

# AGENDA SESC

JAN | 2019

Rio de Janeiro | Ano 2 | Nº 8



COM VOCÊ, A GENTE  
FAZ O MELHOR VERÃO.



## DEM VIVER O SESC VERÃO

Diversas atividades esperam  
por você nas areias e nas  
Unidades.

p. 3

ARTES CÊNICAS  
**O PEQUENO PRÍNCIPE PRETO**  
p. 23

PROJETOS ESPECIAIS  
**VERÃO SÊNIOR**  
p. 8, 10, 14 e 34

**Sesc**



## *A solidariedade é o nosso principal ingrediente.*

Integrante da rede nacional de bancos de alimentos contra a fome e o desperdício, o Mesa Brasil Sesc RJ leva alimentos de quem pode doar para quem precisa receber.

Sua atuação se amplia ainda mais com ações educativas voltadas para as **instituições sociais** que recebem as doações, incentivando a criação de receitas que aproveitam integralmente os alimentos.

Uma verdadeira **rede de solidariedade** que também combate outras fomes, como a de **inclusão, cidadania e desenvolvimento social**.

Saiba mais em [www.sescrj.org.br/mesabrasil](http://www.sescrj.org.br/mesabrasil) | 0800 0222026

 [www.sescrj.org.br](http://www.sescrj.org.br)

 SescRJ

 sescrj

 4020-2101



# DEM VIVER O SESC

## SUMÁRIO

JAN | 2019

Rio de Janeiro | Ano 2 | Nº 8

DESTAQUE 3

As nomenclaturas informadas correspondem às seguintes categorias:

**habilitado Sesc** - Os descontos para habilitados só serão concedidos mediante a apresentação do Cartão Sesc válido e documento de identificação com foto na entrada das atividades. O Cartão Sesc é direito pessoal e intransferível. Para saber quem tem direito ao benefício e se cadastrar, vá até uma Unidade Sesc e saiba mais.

**conv. (=convênio)** - Instituições que tenham efetuado o termo de convênio com o Sesc - Departamento Regional Rio de Janeiro - para que seus funcionários e/ou beneficiários possam usufruir dos nossos produtos e serviços.

**meia-entrada** - Estudantes, jovens até 21 anos, pessoas com deficiência e seu acompanhante, idosos acima de 60 anos, além de professores e profissionais da rede municipal de Barra Mansa, Duque de Caxias, Nova Friburgo, Rio de Janeiro e Teresópolis, professores das redes pública e privada de Petrópolis e jovens de baixa renda, entre 15 e 29 anos, inscritos no Cadastro Único para Programas Sociais do Governo Federal (CadÚnico), de acordo com a legislação vigente.

A meia-entrada é concedida mediante a apresentação dos documentos comprobatórios da condição de beneficiário, de acordo com a legislação específica para cada caso, e válida para espetáculos teatrais, musicais e circenses, exibições cinematográficas, eventos esportivos e outros similares nessas áreas, sendo assegurada em, no mínimo, 40% do total de ingressos disponíveis até 48 horas antes do evento, conforme determina o Decreto nº 8.537/2015.

**Público inscrito no Programa de Comprometimento e Gratuidade**

O Programa de Comprometimento e Gratuidade (PCG) atende, prioritariamente, os trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, seus dependentes e estudantes da rede pública de Educação Básica, todos com renda familiar até três salários mínimos nacionais. Para se cadastrar e aproveitar esse benefício, vá até uma Unidade Sesc do Rio de Janeiro e saiba mais.

A classificação indicativa das atrações nas Unidades do Sesc deve ser respeitada. Não é permitida a entrada de menores abaixo da classificação, mesmo em companhia dos responsáveis legais.

Os horários de retorno das atividades de Turismo são previsões aproximadas, podendo sofrer alterações. Essas atividades oferecem descontos especiais para habilitados Sesc, estudantes (est.), idosos (id.), convênio (conv.) e jovens até 21 anos (< 21). Estão incluídos em todos os passeios e excursões: transporte em veículo executivo, guia acompanhante e seguro de viagem. As vagas são limitadas.

SESC  
BARRA MANSA  
6

SESC CAMPOS  
8

SESC  
COPACABANA  
10

SESC  
DUQUE DE CAXIAS  
12

SESC ENGENHO  
DE DENTRO  
14

SESC MADUREIRA  
16

SESC NITERÓI  
19

SESC  
NOVA FRIBURGO  
21

SESC  
NOVA IGUAÇU  
23

SESC PARQUE  
RADICAL  
24

SESC QUITANDINHA  
26

SESC RAMOS  
27

SESC  
SANTA LUZIA  
29

SESC  
SÃO JOÃO  
DE MERITI  
30

SESC  
TERESÓPOLIS  
32

SESC TIJUCA  
34

SESC  
TRÊS RIOS  
36

TEATRO SESC  
GINÁSTICO  
38

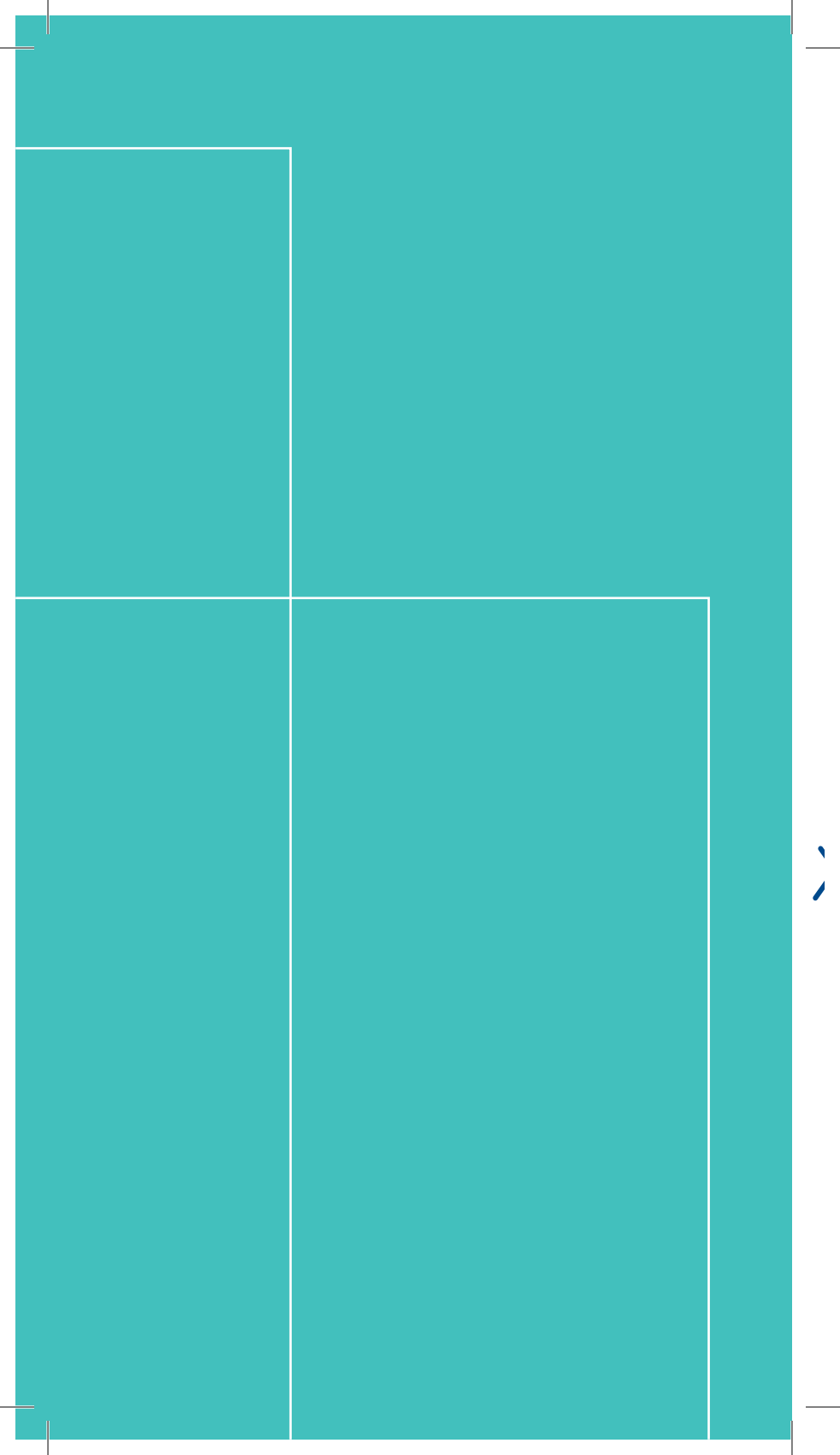
## TURISMO SOCIAL

PASSEIOS E  
EXCURSÕES

COM O SESC  
POR AQUI -  
PASSEIOS  
40

COM O SESC  
POR AÍ -  
EXCURSÕES  
47

Sesc



## DESTAQUE

### COM VOCÊ, A GENTE FAZ O MELHOR VERÃO.

*Esporte, recreação, passeios, música e muitas atividades estão na programação.*

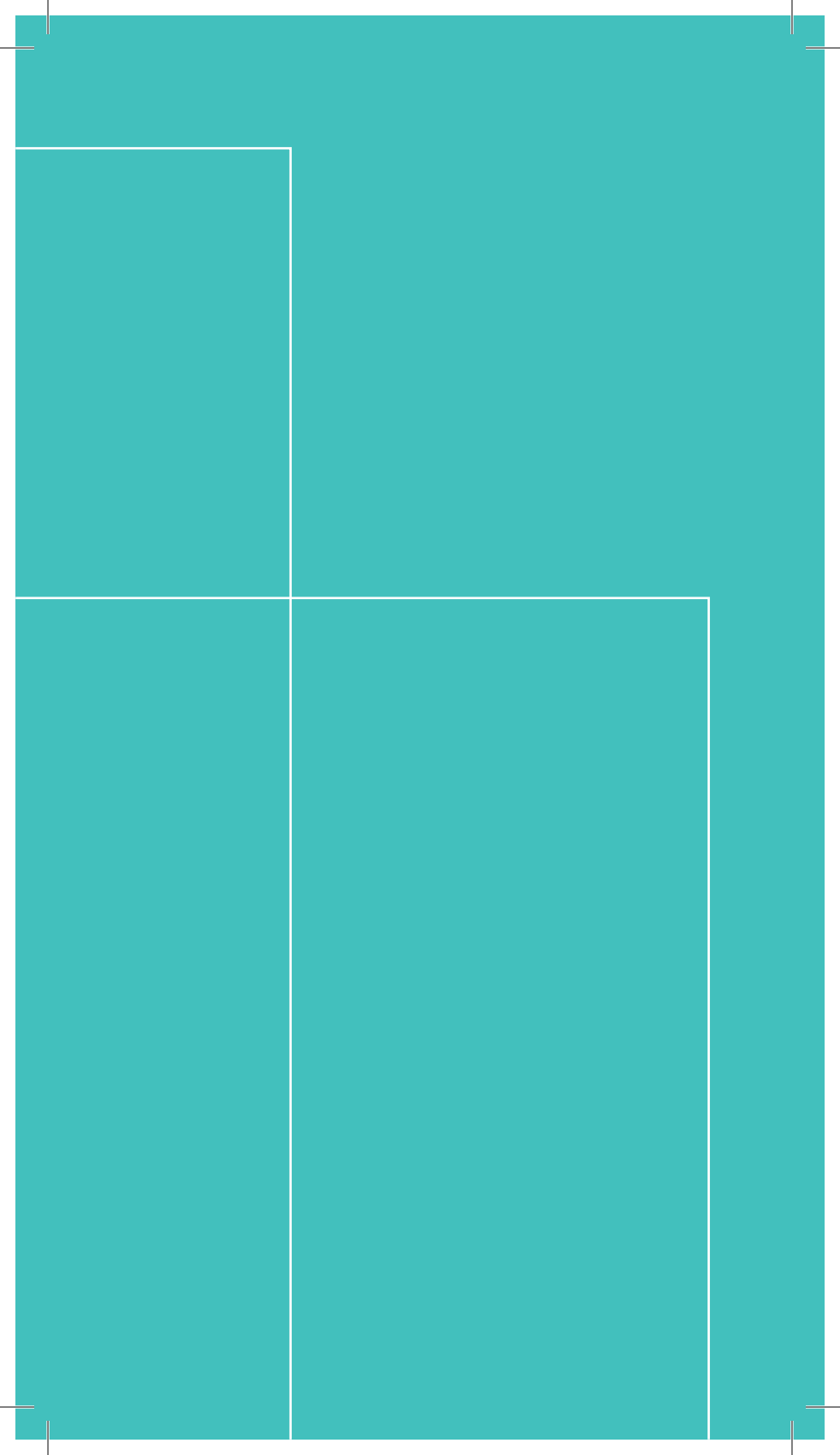
Chegou o verão! Um verdadeiro convite para sair de casa, tomar sol, praticar esportes, brincar, mergulhar, encontrar pessoas. É pensando em todas essas possibilidades da estação mais quente e divertida do ano, que convidamos a todos para participar do Sesc Verão, durante os meses de janeiro e fevereiro.

Serão diversas atividades gratuitas para você se refrescar, relaxar e curtir em uma extensa e variada programação, que acontece tanto nas Unidades quanto nas areias. Isso mesmo! Copacabana, Campos e Rio das Ostras receberão grandes arenas montadas nas praias com recreação, esporte, música, aulas esportivas, circuito funcional e muito mais.

Tem slackline, beach tênis, vôlei, futebol de praia, aulas de ritmos e lutas, apresentações de teatro, contação de histórias, oficinas diversas, aulas de ginástica, ações de saúde e educação, exibição de curtas e grandes shows, entre outras atividades. É programação para todas as idades! Não dá pra perder, né?

Então, prepare o protetor solar, reúna a família e os amigos, e vem viver o Sesc Verão! Afinal, com você, a gente faz o melhor verão. Confira a programação completa das Unidades e praias, e aproveite: [www.sescrio.org.br](http://www.sescrio.org.br).





# PROGRAMAÇÃO

A programação pode sofrer alterações sem notificação prévia. Certifique-se de datas, locais, horários e classificação indicativa das atrações nos canais institucionais do Sesc RJ.

# SESC BARRA MANSA

Rua Tenente José Eduardo, 560 – Ano Bom

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal:  
504.849 \ Validade: indeterminada

## EXPOSIÇÕES

### FLOR DA PELE

Até 31/1 | 3ª a 6ª, 9h às 21h.

Sábados, domingos e feriados,

9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A exposição retrata o cotidiano, vivência e belezas da mulher negra na contemporaneidade, por meio de desenhos e pinturas com características do estilo *Graffiti*.

## LITERATURA

### CANTO DA VIRAÇÃO

6/1 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Ronaldo Mota traz poemas de Carlos Drummond de Andrade, Manuel Bandeira, Ferreira Gullar e João Guimarães Rosa. Apresentação ocorrerá em toda a unidade, de maneira itinerante.

### CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

27/1 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Apresentação de histórias que despertam no público o imaginário, emoções, conhecimentos e preservação da cultura por meio das narrativas retratadas.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### LAZER NO SESC

Até 31/1 | Sábados e domingos,

9h às 17h30 | Livre | **GRÁTIS**

Atividades e espaços recreativos para toda a família. Em janeiro: *oficinas hidro recreativas, escalada, slackline, brinquedoteca, brinquedos infláveis e parquinho sesc*.

## IDOSOS

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

15/1 | 15h | 50 anos | **GRÁTIS**

A reunião de convivência tem por objetivo proporcionar qualidade de vida aos idosos por meio de momentos de convivência harmoniosa, com troca de experiências e empoderamento desses sujeitos.

### VERÃO SÊNIOR

23/1 a 26/1 | 9h às 17h |

### 50 anos | **GRÁTIS**

O projeto propõe atividades que promovam novas experiências aos idosos, bem como a integração do grupo de forma lúdica, leve e descontraída.

## INFANTIL

### ESPETÁCULO TEATRAL INFANTIL

13/1 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Apresentação de circo-teatro em frente ao casarão do Sesc Barra Mansa. Todo domingo, o Sesc Barra Mansa oferece programação infantil a partir das 15h, com contações de história, apresentações musicais, teatro e filmes.

