/2018

Quintas, das 18h30 às 20h30

Sala Multiuso III

Grátis

IDOSOS

Sesc+ Vida 2018 - Reunião

Ações destinadas, prioritariamente, ao público idoso com interesse na reflexão sobre conceitos e atividades que promovam o envelhecimento ativo em todas as suas

dimensões, com foco na inovação e estímulo às novas tecnologias, relações sociais e atitudes voluntárias, cidadania e direitos. Classificação: 60 anos.

Serviço

Trabalho Social com Grupos

23/03/2018

Sexta, das 14h às 16h

Sala Multiuso I

Grátis

Sesc+ Vida 2018 - Palestra A Mulher Idosa

É uma ação pontual tendo como objetivo a apresentação de um tema em comum ao grupo, oportunizando a disseminação de temas importantes na vida dos idosos e grupos de interesse. A palestra pode e deve oportunizar o diálogo e a troca de experiência entre o profissional e os participantes. Tema: Palestra A Mulher Idosa. Classificação: 60 anos.

Serviço

Trabalho Social com Grupos

28/03/2018

Quarta, das 14h às 15h

Sala Multiuso I

Grátis

LITERATURA

Panorama Sesc - Biblioteca

Espaço dedicado à literatura e ao incentivo da busca de informações, com um acervo literário adulto, infantil, infanto-juvenil. Revistas, jornais, livros com renovações frequentes, internet etc. Visita orientada de grupos à biblioteca com exercícios de dinamização de leitura, manuseio do acervo e divulgação das atividades. Empréstimo de livros. Classificação: Livre.

Serviço:

01/03/2018 à 31/03/2018 (Atividade Contínua)

Terça a sexta, das 9h às 20h

Sábados, domingos e feriados, das 09h às 18h

Biblioteca

Documentos necessários para empréstimo: Associados Sesc: carteira Sesc atualizada, comprovante de residência atual e identidade. Não associados: Identidade, comprovante de residência atual, comprovante escolar.

Grátis

PALESTRA E DEBATES

Comer é Divertido 2018

Por meio de atividades de interação entre profissionais e crianças abordaremos assuntos relativos à alimentação, considerando suas diversas dimensões, objetivando contribuir para a formação de hábitos alimentares mais saudáveis e conscientes.

Serviço:

Educação em Saúde

06/03/2018 à 28/03/2018

Terça e Quarta, das 14h às 15h

Sala Multiuso IV

Grátis

Agendamento prévio de escolas pelo telefone (24) 225-6601.

Saúde Atitude 2018

O Projeto Saúde Atitude 2018 tem por objetivo promover ações de saúde continuadas, agregando valor ao trabalho educativo em saúde de caráter preventivo, que estimule a prática de atitudes saudáveis de forma dinâmica e interativa, através de diversas linguagens. Esse mês: teremos como temática a prevenção dos agravos à saúde no verão através de orientações de saúde.

Serviço:

Educação em Saúde

06/03/2018 à 28/03/2018

Terça e Quarta, das 15h30 às 16h30

Sala Multiuso IV

Grátis

Agendamento prévio de escolas pelo telefone (24) 225-6601.

TEATRO SESC GINÁSTICO

SESC TEMPORADAS

A Visita da Velha Senhora

O texto do suíço Friedrich Dürrenmatt apresenta um olhar irônico sobre a fragilidade dos nossos valores morais, da justiça e da esperança. Na trama, uma milionária promete salvar os cidadãos da cidade de Gullen da falência. Em troca, porém, alguém deve matar o homem por quem ela se apaixonou na juventude e que a abandonou grávida.

Por Denise Fraga

"Amo a comédia porque confio no humor e na ironia como um poderoso agente para a reflexão. Só se ri daquilo que se entende. O humor chama o pensamento e, com isso, dá eficácia e prazer à comunicação de uma ideia. É incrível como muitos dos autores tidos como clássicos confiavam nisso, mas estão com a risada do público presa na poeira de suas linhas. É preciso sacudi-las, dar uma escovada, deixá-las voar.

Brecht dizia: divertir para comunicar. Me identifico com isso. Divertir o público e mandá-lo para casa em estado de reflexão é o que tem me garantido a sensação de plenitude com o meu ofício. O sucesso de Alma Boa e Galileu me confirmaram a popularidade de Brecht. Mais da metade de nosso público talvez nunca tivesse ouvido falar dele, mas nem por isso deixaram de ser completamente capturados por sua genialidade.

Esta necessidade de propagar aquilo que me tocou o coração, dar-lhe comunicação e clareza para ver mover no outro o que moveu em mim, se tornou mesmo a grande força motriz de meu trabalho. Tem dado certo. E a cada espetáculo renovo minha esperança de continuar fazendo o Teatro em que acredito".

Ficha técnica:

Autor: Friederich Dürrenmatt | Stage rights: Diogenes Verlag AG Zürich | Tradução: Christine Röhrig | Adaptação: Christine Röhrig, Denise Fraga e Maristela Chelala | Direção geral: Luiz Villaça | Direção de produção: José Maria | Elenco: Denise Fraga, Tuca Andrade, Ary França, Fábio Herford, David Taiyu, Romis Ferreira, Maristela Chelala, Renato Caldas, Eduardo Estrela, Beto Matos, Luiz Ramalho e Rafael Faustino |

Direção de arte: Ronaldo Fraga | Direção musical e trilha original: Dimi Kireeff | Desenho de luz: Nadja Naira | Direção de movimento: Keila Bueno | Direção vocal: Lucia Gayotto | Visagismo: Simone Batata | Assistente de direção: André Dib | Assistente de produção musical: Nara Guimarães | Engenheiro de mixagem: Fernando Gressler | Produção executiva: Marita Prado | Assistente de produção: Cristiane Ferreira | Camareira: Maria da Guia | Assistente de iluminação: Robson Lima | Design de som: Carlos Henrique | Cenotécnicos: Jeferson Batista de Santana, Edmilson Ferreira da Silva, Douglas Caldas | Assessoria financeira: Valkíria Góes | Fotografia: Cacá Bernardes, Elena Vássina - Núcleo Experimental: Nikolay Erofeev | Assessoria de imprensa: Morente Forte Comunicações | Produção: NIA Teatro

Serviço:

01 a 25/03

Sexta e sábado, 19h

Domingo, 18h

Estreia no dia 01 de março será às 20h e sessões extras dos dias 23 e 24 às 15h

Valor de ingresso: R\$ 30,00 (inteira) | R\$ 15,00 (meia-entrada) | R\$ 7,50 (associado Sesc)

Classificação: 14 anos

MÚSICA

Ana Cañas

Ana Cañas estreou em 2007 no cenário musical brasileiro com o lançamento do álbum "Amor e Caos", revelação musical do ano. Concorreu ao Prêmio Multishow 2008, na categoria 'Revelação". Em 2009, lança o segundo disco de estúdio, intitulado "Hein?"

Em 2012, Ana retorna ao estúdio e lança o disco "Volta" e, em 2015, lança seu quarto álbum, o primeiro totalmente autoral, "Tô na Vida".

Serviço:

13/03

Terça, 19h

Rock, Pop

Valor de ingresso: R\$ 30,00 (inteira) | R\$ 15,00 (meia-entrada) | R\$ 7,50 (associado Sesc)

Classificação: Livre