### COMER É DIVERTIDO

13/1 e 27/1 | 10h às 15h |

Livre | **GRÁTIS**

Metodologia participativa, dialógica e visão ampliada da saúde, com a utilização de jogos educativos. Cuidados com saúde, higiene e alimentação de maneira lúdica.

## PALESTRAS E DEBATES

### SAÚDE E ATITUDE

6/1 e 20/1 | 10h às 14h | Livre | **GRÁTIS**

Orientações, uma campanha de alerta para o verão com assuntos sobre hidratação e câncer de pele.

### FITOTERAPIA - VOCÊ SABIA QUE PODE AUXILIAR NA SUA SAÚDE?

13/1 e 27/1 | 10h às 15h |

Livre | **GRÁTIS**

Orientações sobre a fitoterapia que é baseada na presença de princípios ativos de origem vegetal, ou seja, ela é um tratamento e serve como forma de prevenção de doenças utilizando plantas.

## CURSOS E OFICINAS

### IMERSÃO EM LÍNGUA ESTRANGEIRA

Até 31/1 | 15 anos | **GRÁTIS** (PCG),

R\$ 70 (habilitado Sesc), R\$ 140.

Os cursos são formados por módulos de



60h cada, nos níveis básico, intermediário e avançado. As aulas são presenciais e contam com um material didático atual e dinâmico. Além dos horários durante a semana, há também a opção de aulas aos sábados. As turmas são: Turma 1 (Inglês Básico), 3ª e 5ª das 18h30 às 20h. Turma 2 (Inglês Básico), 4ª e 6ª das 9h30 às 11h. Turma 3 (Inglês Básico), sábado das 9h às 12h.

#### **GELADINHO GOURMET**

**5/1 a 27/1** | Sábados e domingos, 13h às 17h | 16 anos | **GRÁTIS**  
A oficina tem como objetivo ensinar os alunos a fazer deliciosos geladinhos gourmet, bem como explicar o cálculo dos custos e da venda. O geladinho gourmet está na moda e é um produto fácil de comercialização.

#### **SAÚDE BUCAL**

**15/1 e 16/1, 23/1 e 24/1** | 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Discussão sobre medidas preventivas para a saúde bucal por meio de bate-papo, orientações, escovação, aplicação de flúor e bocal inflável.

## PROJETOS ESPECIAIS

#### **SESC VERÃO**

**8/1 a 27/1** | 9h às 21h | Livre | **GRÁTIS**  
O projeto visa proporcionar experiências valiosas, esclarecedoras e divertidas não só para os trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, como também para toda a sociedade. Experiências que reforcem que o coletivo constrói mais que o individual. Juntos, construímos mais conhecimento, mais informação, mais crescimento para todos os indivíduos e para o planeta.

#### **COLÔNIA DE FÉRIAS**

**15/1 a 1/2** | 13h às 17h | 6 a 12 anos | R\$ 110 (habilitado Sesc) e R\$ 220  
A ideia central é trabalhar a multidisciplinariedade integrada ao incentivo da prática esportiva. Para saber mais sobre os documentos necessários para a inscrição, confira no site [www.sescrio.org.br](http://www.sescrio.org.br) ou em nossa Central de Atendimento pelo telefone (24) 3324-2630.

## MÚSICA

### VITOR VIEIRA TRIO

**24/1** | 19h | Livre | Entrada solidária:

1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. Nascido em Campos, o baterista apresenta seu projeto Vitor Vieira Trio, ao lado dos André Barros na guitarra e Dudu Viana ao piano.

## EXPOSIÇÕES

### CONEXÕES ENTRE O TUDO E O NADA

**6/1 a 30/1** | 3ª a 6ª, 9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

Exposição com abordagem de conceitos tecnológicos a partir de um olhar artístico.

### SAÚDE E ATITUDE

**15/1 a 31/1** | 3ª a 6ª, 9h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

Exposição mediada com macro modelos do corpo humano, explicando seu funcionamento e as doenças que podem comprometer sua funcionalidade.

## LITERATURA

### PONTO DE LEITURA

**5/1 a 27/1** | Sábados e domingos, 10h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

Espaço de leitura, um ambiente interativo e acolhedor com acervo literário disponível pra crianças e adultos.

### O MUNDO DA MARI DE FAZ DE CONTA

**23/1** | 13h30 | Livre | **GRÁTIS**

Na roda de leitura musical de *O Mundo da Mari de Faz de Conta* acontecem atividades de musicalização, jogos, imitações, adivinha, contação de historinhas, brincadeiras do tempo da vovó com bambolês e túnel de tecido, além de oficinas de desenho com colagem e fabricação de fantoches de papel. É uma aproximação entre a criança e o livro, de modo lúdico, com caixas de objetos com material reciclado e acompanhada de cantigas de roda e ciranda.

## FILMES E VÍDEOS

### MOSTRA NUEVA MIRADA

**12/1 e 26/1** | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Apresentação dos curtas: *O Irmão mais Velho, Meu Monstro e Eu, O Relógio de Areia, A Campanha, Sou Redondo, Sinfonia do Monstro, O Franco Caçador, Rising Hope, Lágrimas de um Palhaço, Sinalizador, Tarde ou Cedo.*

## IDOSOS

### VERÃO SÊNIOR

**8/1 a 12/1** | 8h às 12h | 55 anos | Inscrição solidária: mediante a doação de 5 kg de alimentos não perecíveis, que serão repassados ao projeto Mesa Brasil. Com o lema *O verão nos une*, a programação apresenta uma gama de atividades voltadas ao lazer e à qualidade de vida para o público da terceira idade. Além das atividades internas, a programação conta com: passeio em parceria com o Setor do Turismo, aulas de dança de rua, hidroginástica, gincana, dentre outras.

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

**29/1** | 8h às 10h | 55 anos | **GRÁTIS**

Reunião para apresentação do Projeto Sesc+ Vida e formação do grupo participante de 2019. Ao longo do ano, o projeto desenvolve cursos, oficinas, encontros e outras atividades voltadas para a qualidade de vida na terceira idade.

## PALESTRAS E DEBATES

### MENTE SÁ CORPO SÃO

**11/1 a 25/1** | 6ªs, 9h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

Nossa mente e nosso corpo estão em interação o tempo todo. Para permanermos saudáveis, precisamos buscar o equilíbrio entre mente e corpo. Um desajustamento emocional pode afetar nosso corpo, bem como uma alteração orgânica ou um sintoma no corpo pode afetar nossa mente. Com isso o Sesc oferece 3 palestras

mensais no mês de janeiro falando de saúde, doença, família, vida, morte dentre outros fatores do cotidiano.

## CURSOS E OFICINAS

### CRIATIVIDADE

**5/1 a 26/1** | Sábados, 10h às 14h | 16 anos | **GRÁTIS**

Oficinas para a degustação de técnicas variadas e criativas para despertar o interesse pelos trabalhos manuais e vislumbrar possibilidades de geração de renda. As temáticas trabalhadas serão: acessórios de verão e bijoias.

### REAPROVEITAMENTO DE MATERIAIS

**6/1 a 27/1** | Domingos, 10h às 14h | 10 anos | **GRÁTIS**

Aprenda a recriar peças utilitárias a partir da reutilização de materiais que seriam destinados ao lixo.

### CARTONAGEM

**8/1 a 30/1** | 3<sup>as</sup> e 4<sup>as</sup>, 13h às 17h | 16 anos | **GRÁTIS**

A técnica tem como objetivo a criação de lindas peças com tecido, cola e papel, além da possibilidade de geração de renda a partir de trabalhos manuais de boa aceitação no mercado. Inscrição prévia no setor de matrículas.

### COSTURA EM FELTRO

**8/1 a 30/1** | 3<sup>as</sup> e 4<sup>as</sup>, 8h às 12h | 16 anos | **GRÁTIS**

O curso propõe apresentar técnicas iniciais de costura feltro. O tecido tem destaque no artesanato por ser um material bastante versátil de ser trabalhado. A partir do ensino de técnicas e da utilização de materiais com baixo investimento, o projeto busca uma forma alternativa de geração de renda para seus participantes. Inscrição prévia no setor de matrículas.

### KOKEDAMAS

**10/1** | 10h às 13h | 16 anos | **GRÁTIS**

A kokedama é uma técnica de plantio japonesa, que cria lindos arranjos para grandes ou pequenos espaços. Os participantes interessados poderão solicitar declaração de participação. Inscrição prévia no setor de matrículas.

### TERRÁRIOS

**17/1** | 10h às 13h | 16 anos | **GRÁTIS**  
Crie um minijardim, com a reprodução

de um eco sistema completo em um recipiente de vidro. Os participantes interessados poderão solicitar declaração de participação. Inscrição prévia no setor de matrículas.

### PRODUÇÃO DE MUDAS

**24/1** | 10h às 13h | 16 anos | **GRÁTIS**

Aprenda a criar mudas diversas com a técnica de germinação de sementes. Os participantes interessados poderão solicitar declaração de participação. Inscrição prévia no setor de matrículas.

### PODAS E ENXERTOS

**31/1** | 10h às 13h | 16 anos | **GRÁTIS**

Aprenda a podar plantas no período correto e pratique a técnica de enxertar. Os participantes interessados poderão solicitar declaração de participação. Inscrição prévia no setor de matrículas.

## PROJETOS ESPECIAIS

### SAÚDE E ATITUDE

**11/1, 21/1 e 31/1** | 10h às 13h | Livre | **GRÁTIS**

Em janeiro, o projeto *Saúde e Atitude* oferece uma oficina de arte terapia e seus benefícios na saúde. A prática se preocupa com o indivíduo, não sendo um projeto sobre ele, e sim com ele, a partir de seu mal-estar e de seu desejo de mudança. Serão três oficinas de 3h cada.

### SAÚDE BUCAL

**15/1 a 31/1** | 3<sup>as</sup> a 6<sup>as</sup>, 9h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

A saúde bucal reflete diretamente na saúde geral. Essa frase resume a importância dos dentes. Responsáveis pela mastigação dos alimentos, pela articulação de palavras e, principalmente, um fator determinante na estética, eles são estruturas primordiais para o organismo. Toda essa funcionalidade pode ser comprometida se houver má posição dentária. Dentes tortos ou mal posicionados podem provocar dificuldade para mastigar e engolir os alimentos, alterar fala e dicção, favorecer a respiração pela boca e, conseqüentemente, gerar falta de saliva, além de serem mais suscetíveis às cáries e comprometerem a autoestima (estética). No mês de janeiro iremos oferecer o projeto de sorriso saudável onde faremos ações de: orientação, escovação, fluoretação e distribuição da escova (mediante a orientação).

## ARTES CÊNICAS

### ORQUESTRA MANOUCHE - UTOPIAS REAIS

**3/1 a 27/1** | 5ª a domingo, 19h |  
12 anos | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 7,50 (habilitado Sesc), R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 30.  
Utopias Reais é um manifesto sob a forma de um espetáculo híbrido, onde as músicas da Orquestra Manouche se fundem ao desenho de cenas que o texto poético propõe. Com uma linguagem inovadora, os artistas dão vida aos objetos cênico-musicais, revelando o temperamento da personalidade de cada instrumento, como um ser vivo que se expressa por vontade própria. Uma experiência única e surpreendente. Direção de Leticia Medella. Com a Orquestra Manouche.

### MALDITOS

**4/1 a 27/1** | 6ª a domingo, 20h |  
16 anos | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 7,50 (habilitado Sesc), R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 30.  
A nova criação da companhia de dança Renato Vieira bebe na fonte de todo um movimento que surgiu no século XIX e popularizou os autores que passaram a ser conhecidos como "poetas malditos". O grupo propunha uma escrita livre e revolucionária, cheia de símbolos e musicalidade, além de rejeitar o rigor e a disciplina de seus antecessores. Direção de Renato Vieira. Com Bruno Cezario, Soraya Bastos, Felipe Padilha, Elton Sacramento, Pedro Quaresma e Hugo Lopes.

### O CEGO E O LOUCO

**4/1 a 27/1** | 6ª a domingo, 18h |  
12 anos | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 7,50 (habilitado Sesc), R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 30.  
Nestor e Lázaro são dois irmãos sexagenários, que dividem o mesmo apartamento e o mesmo cotidiano solitário. Devido a uma cegueira contraída na juventude, Nestor largou a pintura e ficou aos cuidados do dedicado e submisso Lázaro, seu irmão mais novo. A forte personalidade de um se

contrapõe com a fragilidade do outro e ambos passam o tempo entre pequenas rusgas e jogos de dominação e poder. Direção de Gustavo Wabner. Com Alexandre Lino e Daniel Dias da Silva.

## LITERATURA

### HISTÓRIAS DO REISADO

**5/1 e 19/1** | 10h | Livre | **GRÁTIS**  
A atividade reúne elementos da cultura da Folia de Reis brasileira e é conduzida por sua figura de destaque, o palhaço. Na apresentação, o palhaço é um ex-soldado de Herodes que, ao ver o menino Jesus, se converte e não pode mais voltar para contar ao maldoso rei romano onde está o menino Deus. Com Paulinha Cavalcanti e Isadora Scheer.

## CURSOS E OFICINAS

### BIJUTERIAS E ASSESSÓRIOS DE VERÃO

**9/1 a 30/1** | 4ªs, 14h às 17h |  
16 anos | **GRÁTIS**  
Aprenda a fazer lindas bijuterias em tecido e sementes, que são a cara do Verão. Em janeiro, vamos oferecer um ciclo de atividades que buscam a valorização e o empoderamento feminino por meio da arte, cultura e questões relacionadas à saúde da mulher. Inscrições por e-mail (luiza.oliveira@sesc.org.br) ou na Central de Atendimento da Unidade.

### TÉCNICA DE PINTURA EM TECIDO (ECOBAGS E OUTROS TECIDOS)

**10/1 a 31/1** | 5ª, 14h às  
17h | 16 anos | **GRÁTIS**  
Os participantes aprenderão a técnica de pintura com stencil, para aplicação de temas que remetem ao Verão em ecobags e outros tecidos. Inscrições por e-mail (luiza.oliveira@sesc.org.br) ou na Central de Atendimento da Unidade.

### SORVETE / SACOLÉ GOUMERT

**19/1 e 20/1** | 14h às 17h |  
16 anos | **GRÁTIS**

Durante os encontros, os participantes aprenderão técnicas de produção de sorvete e sacolé, além de conhecer receitas sofisticadas, que poderão auxiliar na complementação da renda. Em janeiro, vamos oferecer um ciclo de atividades que buscam a valorização e o empoderamento feminino por meio da arte, cultura e questões relacionadas à saúde da mulher. Inscrições por e-mail ([luiza.oliveira@sesc.org.br](mailto:luiza.oliveira@sesc.org.br)) ou na Central de Atendimento da Unidade.

## PROJETOS ESPECIAIS

### SESC VERÃO

12/1 a 27/1 | 9h e 15h |

Livre | **GRÁTIS**

O projeto Sesc Verão 2019 busca proporcionar experiências valiosas, esclarecedoras e divertidas, promovendo ações que agreguem informação e boas memórias para o público participante, com oficinas esportivas e recreativas, ações educativas e de saúde.

# SESC DUQUE DE CAXIAS

Rua General Argolo, 47 – Jardim 25 de Agosto

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal:  
7838972 / Validade: indeterminada | Certificado  
de Aprovação do CBMERJ: CR00008/18  
DPP SÉRIE AA nº 484496 / Validade: 11/1/2019

## ARTES CÊNICAS

### CONFISSÕES DE UM SENHOR DE IDADE

**19/1** | 14h | 10 anos | **GRÁTIS**  
Idealizada e interpretada pelo ator Flavio Migliaccio, a peça apresenta sua visão, suas experiências, suas cores e seu humor. Num diálogo bem-humorado com Deus, ele conta suas histórias, memórias, saudades e até tristezas, dividindo com o público uma vida dedicada à arte de interpretar.

## MÚSICA

### SAMBA COM FEIJÃO

**26/1** | 13h | Livre | Entrada solidária: mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. O projeto *Samba e Feijão* leva à Unidade uma roda de samba com diferentes convidados. Personalidades e grupos importantes do cenário do samba carioca ressaltam os valores imateriais dessa manifestação popular. Uma ótima opção para curtir um bom samba de raiz, além do tradicional feijão preto temperado. Em janeiro, a roda de samba Samba do Amigo dá um tom mais informal para os amantes desse gênero musical, resgatando obras de Cartola, Candeia, João Nogueira e Dorival Caymmi, entre outros.

## EXPOSIÇÕES

### ÁRVORES DE NATAL

**2/1 a 31/1** | 9h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Decoração de árvores de natal. Bonsais, e outras espécies tipicamente brasileiras, decoradas com enfeites natalinos inspirados nas tradições do Brasil.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### SESC VERÃO

**5/1 a 26/1** | Sábados, 9h às 11h | Livre | **GRÁTIS**  
Aulas especiais de diversas modalidades

para a promoção do bem-estar dos frequentadores da Unidade, abertas para os praticantes das modalidades em geral. Na programação: Pilates, Alongamento, Yoga e Ritmos. Além de recreação esportiva e animação para o público infantil. Crianças até 12 anos, somente acompanhadas.

## IDOSOS

### VERÃO SÊNIOR

**8/1 a 31/1** | 50 anos | **GRÁTIS**  
O projeto propõe atividades que promovam novas experiências aos idosos, bem como a integração do grupo de forma lúdica, leve e descontraída. Na programação: Dança do Ventre (10/1 a 31/1 | 5<sup>as</sup>, 8h30 às 12h), Musicalização (8/1 a 30/1 | 4<sup>as</sup>, 8h30 às 12h), Consciência Corporal (8/1 a 29/1 | 3<sup>as</sup>, 8h30 às 12h), Dança de Salão (12/1 a 26/1 | Sábados, 13h às 17h), Percussão (10/1 a 31/1 | 5<sup>as</sup>, 13h às 17h).

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

**8/1 e 15/1** | 13h | 50 anos | **GRÁTIS**  
A reunião de convivência tem por objetivo proporcionar qualidade de vida aos idosos, por meio de momentos de convivência harmoniosa, com troca de experiências e empoderamento dos participantes. Reunião de abertura e informes para o ano, inscrições na colônia de férias Verão Sênior e informes gerais sobre a programação. Agendamento de atendimentos de inscrições para o grupo de idosos da unidade.

### DOENÇAS NEUROLÓGICAS NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: ENTENDENDO E PREVENINDO

**26/1** | 10h30 | 50 anos | **GRÁTIS**  
Palestras de temáticas diversas para idosos. A palestra abordará as doenças mais predominantes no processo de envelhecimento, pesquisas e dados da atualidade, maneiras de prevenção, sintomas e formas de detectar o problema.

## CURSOS E OFICINAS

### ARTESANATO COM REAPROVEITAMENTO DE MATERIAL

2/1 a 30/1 | 4<sup>as</sup>, 10h as 12h | Livre | **GRÁTIS**

Oficina para produção de artesanato com baixo custo, com materiais de reaproveitamento, como caixas de leite, tecidos, dentre outro.

### CULTIVO DE SUCULENTAS

4/1 a 26/1 | 6<sup>as</sup> e sábados, 10h as 12h | Livre | **GRÁTIS**

Orientação sobre formas de cultivo de diversas espécies de suculentas, seu plantio e manutenção.

### ARTE TERAPIA PARA CRIANÇAS E PAIS

12/1 a 26/1 | Sábados, 13h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

A oficina tem como finalidade criar um espaço para a expressão criativa, a comunicação, o contato com potenciais da personalidade em seus aspectos cognitivo, emocional e sensorial por meio dos órgãos dos sentidos (visão, audição, tato, olfato, paladar).

### CUSTOMIZAÇÃO E APLICAÇÕES DIVERSAS EM TECIDO

12/1 a 26/1 | Sábados, 13h às 17h | 16 anos | **GRÁTIS**

Venha aprender a customizar peças e realizar aplicações diversas em tecido com técnicas de pintura.

## PROJETOS ESPECIAIS

### COLÔNIA DE FÉRIAS

15/1 a 1/2 | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 13h às 17h | 6 a 12 anos | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 110 (habilitado Sesc), R\$ 220.

Programação lúdica e educativa nas áreas recreativas, culturais, de saúde e para todas as crianças. Serão oferecidas ainda as seguintes atividades: Oficina de bijuterias, Oficina de confecção de brinquedos, Oficina de pintura livre, Oficina de fantoche/dedoche e Oficina de Jogos e brincadeiras da cultura popular.

### ECONOMIA CRIATIVA EM FOCO

29/1 | 10h às 16h | **GRÁTIS**

Encontro para troca de experiências, mapeamento e planejamento de ações que desenvolvam a comunidade por meio da economia criativa

# SESC ENGENHO DE DENTRO

Av. Amaro Cavalcanti, 1.661 –  
Engenho de Dentro

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal:  
0059681-7 / Validade: indeterminada | Certifi-  
cado de Aprovação do CBMERJ: 00221/2017

## EXPOSIÇÕES

### ILUSTRADORAS!

**Até 25/1** | 3ª a 6ª, 9h às 20h. Sábados e domingos, 9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**  
A exposição coletiva Ilustradoras reúne trabalhos inéditos de mulheres artistas com o intuito de apresentar e evidenciar a produção artística feminina na área da ilustração.

## LITERATURA

### HISTÓRIAS ASSOMBRADAS PARA BORRAR AS CALÇAS

**17/1** | 14h às 15h | Livre | **GRÁTIS**  
Histórias assombradas da cultura popular, que ganham forma e voz levando para o palco contos passados de pai para filho. Serão contadas três histórias que foram desenvolvidas a partir de uma extensa pesquisa de contos e fábulas presentes no imaginário popular. São elas: *Pedro Malazartes - O Homem que não Tinha Medo de Nada*, Mario Angu e *Manual de Como Entrar no Mundo dos Mortos*.

## FILMES E VÍDEOS

### EU NÃO SOU SEU NEGRO

**10/1 e 12/1** | 12 anos | **GRÁTIS**  
O produtor Raoul Peck usa o livro inacabado de James Baldwin sobre o racismo nos EUA para examinar as questões raciais contemporâneas, com relatos sobre as vidas e assassinatos dos líderes ativistas Medgar Evers, Malcolm X e Martin Luther King Jr. Direção Raoul Peck. Documentário. 95min. EUA, 2017. Sessões nos dias 10/1 (19h) e 12/1 (15h).

### OS ÚLTIMOS DIAS EM HAVANA

**17/1 e 19/1** | 14 anos | **GRÁTIS**  
Miguel vive em Havana, Cuba, e passa seus dias sonhando em conseguir seu visto e ir para Nova York. Ele vive com outro homem, Diego, portador de HIV. A

relação dos dois amigos é totalmente abalada quando o visto de Miguel é liberado. Direção de Fernando Perez. Drama. 93min. Cuba, 2017. Sessões nos dias 17/1 (19h) e 19/1 (15h).

### GUERRA DO PARAGUAY

**24/1 e 26/1** | 16 anos | **GRÁTIS**  
Nessa metáfora poética sobre uma guerra sangrenta, um fato inesperado se torna real: um encontro do passado com o presente, da barbárie com a arte. Um soldado vindo da Guerra do Paraguai se encontra uma trupe de teatro dos dias de hoje. Direção de Luiz Rosemberg Filho. Drama. 80min. Brasil, 2017. Sessão nos dias 24/1 (19h) e 26/1 (15h).

### JOAQUIM

**31/1** | 19h | 16 anos | **GRÁTIS**  
A história do que levou Joaquim José da Silva Xavier, um dentista comum de Minas Gerais, a se tornar Tiradentes, transformando-se em um importante herói e mártir nacional que veio a liderar o levante popular conhecido como a Inconfidência Mineira. Direção de Marcelo Gomes. Drama. 97min. Brasil, 2017.

## INFANTIL

### MUSICALIZAÇÃO INFANTIL

**17/1 e 31/1** | 5<sup>os</sup>, 13h às 17h | 6 a 12 anos | **GRÁTIS**  
A atividade tem como fios condutores a música e o movimento. Indicada para crianças e suas companhias, conta com propostas de sensibilização musical e rítmica, cantorias, brincadeiras cantadas e expressão corporal, além da dança e do movimento, fundamentadas nos pressupostos da educação infantil e atentas à socialização e ao desenvolvimento.

### MINHA VIDA DE ABOBRINHA

**18/1** | 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Apelidado Abobrinha, Icare é um sensível menino de nove anos deixado pela polícia em um orfanato depois que sua mãe



falece. Deslocado neste novo universo, ele aos poucos começa a se relacionar com as outras crianças e descobre o significado de amizade e confiança. Direção de Claude Barras. Animação / Drama. 66 min. Suíça / França, 2017.

#### O MENINO NO ESPELHO

25/1 | 16h | Livre | **GRÁTIS**

Na Belo Horizonte dos anos 1930, Fernando é um garoto de 10 anos que está cansado de fazer as coisas chatas da vida. Seu sonho era criar um sócia, que ficasse com estas tarefas enquanto ele poderia se divertir à vontade. Até que um dia, seu reflexo deixa o espelho e ganha vida. Direção de Guilherme Fiúza Zenha. Drama. 78min. Brasil, 2014.

### CURSOS E OFICINAS

#### TEATRO

15/1 a 29/1 | 3<sup>as</sup>, 13h às 17h | 6 a 12 anos | **GRÁTIS**

Oficina voltada para o público infanto-juvenil, preferencialmente inscrito na colônia de férias, proporcionando experimentação da arte teatral.

#### DESENHO - ILUSTRADORAS!

23/1 e 24/1 | 13h às 17h |

Livre | **GRÁTIS**

Oficina voltada para o público infanto-juvenil com foco na criação e elaboração de personagens de heroínas e heroínas da literatura mundial.

#### PLANTIO DE HORTALIÇAS

31/1 | 13h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
Os participantes vivenciarão o cultivo, em mudas, de diferentes espécies de hortaliças. Entre os assuntos abordados estão: tipos de hortaliças, cuidados, quantidade de água e sol para cada tipo, como cultivar em pequenos espaços, o que cada planta precisa para crescer em um ambiente que não é dela e a importância de contribuir para uma horta orgânica e caseira.

### PROJETOS ESPECIAIS

#### COLÔNIA DE FÉRIAS

15/1 a 1/2 | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 13h às 17h |

6 a 12 anos | **GRÁTIS** (PCG),

R\$ 110 (habilitado Sesc), R\$ 220.

Ocorre no período das férias de janeiro, visando ocupar o tempo livre das crianças durante o recesso escolar com atividades lúdicas e educativas, envolvendo atividades programadas por todas as áreas do Sesc. Serão momentos de conhecimento, socialização e muita diversão para as crianças!

#### SESC VERÃO

19/1 a 27/1 | Sábados e domingos, 10h às 14h | Livre | **GRÁTIS**

Com o tema *O Calor nos Une*, o projeto visa proporcionar diversas atividades recreativas com experiências valiosas, esclarecedoras e divertidas para o público. Consulte nossa programação: 3822 4842.

# SESC MADUREIRA

Rua Ewbank da Câmara, 90 – Madureira

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal:  
0059680-9 / Validade: Indeterminada | Nº do  
Certificado de Registro de Diversões Públicas  
CBMERJ: 00304/16 / Validade: 2/4/2019

## ARTES CÊNICAS

### A VIDA PASSOU POR AQUI

**11/1** | 19h | 12 anos | **GRÁTIS** (habilitado Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista em lei ou classe artística - mediante apresentação de registro profissional), R\$ 10. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. A peça conta a história de uma profunda amizade entre uma mulher e um homem de mundos diferentes: uma professora e artista plástica que viveu às voltas com as crises em seu casamento e um faxineiro de hábitos simples, inteligente por natureza, que sempre levou sua vida com leveza e bom humor. Com Cláudia Mauro e Édio Nunes.

### NOSSO GRANDE ESPETÁCULO

**13/1** | 16h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 16 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista em lei ou classe artística - mediante apresentação de registro profissional), R\$ 10. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. O espetáculo conduz o público a uma experiência única na qual o universo do circo propõe arrebatar seu público. Comicidade, música ao vivo, instrumentos excêntricos, acrobacia, dança e paródias de personagens infantis são trazidos à cena num vigoroso trabalho físico, com uma dramaturgia desenvolvida pela ação e pautada no jogo clássico da dupla de palhaços, alcançando espectadores de todas as idades. Com *A Adorável Companhia*.

### CREME DO CÉU

**19/1** | 16h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 16 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista em lei ou classe artística - mediante apresentação de registro profissional),

R\$ 10. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. A obra é um espetáculo de dança contemporânea e teatro que não só diverte, mas também informa. Reconhece e explora a capacidade da criança de hoje de aprender e se interessar por novos temas, com uma generosa dose de fantasia e poesia. Conta a história de uma estrela curiosa que cai no planeta Terra e, com a ajuda de um adolescente com quem faz amizade, procura uma forma de voltar ao céu.

### HERÓIS E DEUSES

**27/1** | 16h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 16 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista em lei ou classe artística - mediante apresentação de registro profissional), R\$ 10. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. O espetáculo infanto-juvenil apresenta mitos e histórias fantásticas onde a paixão, a coragem, o medo e o mistério permeiam as historinhas que o menino Ulisses adorava escutar de seu avô historiador e amante da cultura grega contava sobre criaturas, a vida de deuses e os heróis humanos que, assim como nós, seguem em busca da felicidade.

## MÚSICA

### CAIPIRANDO

**4/1** | 19h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista em lei), R\$ 10. O grupo surgiu em 2010 com o objetivo de promover o aprendizado e o conhecimento da viola caipira. Atualmente, com cerca de trinta músicos, transformou-se numa orquestra de viola, encantando e emocionando o público com diversos ritmos, toques e pontos de viola, numa grande

celebração da cultura caipira por meio de músicas do cancioneiro nacional e de composições próprias em arranjos criados pelo maestro Henrique Bonna.

### SAMBA COM FEIJÃO

18/1 | 17h | Livre | **GRÁTIS**

O projeto *Samba e Feijão* leva à Unidade rodas de samba com diferentes convidados. Personalidades e grupos importantes do cenário do samba carioca ressaltam os valores imateriais dessa manifestação popular. Uma ótima opção para curtir um bom samba de raiz, além do tradicional feijão preto temperado.

## EXPOSIÇÕES

### MADURÁFRICA

Até 20/1 | 3ª a 6ª, 9h às 20h. Sábados e domingos, 9h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
Exposição com obras fotográficas de Cesar Fraga, que espelha a cultura afro-carioca com aspectos contemporâneos de nove países africanos. A mostra é um merecido resgate do outro lado do Atlântico, que tanta riqueza trouxe à cultura brasileira.

### SALA DE CIÊNCIAS

2/1 a 31/1 | 3ª a 6ª, 9h às 19h. Sábados e domingos, 9h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
Espaço para reflexão sobre arte, ciência e tecnologia com a utilização de módulos interativos como Formigueiro 3D, bancada com modelos didáticos, bicicleta com gerador de energia, vídeos e visitação guiada.

### BICHO DO MÊS

19/1 e 26/1 | 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Você já viu uma coruja de pertinho? E uma chinchila? Qual a diferença de tartaruga e jabuti? A atividade apresenta animais surpresa, suas curiosidades, habitat, alimentação e reprodução, utilizando uma exposição interativa realizada na Unidade.

## LITERATURA

### MOIRA – A DAMA DAS CARTAS

12/1 | 11h | Livre | **GRÁTIS**

Apresentação de intervenções poéticas. Moira é uma boca híbrida aparentemente assustadora como uma velha bruxa, mas na verdade é só uma senhora de coração moleque que distribui poesias a quem desejar ouvi-las. Com a Cia. lh, Conte!

### SARAU HAICAI COMBAT

25/1 | 18h | Livre | **GRÁTIS**

O *Haikai Combat* é produzido pela poeta Yassu Noguchi, e ocorre em eventos de literatura desde maio de 2014, tendo como padrinho o idealizador do Menor Slam do Mundo: Daniel Minchoni.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### AULAS ESPECIAIS

5/1 e 26/1 | Sábados, domingos e feriados, 10 às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Aulas abertas e experimentais das modalidades ofertadas pela Unidade. Em janeiro: esportes de areia, esportes master, esporte mix, condicionamento físico total, circuito funcional, alongamento e hidroginástica, entre outras. Regulamento para participação e informações no Setor de Esporte e Recreação da Unidade (3350-2699).

## IDOSOS

### RITMOS

Até 29/1 | 3ª, 10h às 12h |

60 anos | **GRÁTIS**

Oficinas de dança para idosos com diversos ritmos de dança.

### CONSCIÊNCIA CORPORAL

2/1 a 30/1 | 4ª, 10h às 12h |

60 anos | **GRÁTIS**

Atividade voltada para público idoso com o objetivo de trabalhar a consciência corporal, a auto percepção corporal e a expressão. Serão utilizados exercícios e técnicas de alongamento, relaxamento e respiração.

### CULTURA CHARME

3/1 | 10h às 12h | 60 anos | **GRÁTIS**

O charme é um ritmo tipicamente carioca, que nasceu nos anos 80, a partir de uma mistura do funk americano com o soul e o R&B. Alguns anos depois, os bailes começaram a atrair um público cativo, seja para dançar sozinho ou em grupos, muitas vezes com competições de coreografias. A atividade proporcionará a aprendizagem dos “passinhos de charme” famosos nos bailes do subúrbio carioca.

### IMERSÃO DIGITAL C/ SMARTPHONES

16/1 a 30/1 | 4ª, 9h às 12h e

14h às 17h | 60 anos | **GRÁTIS**

Atividades práticas de configuração

e dicas de funcionamento de smartphones, com objetivo de facilitar e aumentar a interação em rede em diversas plataformas e dispositivos.

## INFANTIL

### EXPERIMENTOS CIENTÍFICOS

**9/1 a 30/1** | 4<sup>as</sup>, sábados e domingos, 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Oficina com experimentos científicos voltados para crianças.

### O ABRIDOR DE GAIOLAS

**15/1** | 10h e 14h | Livre | **GRÁTIS**  
Escrito para crianças e jovens, o texto busca questionar, de forma divertida e lúdica, a criação de passarinhos em gaiolas e o direito dos seres vivos circularem pelo ambiente livremente.

## CURSOS E OFICINAS

### PRÁTICAS SUSTENTÁVEIS

**5/1 a 29/1** | 3<sup>a</sup>, 14h às 17h. Sábado e domingo, 10h às 13h | Livre | **GRÁTIS**  
Promoveremos oficinas onde diversas atividades sustentáveis serão abordadas como: hortas em pequenos espaços, compostagem, captação de água da chuva e tijolo ecológico, entre outras práticas.

### QUÍMICA DOS AROMAS

**5/1 a 27/1** | Sábados e domingos, 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**  
A oficina apresenta o passo a passo da confecção de difusores aromáticos de ambientes. A aplicação do conteúdo de maneira prática e lúdica estimula o interesse dos participantes sobre a química dos aromas, os compostos e estruturas moleculares de cada aroma e como acontece a percepção dos cheiros pelo nosso olfato. A cada mês, um tema terá destaque, com bate papo sobre assuntos relacionados à oficina, como: "a arte das cores", "as propriedades da pitanga", "como sentimos cheiro?".

### PINTURA EM CANGAS

**8/1 a 29/1** | 3<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup>, 14h às 17h. Sábado, 10h | Livre | **GRÁTIS**  
Técnicas de tingimento dos tecidos utilizados para confecção de cangas, item obrigatório no verão tanto na piscina como na praia. As cangas podem ser estilizadas, ganhando valor de mercado e possibilitando geração de renda extra para os participantes.

### CONFECÇÃO DE VISEIRAS

**9/1 a 30/1** | 4<sup>a</sup>, 14h às 17h. Sábado e domingo, 10h | Livre | **GRÁTIS**  
Durante o mês de janeiro, no auge do verão, criaremos viseiras de diversas estampas e desenhos, que podem ser comercializadas, possibilitando geração de renda extra para os participantes.

### FAZENDO ARTE COM CIRCUITO – LABORATÓRIO MAKER

**17/1 e 18/1** | 10h às 14h | Livre | **GRÁTIS**  
Atividades criativas, baseadas na cultura *maker*, com a utilização de dispositivos tecnológicos e circuitos eletrônicos. Os participantes poderão experimentar ferramentas interagindo com luzes, som e movimento para criar pequenos protótipos.

### APRESENTAÇÃO ROBÓTICA

**19/1 e 20/1** | 10h às 14h | Livre | **GRÁTIS**  
Com esta apresentação, buscaremos aproximar o público frequentador da Unidade aos conhecimentos ligados à robótica. Utilizando uma interação direta com alguns protótipos de robôs, fomentaremos o entretenimento e também o pensamento crítico sobre a aplicação desta tecnologia nos processos/relações sociais.

## PROJETOS ESPECIAIS

### SESC VERÃO

**12/1 a 27/1** | Sábados, domingos e feriados, 10h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
Atividades esportivas, recreativas, culturais, de saúde e lazer, como meio de incentivo e conscientização da preservação integral da saúde e bem-estar físico, mental e emocional, demonstrando que é possível manter-se em boa forma e saudável na estação do verão. Informações no Setor de Esporte e Recreação da Unidade (3350-2699).

### COLÔNIA DE FÉRIAS

**15/1 a 1/2** | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 13h às 17h | 6 a 12 anos | R\$ 110 (habilitado Sesc) e R\$ 220.  
Atividades recreativas, esportivas, culturais, educativas e de educação para saúde. Informações no Setor de Esporte e Recreação da Unidade (3350-2699).

## MÚSICA

### RODA DE SAMBA: GRUPO CIRANDA

25/1 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

O Grupo Ciranda foi formado em meados de 2006, na cidade de Niterói, no quintal da inesquecível roda de samba *Caldos e Canjas*, comandada pelo compositor e cantor Luiz Carlos da Vila. Em seus shows, o grupo interpreta sambas de Monarco a Paulinho da Viola, Candeia, Zeca Pagodinho, Zé Kéti, Mestre Marçal, Wilson Moreira e Arlindo Cruz, entre outros. O grupo é composto pelos músicos Alessandro Cardozo, Alexandre Nunes, Dinho, Leandro Saramago, Rodrigo Jesus e Rodrigo Reis.

## EXPOSIÇÕES

### ATHOS BULCÃO - SERIGRAFIAS E FORMAS

Até 31/1 | 3ª a sábado, 8h às 17h |

Livre | **GRÁTIS**

Athos Bulcão, artista cujas obras foram feitas para apreciação de grandes multidões. Seus projetos, compostos por imagens abstrato-geométricos, não foram criados para estarem em galerias e museus, mas sim para comporem a arquitetura da cidade, em espaços públicos, praças, escolas e interiores, contrastando com o concreto, por meio de cores e formas. Nesta exposição, o Sesc RJ apresenta serigrafias do pintor, escultor e desenhista, que teve alguns de seus trabalhos eternizados em importantes espaços arquitetônicos como: Igreja da Pampulha, Universidade de Brasília, Hospital Sarah Kubitschek, Palácio da Alvorada e Congresso Nacional, entre outros.

## LITERATURA

### CORREIO LITERÁRIO

26/1 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Intervenção poética, na qual dois artistas carregam um correio no formato de uma casinha de passarinhos, e de

forma alegre e musical, convidam o público a participar retirando cartas poéticas. Há cartas com poemas de Cora Coralina, Manoel de Barros e Vinicius de Moraes, entre outros grandes poetas.

## INFANTIL

### HISTORIETAS ASSOMBRADAS

5/1 | 14h | Livre | **GRÁTIS** |

Um menino de nove anos apelidado de "abobrinha" fica amigo de um policial após sua mãe desaparecer. Ao chegar ao orfanato, ele terá que lidar com a nova realidade e os novos amigos. Direção de Claude Barras. Animação. 70min. Brasil, 2016.

### O GAROTO FANTASMA

12/1 | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Leo é um menino de 11 anos que não está tendo uma infância fácil. Internado no hospital, ele descobre que tem o poder de levitar sem ser visto ou tocado, enquanto seu corpo físico permanece imóvel. Direção de Alain Gagnol. Animação. 84min. França / Bélgica, 2017.

### O MENINO NO ESPELHO

19/1 | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Aos 10 anos, o pequeno Fernando está cansado de fazer as tarefas chatas. Seu sonho é ter um sócio para cuidar delas enquanto ele poderia se divertir à vontade. Um dia, é exatamente isso que acontece: seu reflexo deixa o espelho e ganha vida. Direção de Guilherme Fiuza Zenha. Drama / Fantasia. 78min. Brasil, 2014.

### MINHA VIDA DE ABOBRINHA

26/1 | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Apelidado Abobrinha, Icare é um sensível menino de nove anos deixado pela polícia em um orfanato depois que sua mãe falece. Deslocado neste novo universo, ele aos poucos começa a se relacionar com as outras crianças e descobre o significado de amizade e confiança. Direção de Claude Barras. Animação/ Drama. 66 min. Suíça/França, 2017.

## PALESTRAS E DEBATES

### REUNIÃO NÚCLEO COMUNITÁRIO

**3/1** | 9h às 10h | Livre | **GRÁTIS**  
Encontro onde instituições sociais, públicas e privadas que atuam em prol dos menos afortunados têm a oportunidade para integração e articulação em rede, ampliando as possibilidades de ações transformadoras.

### EDUCAÇÃO COM BASE NAS LEIS Nº 10639 E 11645

**3/1** | 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**  
Palestra interativa para reflexão sobre os aspectos das leis que falam sobre o ensino da História e Cultura Afro-Brasileira, analisando as possibilidades de abordagens nas escolas, ONG's e empresas.

### REUNIÃO NÚCLEO DE ARTESÃOS E EMPREENDEDORES

**25/1** | 9h às 10h | Livre | **GRÁTIS**  
Encontro de artesãos e empreendedores que atuam na economia criativa, expondo seus produtos para apreciação do público em geral.

### CUIDADOS NA ELABORAÇÃO DE PORTFÓLIO

**25/1** | 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**  
Palestra interativa para reflexão sobre os cuidados necessários na elaboração de portfólios de apresentação de produtos e peças produzidas pelos artesãos e empreendedores.

## CURSOS E OFICINAS

### TÉCNICAS DE FOTOGRAFIAS DE PRODUTOS

**25/1** | 14h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Oficina de orientação sobre técnicas de fotografia, com uso de aparelhos celulares, valorizando o processo de divulgação dos produtos confeccionados por artesãos e empreendedores.

### COZINHA CRIATIVA

**26/1** | 11h | Livre | **GRÁTIS**  
O desenvolvimento de receitas a partir de alimentos saborosos, saudáveis e práticos pode ser uma boa ideia na hora de encaixar saúde e sabor em uma vida agitada. Em janeiro, a oficina fala sobre os melhores alimentos para comer no verão.

## ARTES CÊNICAS

### A PRÓXIMA ESTAÇÃO - UM ESPETÁCULO PARA LER

**26/1** | 20h | 12 anos | **GRÁTIS**  
(habilitado Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista por lei ou classe artística - mediante apresentação do registro profissional) e R\$ 10. Escrita pelo premiado autor Michele Santeramo, a montagem perpassa 50 anos na vida do casal Violeta e Máximo, de 2015 a 2065. Os protagonistas existem por meio de projeções, e os diálogos entre eles são lidos pelo ator Cacá Carvalho, que expõe o amor e os conflitos dos dois.

### O PEQUENO PRÍNCIPE PRETO

**27/1** | 16h | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 16 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista por lei ou classe artística - mediante apresentação do registro profissional) e R\$ 10. O espetáculo discute o empoderamento e a autoestima de crianças e adolescentes negros que não se veem representados na maioria dos livros, bonecas e bonecos que lhes são oferecidos. Permeado por canções e brincadeiras, o espetáculo semeia o entendimento sobre a importância da valorização de questões como: diversidade, cultura, amor, generosidade, empatia e respeito, além de ressaltar a influência do aprendizado familiar para que as crianças cresçam fortalecidas.

## EXPOSIÇÕES

### FOLIA DE REIS - MENSAGEIROS DOS REIS MAGOS

**Até 20/1** | 3ª a domingo, 9h  
às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A exposição reúne cerca de 60 obras, entre trabalhos de pintura, e escultura em cerâmica dos ateliês *Oruniyá* e o *Grupo Casa Amarela*, além de fotografias do designer e pesquisador Guilherme Lopes Moura, objetos utilizados pelos

foliões, como instrumentos, roupas, bandeiras, presépios e adereços. A mostra também conta com gravações dos cantos dos grupos de Folia de Reis.

## IDOSOS

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

**16/1** | 14h | 60 anos | **GRÁTIS**  
A reunião de convivência tem por objetivo proporcionar qualidade de vida aos idosos, por meio de momentos de convivência harmônica, com troca de experiências e empoderamento dos participantes.

### MUSICALIZAÇÃO E TÉCNICA VOCAL

**17/1 a 31/1** | 5<sup>as</sup>, 14h | 60 anos | **GRÁTIS**  
O curso propõe uma educação vocal prática utilizando canções brasileiras populares. Durante as aulas, serão abordados conteúdos de técnica vocal como: apoio, respiração, dicção, projeção e extensão vocal, entre outros. Também serão apresentadas informações sobre o contexto histórico dos gêneros a serem trabalhados, seus principais compositores e intérpretes, além de experimentações performáticas, nas quais os alunos terão a oportunidade de estar em cena com acompanhamento de instrumentos. Necessária inscrição prévia.

### ENCONTRO DANÇANTE

**23/1** | 14h | 60 anos | **GRÁTIS**  
Em janeiro, a *Banda Los Gringos* embala o primeiro encontro dançante do ano em um tradicional baile com música ao vivo e repertório voltado ao público da terceira idade. A atividade tem o objetivo de proporcionar maior integração e socialização entre os idosos e contribuir para o envelhecimento ativo, promovendo um espaço de socialização e movimento.

## INFANTIL

### O SERVIÇO DE ENTREGAS DA KIKI

**13/1** | 15h | Livre | **GRÁTIS**  
Por ordem de sua mãe, Kiki parte para um aprendizado de um ano, acom-

panhada por seu gato preto. A um comando de sua vassoura mágica, ela vai parar na charmosa cidadezinha de Moreocastal. Infelizmente, os hotéis locais não aceitam bruxas e a polícia a flagra fazendo algumas travessuras. Direção de Hayao Miyazaki. Drama/Fantasia. 103min. Japão, 1989.

#### **HISTORIETAS ASSOMBRADAS**

**18/1 e 27/1** | 15h | Livre | **GRÁTIS**  
Um menino de nove anos apelidado de 'abobrinha' fica amigo de um policial após sua mãe desaparecer. Ao chegar ao orfanato, ele terá que lidar com a nova realidade e os novos amigos. Direção de Claude Barras. Animação. 70min. Brasil, 2016.

#### **BISCUIT PARA PONTEIRA DE LÁPIS**

**24/1** | 13h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
A oficina incentiva o interesse das crianças pelo trabalho manual, possibilitando uma experiência de trabalho com artesanato. Uma boa ideia para o período das férias.

#### **O CASAMENTO DA DONA VASSOURINHA**

**31/1** | 15h | Livre | **GRÁTIS**  
Dona Vassourinha quer se casar, porém seu pretendente tem que saber fazer faxina. O balde, o espanador, o rodo e o pano de chão passam pela entrevista de Dona Vassourinha. Será que ela conseguirá se casar? Com a ajuda da plateia, a história vai ganhando vida, pois as crianças são convidadas a representar os personagens.

### **CURSOS E OFICINAS**

#### **PLANTIO DE ERVAS AROMÁTICAS**

**5/1, 6/1 e 10/1** | 11h às 14h, 11h às 13h e 13h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Cultivar ervas aromáticas é certeza de trazer economia e saúde para o seu lar, além de um gostoso perfume e um colorido verde para seus pratos. A atividade oferece dicas de plantio para que você tenha uma horta caseira.

#### **MASSA DE MODELAR REUTILIZANDO ÓLEO VEGETAL**

**17/1 e 18/1** | 14h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
A oficina tem como objetivo o reaproveitamento de óleo vegetal para a fabricação de massa de modelar,

gerando um produto de baixo custo. Os materiais utilizados nesse produto são ambientalmente corretos, pois a técnica reutiliza o óleo de cozinha, resíduo altamente impactante ao meio ambiente.

#### **OFICINA DE STOP MOTION**

**23/1 e 24/1** | 9h e 13h30 | Livre | **GRÁTIS**

A oficina mostra todas as etapas de produção de um vídeo de animação *Stop Motion*, técnica de animação feita quadro a quadro por meio de fotos. Os objetos inanimados ganham vida, pela ilusão de movimentos da sequência fotográfica.

#### **ESTAMPARIA MANUAL**

**25/1** | 13h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

A estamparia manual tem como base a originalidade e a exclusividade de suas peças. Cada peça estampada, pode se transformar em lenços, blusas, cangas ou algo decorativo como uma capa de almofada ou uma cúpula de abajur.

### **PROJETOS ESPECIAIS**

#### **COLÔNIA DE FÉRIAS**

**15/1 a 31/1** | 3ª a 6ª, 13h às 17h | 6 e 12 anos de idade | R\$110 (habilitado Sesc e PCG), e R\$220. Programação lúdica e educativa nas áreas recreativas, culturais, de saúde e para todas as crianças.



## EXPOSIÇÕES

### CIÊNCIA DA ANIMAÇÃO

11/1 a 31/1 | 3ª a domingo,

9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

Exposição interativa na qual os visitantes poderão conhecer a origem da animação, o que é um fotograma e técnicas como: *flip book*, *stop motion*, praxinoscópio e zootrópio.

### ÁGUA UM MERGULHO CONSCIENTE

11/1 a 31/1 | 3ª a domingo, 9h30

às 17h30 | Livre | **GRÁTIS**

Mergulhando em diversos aspectos relacionados a esse elemento sublime e essencial para a vida, a mostra apresenta a água desde suas nascentes, aquíferos, lenções freáticos e bacia hidrográfica, até possíveis modos de se relacionar e cuidar da água. Com maquetes e painéis, a exposição mostra diversas informações e tecnologias para se cuidar da água em todos os ambientes.

## CURSOS E OFICINAS

### FÁBRICA DE SLIME

16/1 | 9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

Nesta oficina as crianças terão a oportunidade de fabricar o seu próprio slime de forma diferente e divertida. Para tornar a brincadeira mais criativa teremos vários tipos de glitter para tornar seu slime ainda mais incrível.

## PROJETOS ESPECIAIS

### COLÔNIA DE FÉRIAS

15/1 a 1/2 | 3ª a 6ª, 13h às 17h | 6

e 12 anos de idade | R\$110 (habilitado Sesc e PCG), e R\$220.

Atividades esportivas, recreativas e culturais, para as crianças aproveitarem o período de férias com muita diversão.

### VISITA MEDIADA - ESPAÇO VERDE

19/1, 20/1, 26/1 e 27/1 | Sábados e domingos, 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

A atividade tem como objetivo fomentar

a educação ambiental crítica e transformadora com o intuito de promover a construção de uma sociedade mais sustentável. Apresentando informações e curiosidades sobre as espécies arbóreas, a visita também levará os participantes à Horta Orgânica da Unidade, onde serão demonstradas plantas medicinais, temperos e hortaliças e formas de cultivos em pequenos espaços. Além da biodiversidade florística, também será possível apreciar a fauna, como aves visitantes, insetos e conhecer a dinâmica de manejo e cuidados com o solo.

# SESC PARQUE RADICAL

Estrada Marechal Alencastro, 1357 -  
Ricardo de Albuquerque

## MÚSICA

### FANFARRA BLACK CLUBE

13/1 | 11h | Livre | **GRÁTIS**

Com um repertório variado, o grupo passeia por todo o espectro da *black music* nacional e internacional, desde clássicos dos anos 70 até hits atuais, sempre com seus arranjos suingados e empolgantes. Com a missão de fazer a galera dançar sem parar, a Fanfarras Black Clube está sempre pronta para o ataque.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### SESC VERÃO

5/1 a 27/1 | Sábados e domingos,  
10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Ações de esporte e lazer na Unidade para estimular a prática de esporte e o cuidado com a qualidade de vida durante a estação mais quente e mais curtida pelos cariocas.

### AULAS ESPECIAIS

9/1, 10/1, 23/1 e 25/1 | 13h30  
às 16h | 16 anos | **GRÁTIS**

Aula experimental das modalidades ginástica, alongamento e pilates oferecida para os frequentadores da Unidade.

## IDOSOS

### LABORATÓRIO DE CONSCIÊNCIA CORPORAL AQUÁTICO

4/1 a 25/1 | 6<sup>as</sup> | 8h às 9h |  
60 anos | **GRÁTIS**

A atividade baseada na metodologia de trabalho com grupos, assume importância relevante neste contexto propiciando um espaço de socialização, integração e convivência. A atividade na piscina tem efeitos extremamente eficazes, levando benefícios fisiológicos e cognitivos, e podendo ser uma forma excelente de trazer bem-estar e autoestima.

## CURSOS E OFICINAS

### QUADRINHOS LITERÁRIOS

4/1 a 30/1 | 4<sup>as</sup> e 6<sup>as</sup>, 10h30

às 12h | 8 anos | **GRÁTIS**

A oficina é realizada junto com os mediadores de leitura do Ponto de Leitura e tem por objetivo a criação de histórias em quadrinhos a partir das contadas pelos mediadores. A atividade vai trabalhar as técnicas de desenho, que serão ensinadas por um oficinheiro especializado em quadrinhos.

### STILETTO

5/1 a 26/1 | Sábados, 10h às 12h |  
16 anos | **GRÁTIS**

A modalidade é um estilo de dança que tem como base o universo feminino, unindo três características indispensáveis: a sensualidade, a elegância e, claro, o salto alto – do tipo agulha, preferencialmente. Fenômeno nas redes sociais, sua inspiração é nos musicais da Broadway e em divas como Madonna e Beyoncé.

### CONFECÇÃO DE BOLSAS E CARTEIRAS COM MATERIAL REAPROVEITADO

6/1 a 27/1 | Domingos, 10h às 13h |  
Livre | **GRÁTIS**

A oficina irá ensinar técnicas de criação e confecção de bolsas e carteiras personalizadas tendo como matéria prima principal banners reutilizados.

### LABORATÓRIO DE TEATRO DO OPRIMIDO

12/1 a 26/1 | Sábados, 10h |  
4 anos | **GRÁTIS**

O curso irá trabalhar a partir do método do teatro do oprimido, que busca democratizar o acesso à prática teatral e fazer com que, por meio desta linguagem, os jovens discutam possibilidades de transformação social. A partir de tais temáticas, eles irão realizar jogos teatrais do método do teatro do oprimido que os levarão a perceber opções e soluções promovendo mudanças.

### CONSTRUÇÃO DE PERSONAGENS COM DOBRADURA E CARTONAGEM

13/1, 17/1 e 27/1 | 10h |  
4 anos | **GRÁTIS**

A oficina tem intuito de colaborar para a formação de crianças no desenvolvimento do seu potencial criativo por meio de técnicas de dobradura e cartanagem e contará com a participação dos pais durante a construção de personagens e super-heróis, buscando o fortalecimento da interação entre pais e filhos.

## PROJETOS ESPECIAIS

### **SEMANA DE FÉRIAS**

**15/1 a 19/1** | 13h30 às 16h |

6 a 12 anos | **GRÁTIS**

Programação especial para o período de férias escolares, com atividades de lazer atrativas e prazerosas para as crianças. Essa ação contará com atividades das áreas de esporte, cultura e assistência. É necessária inscrição prévia.

# SESC QUITANDINHA

Av. Joaquim Rolla, 2 - Petrópolis

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal:  
83109 / Validade: indeterminada | Nº do Certifi-  
cado de Registro de Diversões Públicas CBMERJ:  
CR-00015/18 DDP / Validade: 23/01/2019

## ARTES CÊNICAS

### A PRÓXIMA ESTAÇÃO – UM ESPETÁCULO PARA LER

**27/1** | 19h | 14 anos | Entrada  
solidária: mediante a doação de 1 kg  
de alimento não perecível, que será  
revertido para o projeto Mesa Brasil.  
Escrita pelo premiado autor Michele  
Santeramo, a montagem perpassa 50  
anos na vida do casal Violeta e Máximo,  
de 2015 a 2065. Os protagonistas existem  
por meio de projeções, e os diálogos entre  
eles são lidos pelo ator Cacá Carvalho, que  
expõe o amor e os conflitos dos dois.

## EXPOSIÇÕES

### DIÁLOGOS - MARCELO LAGO E O GRUPO AÇÚCAR

**2/1 a 31/1** | 3ª a domingo e feriados, 9h30  
às 17h | Livre | Consultar tarifa de visitação  
A exposição *Diálogos - Marcelo Lago  
e o Grupo Açúcar* é uma homenagem  
à efeméride de 35 anos de carreira  
do escultor, que promover um diálogo  
do artista com uma nova geração de  
artistas visuais de Petrópolis, Aldo Falco-  
ni, Fernanda Lago e Katharina Welper,  
fortalecendo as identidades culturais da  
cidade de Petrópolis e do Estado do Rio.

### VIDEOINSTALAÇÃO RASCUNHOS

**2/1 a 31/1** | 3ª a domingo e  
feriados, 9h30 às 17h | Livre |  
Consultar tarifa de visitação  
Na videoinstalação, convidamos jovens  
artistas do Rio de Janeiro que, com sua vi-  
são individual sobre cotidianos ordinários,  
forjam novas realidades, tecendo a rítmica  
das formas em movimentos constantes  
e transitórios, como os raios de sol que  
projetam, a cada dia, novas ideias e ideais.

## LITERATURA

### PALHAÇARIA MUSICAL

**12/1 e 27/1** | 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**  
Performance Poética onde duas

palhaças recitam trechos musicados  
de poetas consagrados da literatura  
brasileira, que inspiram sentimentos de  
amor e alegria. Com a Cia. Sapato Velho.

### SARAU

**30/1** | 11h | Livre | **GRÁTIS**  
Realização de sarau com os grupos  
Segmento de Literatura e União Brasileira  
de Trovadores. O evento conta com a  
presença dos membros efetivos das duas  
entidades, bem como poetas, artistas  
convidados e o público em geral.

## FILMES E VIDEOS

### MOSTRA NUEVA MIRADA

**12/1 a 27/1** | Sábados e domini-  
gos, 10h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
A Mostra Itinerante do Festival Inter-  
nacional de Cinema Nueva Mirada  
apresenta longas e curtas-metragens de  
animação que priorizam a diversidade  
cultural e desenvolvimento sociocul-  
tural de crianças e adolescentes.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### SESC MAIS DIVERSÃO

**12/1 a 27/1** | Sábados e domini-  
gos, 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Espaço atrativo para o lazer, com ações  
recreativas nos finais de semana que con-  
templam todas as idades. Inclui atividades  
como: recreação orientada, brinquedos  
e jogos cooperativos, entre outros.

## IDOSOS

### REUNIÃO CONTINUADA

**4/1** | 14h | 60 anos | **GRÁTIS**  
Atividades que promovem o envelheci-  
mento ativo em todas as suas dimen-  
sões, com foco na inovação e estímulo  
às novas tecnologias, relações sociais,  
atitudes voluntárias, cidadania e direitos.  
Um encontro destinado ao público  
idoso para refletir sobre envelhecimen-  
to como uma fase que deve ser vivida  
com alegria, dignidade e qualidade.

# SESC RAMOS

Rua Teixeira Franco, 38 – Ramos

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal:  
202139 / Validade: indeterminada | Nº do  
Certificado de Registro de Diversões  
Públicas CBMERJ: 484456

## EXPOSIÇÕES

### MULHERES: POTÊNCIA EM CONEXÃO

10/1 a 31/3 | 3ª a domingo,

9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A mostra apresenta o trabalho fotográfico de Talita Nascimento, moradora da Penha, que representando as mulheres e a sua força enquanto seres coletivos, com fotos feitas no entorno do Sesc Ramos.

## LITERATURA

### PONTO DE LEITURA

2/1 a 17/1 | 3ª a domingo, 9h

às 15h | Livre | **GRÁTIS**

Serviço de extensão da biblioteca onde será disponibilizado pequeno acervo para que os leitores tenham a oportunidade de desfrutar de um local agradável e aconchegante de estímulo à leitura.

### PEDRO MALASARTES

18/1 | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Apresentação de contação de história sobre um personagem que faz parte dos contos populares da península Ibérica. Com a nossa colonização portuguesa, suas histórias também vieram para o Brasil e acabaram fazendo parte dos contos populares do norte ao sul do nosso país. Com a Cia. Histórias pra Boi Dormir.

### CHUVA DE POEMAS

26/1 | 13h | Livre | **GRÁTIS**

Intervenção literária onde o artista percorre diversos ambientes declamando para cada pessoa pequenos poemas. Ele ainda irá portar um guarda-chuva com alguns poemas pendurados e convidar a cada pessoa interceptada a abrigar-se embaixo das palavras dos autores.

## FILMES E VÍDEOS

### CINESESC

9/1 a 30/1 | 4ªs, 15h30 | Livre | **GRÁTIS**

Exibição de filmes. Na programação:

*O Desejo de Minha Alma* (9/1), *O Filho Uruguaio* (16/1), *Numa Escola em Havana* (23/1) e *As Duas Irenes* (30/1).

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### AULAS ESPECIAIS

19/1 a 27/1 | Livre | **GRÁTIS**

Aulas abertas e experimentais das modalidades ofertadas pela unidade. Em janeiro: circuito funcional (19/1 e 26/1, 10h), alongamento (20/1 e 27/1, 11h), dança mix e jazz (19/1 e 26/1, 15h e 16h) e hidroginástica (19/1 e 26/1, 10h).

## IDOSOS

### CONEXÃO IDOSO

8/1 a 29/1 | 4ªs e 6ªs, 10h às 12h

e 14 às 16h | 60 anos | **GRÁTIS**

Oficina de inclusão digital que orienta a utilização de ferramentas destinadas ao uso da informática e aplicativos para smartphones, com um método didático, dinâmico e acessível ao público.

## INFANTIL

### ESPAÇO CRIARTE

5/1 a 27/1 | Sábados, domingos e ferias-

dos, 10h às 17h | 2 a 5 anos | **GRÁTIS**

Projeto voltado para o público infantil com brinquedos acolchoados, música, jogos e muita diversão, num ambiente seguro e acompanhado por monitores.

### CINESESC PRIMEIROS OLHARES

6/1 a 27/1 | 11h30 | Livre | **GRÁTIS**

Exibição de curtas infantis. Na programação: *Astrogildo e a Astronave*, *O Melhor Som do Mundo*, *O Chá do General*, *Meu Tio que me Disse* e *Parque Pesadelo*.

### TARDES FANTÁSTICAS DE VERÃO

11/1 e 25/1 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Programação composta por shows de mágica e ilusionismo, exibição de curtas-metragens com tema fantástico e apresentação musical para o público infantil com o Grupo Subversos no dia 25/1. Os shows

de mágica serão realizados por Rogê e Bicudo Mágica para todas as idades. A cada apresentação, um show diferente. Curtas: *Astrogildo e a Astronave, O Melhor Som do Mundo, O Chá do General, Meu Tio que me Disse e Parque Pesadelo.*

## CURSOS E OFICINAS

### INICIAÇÃO A FOTOGRAFIA DIGITAL

10/1 a 31/1 | 5<sup>as</sup>, 14h às

17h | 12 anos | **GRÁTIS**

Oficina de iniciação fotográfica voltada para quem busca o conhecimento sobre a arte de fotografar usando programas digitais, a fim de estimular o desenvolvimento de uma linguagem artística por meio de experimentações práticas. A atividade irá apresentar conceitos e técnicas fotográficas com aulas expositivas e exercícios práticos abordando a linguagem fotográfica e as técnicas básicas de tratamento.

### BRINCADEIRAS DE VERDADE

5/1 a 27/1 | Sábados e domingos,

14h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

Bate-papo sobre a quantidade de tempo que as crianças têm passado na internet atualmente e a realização de brincadeiras coletivas como: amarelinha, mímica, morto-vivo e chicotinho queimado.

### GAMES DIGITAIS COLABORATIVOS

5/1 a 27/1 | Sábados, 9h. Domingos,

9h e 14h | 12 anos | **GRÁTIS**

A oficina tem por objetivo desenvolver o conhecimento tecnológico com a utilização de jogos digitais, promovendo a solução de problemas de forma coletiva, por meio de sites que estimulam a construção de conhecimento de maneira colaborativa, com os games como ferramenta desse processo.

### PRODUÇÃO CRIATIVA:

#### ARDUINO E ROBÓTICA

5/1 a 26/1 | Sábados, 14h às

17h | 12 anos | **GRÁTIS**

Atividades que tem por objetivo promover a divulgação científica e ao mesmo tempo a cultura DIY (faça você mesmo). Iremos discutir e produzir a partir dos conhecimentos científicos, incentivando o protagonismo dos participantes na produção de conhecimentos.

### COZINHA CRIATIVA

9/1 e 12/1 | 18 anos | **GRÁTIS**

O desenvolvimento de receitas a partir de alimentos saborosos, saudáveis e práticos pode ser uma boa ideia na hora de encaixar saúde e sabor em uma vida agitada. Em 9/1 (14h) e 12/1 (11h).

### DECOUPAGE EM UTILITÁRIOS

9/1 a 30/1 | 4<sup>as</sup>, 13h às 17h |

18 anos | **GRÁTIS**

Durante os encontros, os participantes aprendem a técnica decoupage, que é a arte de cobrir superfícies com recortes de jornal, revista e papel, dando a aparência de uma delicada incrustação. A técnica também pode adicionar um toque criativo e artístico a molduras, móveis, louças e outros objetos.

### STENCIL PARA CRIANÇAS

23/1 a 26/1 | 14h às 17h |

Livre | **GRÁTIS**

A oficina explora, utilizando a energia criativa de crianças e jovens, a arte de rua, que é acessível a todos. Durante os encontros, os participantes entrarão em contato com trabalhos de arte urbana, por meio do graffiti feito com a técnica stencil. Assim, eles podem entrar no ambiente da street art criando suas próprias obras.

## PROJETOS ESPECIAIS

### COLÔNIA DE FÉRIAS

15/1 a 1/2 | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 13h às 17h |

6 a 12 anos | Consultar valores

na Central de Atendimento

Atividades lúdicas e educativas, que buscam informar e divertir pais e crianças. As inscrições estarão abertas ao público geral. Maiores informações na recepção da Unidade.

### ENCONTRO DE

#### DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO

24/1 | 14h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

Troca de experiências e articulação de parcerias para o desenvolvimento local.

# SESC SANTA LUZIA

Rua Santa Luzia, 685 – Centro

Nº de Alvará de Funcionamento P Municipal:  
7861145 / Validade: Indeterminado I  
Nº Certificado de Aprovação CBMERJ:  
A-0264/05 / Validade: Indeterminado

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### LAZER NO SESC

**21/1 a 31/1** | 15 anos | **GRÁTIS**

Aulas das modalidades esportivas oferecidas pela Unidade. Samba (2<sup>as</sup>, 13h10 e 14h10), Forró (4<sup>as</sup>, 13h10 e 14h10), Meditação e Movimento (3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 15h), Corpo e Movimento (4<sup>as</sup>, 15h20) e Alongamento (2<sup>as</sup>, 15h20).

### MOMENTO PARA DANÇAR

**29/1** | 17h30 às 19h30 | 15 anos |  
R\$ 1 (habilitado Sesc), R\$ 2  
(meia-entrada), R\$ 4.

Encontro dançante com banda ao vivo e a proposta de proporcionar um momento de lazer, socialização e bem-estar por meio da dança. Em janeiro, música ao vivo no Baile de Verão, para curtir a estação mais quente do ano.

## IDOSOS

### DICAS DE COZINHA

**8/1 a 29/1** | 3<sup>as</sup>, 14h às 17h |  
60 anos | **GRÁTIS**

As mais novas informações e técnicas utilizadas na cozinha moderna, envolvendo higienização, armazenamento, produção, decoração e etc.

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

**30/1** | 14h às 16h | 60 anos | **GRÁTIS**

A reunião de convivência tem por objetivo proporcionar qualidade de vida aos idosos, por meio de momentos de convivência harmoniosa, com troca de experiências e empoderamento dos participantes.

## CURSOS E OFICINAS

### TRANÇA AFRO

**3/1 a 31/1** | 5<sup>as</sup>, 9h | 16 anos | **GRÁTIS**

Técnicas de tranças que valorizam a identidade e personalidade da beleza afro.

### ELABORAÇÃO DE PROJETOS SOCIAIS

**9/1 a 30/1** | 4<sup>as</sup>, 9h | 16 anos | **GRÁTIS**

A oficina faz uma análise das dificuldades enfrentadas por profissionais e gestores de projetos sociais, ampliando as possibilidades de adequação técnica e melhorando seu desempenho.

### CROCHÊ COM FIO DE MALHA

**10/1 a 31/1** | 5<sup>as</sup>, 13h | 16 anos | **GRÁTIS**

Técnica fácil e rápida de confeccionar bolsas e cestas.

# SESC SÃO JOÃO DE MERITI

Av. Automóvel Clube, 66 – Centro

Nº do Alvará de Funcionamento P  
Municipal: 11535/2016 / Validade: 8/3/2021 |  
CR-00218/18 - SÉRIE AA - Nº 507386 /  
Validade: 06/12/2019.

## ARTES CÊNICAS

### FÁBRICA DE BRINQUEDOS

13/1 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

A ideia original do espetáculo “Fábrica de Brinquedos” nasceu do desejo de levar à cena teatral uma pesquisa inspirada no universo infantil contemporâneo. A ideia é propor ao público um equilíbrio entre o uso das novas tecnologias e a experiência de brincar e ser criança de verdade, utilizando atividades recreativas tradicionais, como jogos com bola, ao ar livre, brincadeiras com bonecas e carrinhos, amarelinha, pega-pega e pique-esconde, que estão se tornando cada vez mais raras e desvalorizadas.

## MÚSICA

### FANFARRAS

19/1 e 27/1 | 16h às 17h30 |

Livre | **GRÁTIS**

Resgate das apresentações de bandas de rua e fanfarras com cortejos pela Unidade.

## LITERATURA

### BIBLIOTECA VIVA

2/1 a 31/1 | 3ª a 6ª, 9h às 19h30.

Sábados, domingos e feriados, 9h às 17h30 | Livre | **GRÁTIS**

Espaço dedicado à leitura, composto de um acervo com diversas obras da literatura nacional e internacional.

### OSSAIN E O AXÉ DA FOLHA

12/1 e 17/1 | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Contaçõ da história de origem *iorubá*, que fala sobre o poder de cura das plantas e como essa sabedoria foi espalhada pelo mundo. Ao fim da apresentação, o público é convidado a conhecer um pouco mais sobre as propriedades de algumas ervas levadas pelo artista.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### SESC+ DIVERSÃO

5/1 a 27/1 | Sábados, domingos e

feriados, 9h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

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

## INFANTIL

### ESPAÇO BRINCANTE

5/1 a 26/1 | Sábados, 10h

às 15h | Livre | **GRÁTIS**

Espaços organizados com a perspectiva de valorizar as culturas da infância por meio de atividades e temas ligados ao desenvolvimento, criação e inventividade, compartilhamento de ideias e brinquedos.

### TRABALHANDO O CONSUMO NA INFÂNCIA: FEIRA DE TROCA DE BRINQUEDOS

26/1 | 10h e 14h | Livre | **GRÁTIS**

A atividade amplia a reflexão sobre a questão do consumo pelas crianças, proporcionando uma feira de troca de brinquedos, que é uma maneira engajada e divertida de repensar a forma como consumimos, envolvendo adultos e crianças nessa prática.

## CURSOS E OFICINAS

### BOMBA DE SEMENTES

5/1 e 6/1 | 11h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

A oficina aborda a utilização da técnica de bombas de sementes em áreas degradadas, onde as sementes selecionadas são encapsuladas com barro para proteger e proporcionar um ambiente adequado para a germinação. A ideia é dialogar a necessidade de restauração e preservação de áreas verdes nos espaços urbanos.

### ACESSÓRIOS

12/1 a 26/1 | Sábados, 10h às 13h |

Livre | **GRÁTIS**.

A oficina apresenta aos participantes o conhecimento de diversas técnicas de



produção de acessórios, que poderão ser aplicadas na criação de enfeites e adornos únicos e personalizados.

### **CONFECÇÃO DE BRINQUEDOS COM APROVEITAMENTO DE MATERIAIS**

**12/1 e 13/1** | 13h | Livre | **GRÁTIS**  
A oficina que exercita a criatividade dos participantes, provocando uma sensibilização com relação à questão ambiental. Durante o encontro, serão confeccionados brinquedos a partir de materiais que seriam descartados.

### **CONHECENDO O ESTATUTO DA JUVENTUDE**

**12/1, 19/1 e 20/1** | 9h às 13h | Livre | **GRÁTIS**  
A atividade realiza uma dinâmica interativa sobre juventude, pautado em aspectos da legislação brasileira para que os participantes possam desenvolver seu conhecimento e despertar a curiosidade sobre os assuntos abordados.

### **BIOJOIAS E AROMATIZADOR DE AMBIENTES**

**19/1 e 26/1** | 10h e 14h | Livre | **GRÁTIS**  
Artigos de joalheria produzidos de forma artesanal, utilizando materiais variados, como sementes, frutos, lascas de madeira, fibras vegetais e pedras.

### **CONFECÇÃO DE INSTRUMENTOS COM APROVEITAMENTO DE MATERIAIS**

**19/1 e 20/1** | 14h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Oficina de confecção de triângulos, chocalhos e zabumba por meio do reaproveitamento de materiais. A atividade será seguida de apre-

sentação artística utilizando os instrumentos confeccionados.

### **BRINCANDO A GENTE SE ENTENDE - PRODUZINDO NOSSO SLIME**

**25/1** | 14h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
A propõe a criação de um momento de integração e compartilhamento na criação de um brinquedo que é adorado pelas crianças.

### **VIVÊNCIA DE PLANTAS AFRICANAS**

**26/1 e 27/1** | 13h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
Atividade que tem como objetivo apresentar aos participantes as espécies de plantas de origem africana que possuem forte influência na cultura e alimentação brasileira, apresentando suas características e diferentes tipos de usos: alimentícia, educativa e terapêutica, entre outras.

### **PROJETOS ESPECIAIS**

#### **CAMPANHA: PIPAS COM SEGURANÇA**

**5/1 a 26/1** | Sábados, 10h às 15h | Livre | **GRÁTIS**  
Exposição explicativa com o objetivo de esclarecer sobre a segurança ao soltar pipas, contribuindo na prevenção de possíveis acidentes.

#### **COLÔNIA DE FÉRIAS**

**15/1 a 1/2** | 3ª a 6ª, 13h às 17h | 6 a 12 anos | R\$ 110 (habilitado Sesc), R\$ 220.  
A colônia oferece atividades recreativas, jogos, brincadeiras, oficinas, passeio e muita diversão.

#### **SESC VERÃO**

**15/1 a 30/1** | 3ª a domingo, 9h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
O projeto tem como tema *O Calor nos Une*, que promove aulas especiais, brinquedos e atividades recreativas para o público da Unidade.

## ARTES CÊNICAS

### NAVALHA NA CARNE

**19/1** | 19h30 | 16 anos | **GRÁTIS** (habilitados Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. A peça de Plínio Marcos, escrita em 1969, foi uma aposta revolucionária no cenário do teatro brasileiro, que vivia o auge da ditadura. Na história, a prostituta Neusa Sueli chega a seu quarto e encontra o cafetão Vado irritado por não encontrar o dinheiro que ela deixara para ele.

### A PRÓXIMA ESTAÇÃO - UM ESPETÁCULO PARA LER

**25/1** | 19h30 | 12 anos | **GRÁTIS** (habilitados Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. Escrita pelo premiado autor Italiano Michele Santeramo, a montagem perpassa 50 anos na vida do casal Violeta e Massimo, de 2015 a 2065. Os protagonistas existem por meio de projeções, e os diálogos entre eles são lidos pelo ator Cacá de Carvalho, que expõe o amor e os conflitos do casal.

## MÚSICA

### RODA DE SAMBA COM QUINTAL DO CÉU E FEIJOADA

**27/1** | 13h | Livre | Entrada solidária: mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. Nessa roda de samba, o grupo canta músicas autorais gravadas ao longo de sua carreira, além de sucessos de grandes intérpretes do samba, como: Zeca Pagodinho, Martinho da Vila, Agepê, Paulinho da Viola, João Nogueira e Diogo

Nogueira, entre outros. A feijoada complementa essa noite especial de muita diversão. Obs.: A feijoada é paga à parte (R\$ 15, por pessoa).

## EXPOSIÇÕES

### FOLIA DE REIS

**2/1 a 31/1** | 3ª a 6ª, 9h às 21h.

Sábados e domingo, 9h às 18h |

Livre | **GRÁTIS**

A fotógrafa Roberta Camargo registra em suas lentes as Foliás de Reis hoje existentes nos distritos de Motta e Cruzeiro, em Teresópolis. A mostra leva ao público os símbolos sagrados utilizados nas bandeiras, vestimentas, presépios das Foliás e suas manifestações.

### CARPOTECA -

### EXPOSIÇÃO DE SEMENTES

**26/1 e 27/1** | 11h | Livre | **GRÁTIS**

A carpoteca é composta por um pequeno acervo de sementes que permite aos visitantes observar e conhecer a biodiversidade das espécies botânicas, especialmente por seus formatos, tamanhos, texturas e cores. Propicia a interação do público com a identificação e caracterização das árvores e plantas.

## LITERATURA

### A BANDEIRA E A MÁSCARA:

### A CIRCULAÇÃO DE OBJETOS

### RITUAIS NAS FOLIAS DE REIS

**5/1** | 11h | Livre | Entrada solidária: mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será doado para o projeto Mesa Brasil. Nesta vivência, o pesquisador Daniel Bitter nos trará elementos sobre o universo dos remanescentes das Foliás de Reis, que habitam o interior da cidade de Teresópolis, por meio de entrevistas. O encontro apresenta a uma crítica da realidade dos foliões confrontando com pesquisas anteriores.

## SARAU POÉTICO

10/1 | 19h | Livre | **GRÁTIS**

Encontro mensal de poetas da cidade de Teresópolis e participantes da oficina de *Criação e Poesia* da Unidade, para declamação de poemas autorais e bate-papo literário.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### ESPAÇO JOGO

5/1 a 27/1 | Sábados, domingos e feriados, 10h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

Espaço de lazer com jogos tradicionais e eletrônicos, jogos de mesa, jogos gigantes, torneios e oficinas para todas as idades.

## IDOSOS

### OFICINA DE VISEIRAS ARTESANAIS

12/1 | 10h | 60 anos | **GRÁTIS**

Confecção de viseiras artesanais com EVA, incentivando a proteção solar. A atividade faz parte do projeto *Verão Sênior*.

### OFICINA DE PINTURA: UMA INTERVENÇÃO TERAPÊUTICA PARA IDOSOS

15/1 a 18/1 | 14h | 60 anos | **GRÁTIS**

A oficina tem o objetivo de avaliar a pintura como um meio de intervenção terapêutica capaz de motivar discussões, lembrar vivências, compartilhar, ouvir, aprender e ser um estímulo na interação social dos participantes. A atividade faz parte do projeto *Verão Sênior*.

### PALESTRA: PROTAGONISMO E EMPODERAMENTO DA PESSOA IDOSA

19/1 | 15h | 60 anos | **GRÁTIS**

Durante o encontro, será apresentado aos participantes o conceito de empoderamento como uma ação coletiva desenvolvida pelos indivíduos quando participam de espaços privilegiados de decisões e de consciência de seus direitos sociais. A atividade faz parte do projeto *Verão Sênior*.

### OFICINA DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA PARA ATIVAÇÃO DA MEMÓRIA

22/1 e 25/1 | 9h | 60 anos | **GRÁTIS**

Atividades que auxiliam na concentração e tranquilidade. Exercícios para o cérebro que trabalham o autocontrole, a memória e muito mais. A atividade faz parte do projeto *Verão Sênior*.

## INFANTIL

### AS TRADIÇÕES DAS FOLIAS DE REIS

5/1 | 10h | Livre | Entrada solidária: mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. Os artistas Andrea Sant'Anna e Bulo Fialho apresentam uma roda de histórias e cantorias, entremendo divertidos causos com brincadeiras, para divertir e encantar o público de todas as idades, falando sobre os Pastoris e Reisados.

## CURSOS E OFICINAS

### RECICLAGEM ARTESANAL DE PAPEL

15/1 a 18/1 | 9h | Livre | **GRÁTIS**

O projeto incentiva a percepção crítica da relação entre homem e ambiente, ultrapassando as questões ligadas à natureza, e incluindo os determinantes sociais, culturais e econômicos que contribuem para a construção de uma sociedade mais sustentável em toda sua complexidade. Introdução aos conceitos de sustentabilidade e técnicas de reciclagem artesanal de papel.

## PROJETOS ESPECIAIS

### FEIRA DE TROCAS

12/1 | 10h | Livre | **GRÁTIS**

Aquele objeto que você não usa mais pode ser útil para outra pessoa, otimizando o seu uso e promovendo a mudança de hábitos de consumo mais sustentáveis. Os participantes terão a oportunidade de trocar objetos como CDs, DVDs, roupas, calçados, livros, bijuterias, brinquedos, entre outros.

### VISITA MEDIADA - CANTINHO VERDE

15/1 a 18/1 | 9h | Livre | **GRÁTIS**

A atividade tem como objetivo fomentar a educação ambiental crítica e transformadora com o intuito de promover a construção de uma sociedade mais sustentável. A visita mediada será realizada no *Cantinho Verde* da Unidade para interação do público com a natureza e imersão sensorial em jardim e mini horta com um educador ambiental.

## EXPOSIÇÕES

### TECNOLOGIAS INTERATIVAS

**Até 31/1** | 3ª a domingo, 10h às 18h |  
Livre | **GRÁTIS**

A exposição busca apresentar os materiais de robótica da Unidade em um conjunto de projetos, que representem aspectos educativos e interativos para o público visitante. Assim, pretende contribuir na construção de novos olhares para os desafios do futuro utilizando novas tecnologias.

### 3 REIS

**2/1 a 6/1** | 3ª a domingo, 9h às 18h |  
Livre | **GRÁTIS**

Baseado na cultura das festividades de Folia de Reis, o artista propõe uma escultura com a unificação dos 3 Reis Magos em um único “corpo”, envolto sobre a estrela que os direciona ao menino Jesus. Seu formato cônico faz uma referência à árvore de Natal. A estrutura será feita em aço carbono envolto com chapas soldadas e sucatas industriais, seguindo o estilo e identidade do artista Davi Rezende, que desenvolve trabalhos utilizando como matéria-prima materiais descartados.

### REISADO

**16/1 a 31/1** | 3ª a domingo,  
9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A mostra conta com 25 fotografias do artista Celso Oliveira, que retratam a tradição da Folia de Reis.

### PEQUENOS INVENTORES

**24/1 a 27/1** | 5ª a domingo,  
9h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

Por meio de atividades de aprendizado investigativo voltadas para crianças, a mostra utiliza as mais diversas práticas científicas para incentivar o público.

## LITERATURA

### PÉ DE LIVRO

**19/1, 26/1 e 27/1** | 11h | Livre | **GRÁTIS**

A apresentação do Grupo TEAR consiste em reunir a contação de

histórias e a mediação de leitura para crianças e adultos. Na Unidade encontramos o Pátio das Tamarineiras, um espaço que conta com a árvore símbolo da história “Pé de Livro”.

## IDOSOS

### VERÃO SÊNIOR

**5/1 a 26/1** | Sábados, 11h às 15h |  
Livre | **GRÁTIS**

Oficinas direcionadas para o público idoso com o objetivo de oferecer aos participantes momentos de lazer e criatividade. A cada sábado acontecem duas oficinas onde os participantes irão produzir peças artesanais com a temática do verão.

## PALESTRAS E DEBATES

### FALA AUTOR - QUADRILHEIRAS

#### #QUADRINHOSDELAS

**30/1** | 17h | 15 anos | **GRÁTIS**

Localizada na Unidade, a *Gibiteca João Carpalhau* lança o projeto intitulado *Quadrilheiras #quadrinhosdelas*, que busca reconhecer os quadrinhos, *zines*, *HQs* e trabalhos literários de mulheres, em especial as cariocas da Tijuca. Um bate-papo com as quadrinistas Mayara Lista e Paula Cruz, com mediação de Thais Linhares e leitura dramatizada de Camila Zampier.

## CURSOS E OFICINAS

### MEMÓRIA FOTOGRÁFICA

**4/1 a 25/1** | 6ªs, 9h às 11h e 13h  
às 15h | 10 anos | **GRÁTIS**

A produção fotográfica registra, marca e expressa no tempo àquilo que a memória às vezes deixa escapar. Se tivessem uma câmera na mão, o que as pessoas gostariam de registrar e gravar no mundo? Guiada por esta pergunta, e por pesquisas em memória social e cultura digital, a atividade busca facilitar aos participantes a produção e compartilhamento de fotografias sobre suas memórias e experiências.

### LAB HACKATHON

9/1 a 30/1 | 4<sup>as</sup>, 9h às 12h e 14h às 17h | 12 anos | **GRÁTIS**

Hackathon é uma maratona de programação focada no desenvolvimento de soluções que possam impactar seus colaboradores e participantes, tanto interna quanto externamente. *Hackathons* já fazem parte do cotidiano das empresas mais inovadoras e lucrativas do mundo, como o *Facebook* e o *Google*.

### LUMINÁRIAS DE LED

10/1 a 31/1 | 5<sup>as</sup>, 9h às 11h e 14h às 16h | 10 anos | **GRÁTIS**

Com cada vez mais destaque em projetos de decoração, a iluminação em LED leva sofisticação, conforto e modernidade a qualquer ambiente da sua casa, oferecendo diversas vantagens, principalmente em relação à economia, sustentabilidade e durabilidade. Durante os encontros, o participante poderá produzir sua mini luminária de LED e conhecer os seus princípios básicos.

### REAPROVEITAMENTO DE BANNER

12/1 a 26/1 | Sábados, 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

A oficina promove ações de sustentabilidade que buscam integrar o compromisso ambiental ao dia a dia. O reaproveitamento de banner, por meio da confecção de bolsas e acessórios, é uma excelente atividade para promover o pensamento verde e demonstrar alternativas sustentáveis.

### ILUSTRAÇÃO PARA HISTÓRIAS EM QUADRINHOS - ZINE #MEUFANZINE

16/1 a 31/1 | 4<sup>as</sup>, 5<sup>as</sup> e 6<sup>as</sup>, 14h às 16h | 10 anos | **GRÁTIS**

A atividade é um incentivo para crianças, jovens e adultos, que buscam desenvolver a técnica de desenho direcionado à produção de zines. O estilo integra a chamada *9ª Arte*, histórias em quadrinhos que integram cor, palavra e imagem. O *fanzine* é conhecido pelo “faça você mesmo” com papel colorido, pinturas, colagens e dobraduras, contando histórias a partir da vivência do aluno.

### HORTA AUTO IRRIGÁVEL

20/1 e 27/1 | 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Ter uma horta doméstica é uma ótima opção para produzir alimentos orgânicos consumidos por uma família, porém a manutenção durante as férias ou viagem pode ser um fator limitador. A fim de facilitar e estimular a prática, a oficina tem por objetivo apresentar sistemas práticos de irrigação e construção de vasos auto irrigáveis com garrafa pet.

### PROJETOS ESPECIAIS

#### FEIRA DE SUSTENTABILIDADE

19/1 | 11h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Trocas de objetos novos e usados, como calçados, roupas, brinquedos, bijuterias, livros e discos, entre outros, em bom estado de conservação. Mostra e comercialização de produtos artesanais voltados para a sustentabilidade e para o consumo consciente e responsável.

## ARTES CÊNICAS

### SOLO PROTOCOLO

24/1 | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Por meio de uma conexão estreita entre o artista e o espectador, o espetáculo busca estabelecer uma atmosfera de jogo, entusiasmo e troca. O *Palhaço Protocolo* transita entre a ingenuidade e a irreverência, jogando com a plateia de maneira aberta e franca, trazendo para a cena toda a bagagem de um artista de larga experiência. Com Ricardo A. Gadelha.

## EXPOSIÇÕES

### FOLIA DE REIS

2/1 a 6/1 | 9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A exposição retrata a *Jornada Tradição do Oriente*, grupo de Folia de Reis da região de Três Rios. As fotografias ficam expostas nos vários cenários da Árvore de Natal da Unidade. A comemoração busca reforçar e dar visibilidade para manifestações culturais populares, bem como artistas e realizadores locais.

## FILMES E VÍDEOS

### TUDO QUE EU AMO

10/1 | 18h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

Os rumores de uma revolução na Polônia crescem como uma bola de neve. O ano é 1981. O movimento Solidariedade começa a ganhar força e o povo, insatisfeito, está cada vez mais disposto a criticar o regime comunista. O adolescente Janek (Mateusz Kosciukiewicz), filho rebelde de um policial militar, é o vocalista de uma banda de punk rock local. O jovem se apaixona por Basia (Olga Frycz), filha de um ativista político simpático ao movimento Solidariedade. Os dois se envolvem amorosamente, compartilham experiências e, é claro, discutem política. Mas Basia fica furiosa quando as autoridades militares prendem seu pai e culpa Janek pelo incidente. Direção de Jacek Borcuch. Drama. 100min. Polônia, 2012.

### ASSIM QUE ABRO OS OLHOS

17/1 | 18h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

Verão de 2010 em Túnis, na Tunísia, alguns meses antes da Revolução de Jasmim. Enquanto o regime de Ben Ali cai, Farah (Baya Medhaffer), uma garota de 18 anos, se junta a uma banda de rock politizada e descobre o álcool, o amor e os protestos. Indo contra a vontade da mãe, Hayet (Ghalia Benali), que conhece os tabus do país, Farah mergulha cada vez mais nesse mundo, sem suspeitar do perigo de um regime político que a observa e se infiltra na sua privacidade. Para proteger a filha, Hayet fará o que for preciso, inclusive, reviver as feridas da sua própria juventude. Direção de Leyla Bouzid. Drama. 102min. França/Tunísia/Bélgica, 2017.

### ABRIL E O MUNDO EXTRAORDINÁRIO

24/1 | 18h30 | Livre | **GRÁTIS**

Na França, ainda em um estado atrasado de desenvolvimento, pessoas desaparecem misteriosamente sem que ninguém saiba por qual motivo. As coisas mudam quando os pais de Avril, dois cientistas, somem e a filha decide ir à procura deles. Direção de Christian Desmares e Franck Ekinci. Drama/Mistério. 106min. França, 2015.

### ACADEMIA DAS MUSAS

31/1 | 18h30 | 12 anos | **GRÁTIS**

Um professor de filologia promove um seminário sobre o papel das mulheres como inspiração da arte e musas da literatura. Porém, as alunas são todas atrizes e as aulas tomam um rumo inesperado. Direção de José Luis Guerín. Drama. 92min. Espanha, 2016.

## INFANTIL

### MOSTRA NUEVA MIRADA

12/1 e 26/1 | 10h | Livre | **GRÁTIS**

A *Mostra Itinerante do Festival Internacional de Cinema Nueva Mirada* traz para o público infanto-juvenil, suas

famílias, professores e os artistas da área, filmes que normalmente não chegam às telas brasileiras. Consulte programação na Unidade.

## CURSO E OFICINAS

### HORTA VERTICAL EM CANO PVC

19/1 e 26/1 | 13h às 17h |

Livre | **GRÁTIS**

O participante aprenderá conceitos teóricos e práticos sobre hortas orgânicas verticais. Além disso, terá noções sobre cultivo e cuidados necessários com hortaliças. Inscrições na Unidade e pelo telefone (24) 2252-6601.

### FOTOGRAFIA DIGITAL

22/1 a 24/1 | 13h às 17h |

Livre | **GRÁTIS**

O curso é destinado ao público iniciante na arte da fotografia digital. Durante a atividade, serão expostos conceitos teóricos, técnicos e práticos do mundo da fotografia, além de tutoriais sobre o uso de programas digitais de computador na edição e modificação de imagens. Inscrições na unidade e pelo telefone (24) 2252-6601.

## PROJETOS ESPECIAIS

### ÁRVORE DE NATAL

2/1 a 6/1 | 9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A Árvore de Natal da Unidade busca romper com o lugar-comum natalino e dar visibilidade à cultura popular brasileira, servindo como instrumento de valorização da nossa identidade. Seus cenários abordam elementos tradicionais da Folia de Reis e da data natalina. Além de uma instalação cercada de simbolismos, a árvore também funciona como espaço expositivo.

### VISITA MEDIADA – JARDIM SENSORIAL

2/1 a 31/1 | 4<sup>as</sup>, 9h às 12h |

Livre | **GRÁTIS**

Atividade que trabalha os sentidos do ser humano, a partir do contato do participante com diferentes elementos da natureza. Serão expostas plantas de diversas texturas e fisiologias para propiciar a discussão sobre a conservação e sensibilização ambiental. Inscrição de grupos: (24) 2252-6601.

### COLÔNIA DE FÉRIAS

15/1 a 1/2 | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 13h às 17h | 6 a 12 anos | R\$ 110 (habilitado Sesc), R\$ 220.

Atividades lúdicas e educativas, que buscam informar e divertir pais e crianças. As inscrições estarão abertas ao público geral. Maiores informações na recepção da Unidade.

### SESC VERÃO 2019

2/1 a 31/1 | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 10h às 16h. Sábados e domingos, 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Com o tema *O Calor nos Une*, o projeto visa proporcionar diversas atividades recreativas com experiências valiosas, esclarecedoras e divertidas para o público. Brincadeiras diversas, piques em geral, circuito motor, esportes, hidroginástica, polo aquático, oficinas de dança, slackline, jogos de salão e Xbox, além de oficina de desenho e pintura, são atividades que farão parte do projeto!

# TEATRO SESC GINÁSTICO

Av. Graça Aranha, 187 – Centro

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal:  
7861145 / Validade: indeterminada |  
Certificado de Aprovação do CBMERJ:  
CA-0264/05 / Validade: indeterminada

## ARTES CÊNICAS

### SEGREDO DE JUSTIÇA

**17/1 a 10/2** | 5ª a sábado, 19h. Domingo, 18h | 14 anos | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 7,50 (habilitado Sesc), R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 30. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. O espetáculo é baseado nas crônicas do livro homônimo da juíza de Vara de Família, Andréa Pachá. Segundo a autora, especialista em relações familiares, "as famílias mudam, se transformam, se reinventam, e é nessa montanha-russa de alegrias extremas e tristezas profundas que nos encontramos todos: humanos, desamparados e esperançosos". O conflito estará presente, não apenas nas relações deterioradas, mas também na figura de quem o media, ou julga. Direção de Marco André Nunes. Com Carmem Frenzel, Alexandre Barros, Fabiana de Mello e Souza e Leandro Daniel Colombo.

## MÚSICA

### BILTRE

**22/1** | 19h30 | 14 anos | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 7,50 (habilitado Sesc), R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 30. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. Formada no fim de 2011, a banda carioca é composta por Arthur Ferreira, Dioclau Serrano, Diogo Furieri e Vicente Coelho. Os artistas apresentam performances carismáticas e irreverentes, se revezando entre os instrumentos e arranjos vocais bem-humorados. Sem bateria, mesclam bases programadas com baixo, guitarra e metais.



# **TURISMO SOCIAL**

## PASSEIOS E EXCURSÕES

# COM O SESC POR AQUI PASSEIOS

## AQUARIO + BOULEVARD OLÍMPICO

O AquaRio é o maior aquário marinho da América do Sul. Diversas atrações inéditas, recintos e tanques grandiosos e toda a infraestrutura necessária proporcionarão um entretenimento educativo e prazeroso ao público. Revitalizado para as Olimpíadas do Rio de Janeiro, o Boulevard Olímpico é uma grande área de convivência da cidade, com novos equipamentos de cultura e lazer, cercados por uma paisagem encantadora.

ENGENHO  
DE DENTRO

**11/1** | 8h às 13h | R\$ 63 (habilitado Sesc), R\$ 92 (est., id., conv., < 21), R\$ 108 (Inteira) | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso e serviço de bordo.

SÃO JOÃO  
DE MERITI

**20/1** | 8h às 13h | Livre | R\$ 63 (habilitado Sesc), R\$ 92 (est., id., conv., < 21.) e R\$ 108 | Inclui ingresso e serviço de bordo.

MADUREIRA

**26/1** | 13h às 19h | Livre | R\$ 63 (habilitado Sesc), R\$ 92 (est., id., conv., < 21), R\$ 108 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso e serviço de bordo.

## AQUARIO + PARQUE LAGE

O AquaRio é o maior aquário marinho da América do Sul. Diversas atrações inéditas, recintos e tanques grandiosos e toda a infraestrutura necessária proporcionarão um entretenimento educativo e prazeroso ao público. O Parque Lage é um dos mais agradáveis

parques da Zona Sul do Rio. Os jardins são construídos em formas geométricas e há pequenas grutas. Construído em 1849, o parque foi tombado patrimônio histórico e paisagístico da cidade.

NOGUEIRA

**6/1** | 7h30 às 18h | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso, serviço de bordo e refeição.

## ARARUAMA E SÍTIO ILHA DO LAZER

Araruama é reconhecida por abrigar em seu território a Lagoa de Araruama e ser uma cidade onde o verão está presente durante o ano todo, garantindo o lazer e descanso em suas praias. Visitaremos o Museu Arqueológico de Araruama e a Praça Menino João Hélio. O Sítio Ilha do Lazer é um complexo de lazer localizado na Região dos Lagos, na cidade de Araruama, com diversão garantida e muitas atividades. Possui piscinas, toboáguas, pedalinhos, mini zoológico, caiaque, circuito aventura, entre outras atividades.

MADUREIRA

**19/1** | 7h às 20h | Livre | R\$ 78 (habilitado Sesc), R\$ 100 (est., id., conv., < 21), R\$ 134 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso e serviço de bordo. Refeição não incluída.

BARRA MANSÁ

**20/1** | 7h às 19h | Livre | R\$ 70 (habilitado Sesc), R\$ 102 (est., id., conv., < 21), R\$ 120 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo e ingressos. Refeição não incluída.

CAMPOS

**27/1** | 6h às 21h | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso e serviço de bordo.

## BÚZIOS

Búzios pode ser considerada um cartão-postal vivo por conta de suas praias de areia fina, águas cristalinas e colinas cobertas por vegetação. Além da natureza, a cidade possui lojas, restaurantes e bares desde os mais simples aos mais sofisticados, satisfazendo a vários gostos. Faremos um passeio de jardineira pelas principais praias. Após o almoço, passaremos pela Rua das Pedras e Orla Bardot.

COPACABANA

**26/1** | 6h30 às 19h | Livre | R\$ 115 (habilitado Sesc), R\$ 169 (est., id., conv., < 21), R\$ 200 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo e ingressos e refeição.

## CAFÉ DA MANHÃ NA CONFEITARIA COLOMBO

A Colombo faz parte do Patrimônio Histórico e Artístico do Rio de Janeiro desde 1893. Baixelas de prata portuguesa, louças da Cia Vista Alegre, mais de 500 cardápios antigos, fotos e embalagens de produtos comercializados pela Confeitaria no século passado fazem parte do belíssimo acervo, exposto no Espaço Memória.

QUITANDINHA

**+ CADEG > 26/1** | 7h às 16h30 | Livre | R\$ 105 (habilitado Sesc), R\$ 154 (est., id., conv., < 21), R\$ 182 | Inclui ônibus de turismo, guia, café da manhã, serviço de bordo, seguro e ingressos.

## CASIMIRO DE ABREU COM BARRA DE SÃO JOÃO

O nome da cidade é uma homenagem ao poeta Casimiro de Abreu, que nasceu no distrito de Barra de São João no século 19. Por lá está o pequenino e encantador Museu Casa Casimiro de Abreu, que funciona na antiga residência da família. A casinha colonial e de linhas simples fica na praça às margens do rio São João e emoldurada por árvores de flamboyant, bancos de madeira e esculturas em bronze. As praias de águas tranquilas formadas

pelo encontro do Rio São João com o Oceano Atlântico. No alto da Prainha está a Capela de São João Batista e o cemitério, construções do século XVII, onde está enterrado o poeta.

NITERÓI

**26/1** | 7h30 às 20h | Livre | R\$ 65 (habilitado Sesc), R\$ 96 (est., id., conv., < 21), R\$113 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo e ingresso. Refeição não incluída.

## CLUBE DA CAMINHADA - LAGOA RODRIGO DE FREITAS

A Lagoa Rodrigo de Freitas, localizada no coração da Zona Sul carioca, é um dos cartões-postais da cidade. Às suas margens, o público encontra ciclovias, pistas de corrida, playground, quadras esportivas entre outras opções de espaços de lazer. O Parque da Catacumba é uma reserva ecológica, às margens da Lagoa Rodrigo de Freitas. Entre os atrativos, além da área verde, estão as 31 esculturas expostas ao ar livre e uma trilha leve e bem sinalizada. Pelo caminho, ainda é possível se deparar com diversos micos-estrela.

DUQUE DE CAXIAS

**12/1** | 8h às 12h30 | Livre | R\$ 36 (habilitado Sesc), R\$ 53 (est., id., conv., < 21), R\$ 63 | Inclui transporte, guia de turismo, professor de educação física, squeeze, camiseta, seguro e serviço de bordo.

## CRAB + ESCADARIA SELAROM + BOULEVARD OLÍMPICO

O Centro Sebrae de Referência do Artesanato Brasileiro (CRAB) é uma grande vitrine da produção e da comercialização do artesanato brasileiro. É um polo de desenvolvimento criativo e comercial para a cidade. Um espaço cultural de múltiplas atividades, em permanente troca com os demais equipamentos culturais da região e em ativa conexão com os agentes do artesanato e o público geral no Brasil e no mundo. Com duzentos e quinze degraus, entre

os bairros da Lapa e de Santa Teresa, a Escadaria Selarón é coberta por um mosaico colorido de mais de dois mil azulejos de diferentes partes do mundo, feita pelo artista chileno Jorge Selarón. Para complementar, haverá visitação ao Boulevard Olímpico.

**NOVA IGUAÇU** **19/1** | 9h às 18h | Livre | R\$ 38 (habilitado Sesc), R\$ 56 (est., id., conv., < 21), R\$ 66 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Refeição não incluída.

## ENSAIO ESCOLA DE SAMBA DO RIO DE JANEIRO

No Rio de Janeiro, a festa das escolas de samba começa muito antes do carnaval. Os ensaios para o desfile no Sambódromo dos grupos A, B e Especial acontecem a partir do meio do ano e as quadras das escolas abrem as portas para foliões de todas as idades esquentarem os tamborins.

**BARRA MANSÁ** **12/1** | 16h às 23h | Livre | R\$ 68 (habilitado Sesc), R\$ 100 (meia-entrada), R\$ 118 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso e serviço de bordo. Refeição não incluída.

## FAZENDINHA RIO, VARGEM GRANDE - RJ

Aproveite suas férias com atividades muito divertidas que proporcionam uma vivência rural única no Rio de Janeiro. São 30 mil metros quadrados de espaço verde, animais de fazenda e muitas brincadeiras. Venha com a gente brincar!

**TERESÓPOLIS** **27/1** | 8h às 19h | Livre | R\$ 120 (habilitado Sesc), R\$ 175 (est., id., conv., < 21), R\$ 240 | Inclui transporte, guia de turismo, serviço de bordo, refeição, seguro e ingressos.

## FEIJOADA DO CORDÃO DA BOLA PRETA E REGIÃO DA LAPA

Fundado em 1918, o Cordão da Bola Preta é o mais antigo bloco de carnaval do Rio de Janeiro, um dos mais antigos do país e último representante remanescente dos antigos Cordões Carnavalescos que existiam no Rio de Janeiro no início do século 20. Atualmente carrega milhares de pessoas em seu desfile pelas ruas do Rio. Nesta atividade, vamos aproveitar um pouco da alegria e saborear a famosa feijoada do Cordão. O antigo Aqueduto da Carioca, utilizado por muito tempo para levar água de uma nascente para a população da cidade, é hoje um dos símbolos da cidade maravilhosa, sendo um importante reduto da cultura carioca, formada por diferentes povos. Em seus arredores, localizam-se prédios que remetem ao passado. Entre eles se destaca uma obra curiosa, a Escadaria Selarón, coberta por um mosaico colorido de mais de dois mil azulejos de diferentes partes do mundo, feita pelo artista chileno Jorge Selarón.

**NOVA FRIBURGO** **19/1** | 8h às 19h30 | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo e refeição.

## GUARAPARI E ACQUAMANIA

Guarapari fica no Espírito Santo, em meio a uma paisagem natural única, onde a beleza do mar, praias e manguezais se une à beleza e charme das montanhas. Conhecida por suas praias maravilhosas, a cidade vive hoje um novo momento de valorização de suas riquezas naturais, históricas e culturais. O passeio também contemplará uma visita ao parque aquático Acquamania com seu amplo complexo de lazer.

**CAMPOS** **20/1** | 6h às 21h | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo e refeição.

## HOTEL FAZENDA RIBEIRÃO

O hotel está localizado em Barra do Pirai, uma cidade cuja beleza é tamanha que lhe faz merecer o título de "Pérola do Vale". Sua posição privilegiada e central faz da cidade um destino obrigatório para quem quer conhecer toda a região. Bem no encontro dos rios Paraíba e Pirai que lhe deram o nome, o município tem um povo hospitaleiro que preserva suas tradições e está sempre de braços abertos para dividir com os visitantes as histórias lendárias dos tempos dos Barões. Em nosso day-use estão incluídas atividades com recreadores para crianças a partir de 5 anos e adultos, piscinas, visitaçao ao Alambique e salão de jogos.

**QUITANDINHA** **13/1** | 8h às 18h30 | Livre | R\$ 143 (habilitado Sesc), R\$ 210 (est., id., conv., < 21), R\$ 248 | Inclui ônibus de turismo, guia, almoço, serviço de bordo, seguro e ingressos.

## ILHA DE PAQUETÁ

A ilha é um paraíso à parte no Rio de Janeiro. Famosa por conta do romance A Moreninha e suas versões para TV e cinema, a ilha tem muito a oferecer e, durante o nosso passeio, vamos explorá-la ao máximo. Faremos a travessia pela baía de Guanabara, desfrutando da beleza das paisagens. Conheceremos a Praia dos Tamoios, Igreja e Praça Bom Jesus do Monte, e o Caramanchão dos Tamoios, onde faremos a clássica foto do famoso romance e todas as outras aconchegantes praias. Almoçaremos em um restaurante local para completar ainda mais nosso passeio.

**COPACABANA** **19/1** | 8h às 18h | Livre | R\$ 74 (habilitado Sesc), R\$ 108 (est., id., conv., < 21), R\$ 127 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo e refeição.

**RAMOS** **20/1** | 8h às 18h | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo e refeição.

## IPIABAS E FAZENDA SÃO JOÃO DA PROSPERIDADE

Um refúgio de paz e beleza natural, pertinho da capital: assim é Ipiabas, cidade serrana localizada no sul do estado do Rio de Janeiro. Quando o ritmo da metrópole cansa o corpo e a mente, a melhor alternativa é correr para lá e aproveitar o estilo de vida sereno do interior, cercado pela exuberância da Mata Atlântica. A Fazenda da Prosperidade é um recanto turístico que nos conduz ao tempo dos barões do café, com toda singularidade que essa época nos deixou como legado.

**SÃO GONÇALO** **12/1** | 7h30 às 19h | Livre | R\$ 125 (habilitado Sesc), R\$ 184 (est., id., conv., < 21), R\$ 217 | Inclui transporte, almoço, guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

## ITAIPAVA COM DAY USE NO SESC NOGUEIRA

Distrito de Petrópolis, Itaipava se torna mais independente da cidade imperial a cada temporada de inverno. Cada recanto possui uma identidade própria, porém, algumas características são comuns a todos eles: a tranquilidade, o conforto, o aconchego e a boa mesa. Realizaremos city tour para conhecer o Parque Municipal e o Orquidário. Neste dia, visitaremos o Sesc Nogueira onde há muito verde, ar puro e uma excelente infraestrutura de lazer.

**NITERÓI** **19/1** | 7h30 às 19h | Livre | R\$ 52 (habilitado Sesc), R\$ 77 (est., id., conv., < 21), R\$ 90 | Inclui transporte, guia de turismo, refeição, seguro e serviço de bordo.

**MADUREIRA** **20/1 e 27/1** | 7h30 às 20h | Livre | R\$ 67 (habilitado Sesc), R\$ 97 (est., id., conv., < 21), R\$ 115 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Refeição incluída.

## JARDIM CULTURAL UANÁ ETÊ

Localizada na região do Vale do Café, Mendes é conhecida por abrigar vários locais históricos como a Antiga Igreja Matriz de Santa Cruz, a Estação Ferroviária Engenheiro Néri Ferrei-

ra, Casa do Barão de Santa Cruz e Ruínas do Hotel Santa Rita. Nesse dia, ainda teremos a oportunidade de ouvir o tradicional Chorinho na Praça, atraindo turistas de todas as regiões. Após, seguiremos para conhecer o Jardim Ecológico Uaná Etê, um paraíso eco cultural, onde encontramos o 1º Labirinto da Música do mundo, um percurso interativo e colaborativo que propõe uma reflexão e interação entre monitores, professores e alunos, contando histórias sobre os jardins, sobre a natureza, a matemática e música.

**NITERÓI** **13/1** | 7h30 às 20h | Livre | R\$ 88 (habilitado Sesc), R\$ 129 (est., id., conv., < 21), R\$152 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo e ingresso. Refeição não incluída.

## LAPA CULTURAL E FEIJOADA DO CORDÃO DA BOLA PRETA

O bairro da Lapa, um dos principais cartões-postais da cidade, é conhecido como o "berço" da boemia carioca. Possui uma grande variedade de bares, restaurantes, boates e pubs temáticos que atendem a todos os gostos. É neste bairro que encontramos o Centro Cultural Cordão do Bola Preta, considerado o bloco de Carnaval mais antigo do Rio de Janeiro. O local oferece a tradicional feijoada carioca acompanhada de um show da Banda Cordão do Bola Preta, reunindo o melhor das marchinhas de carnaval.

**ENGENHO DE DENTRO** **19/1** | 10h às 20h | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, alimentação e serviço de bordo.

## LUMIAR E SÃO PEDRO DA SERRA

A história das duas cidades está intimamente ligada à história dos colonizadores suíços e alemães que vieram para Nova Friburgo a partir de 1820. Com um clima ameno e agradável ao longo do ano, e bastante frio no inverno, a região é reconhecida pelas belezas naturais como a mata, poços

e cachoeiras e pela tranquilidade.

**RAMOS** **12/1** | 7h30 às 19h | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

## MANGARATIBA E PARQUE ARQUEOLÓGICO SÃO JOÃO MARCOS

Por sua localização privilegiada e por suas belezas naturais, Mangaratiba é o portão de entrada da região da Costa Verde. Entre as atrações estão as praias, as ilhas que a contornam e as preservadas construções históricas. Merece destaque a matriz de Nossa Senhora da Guia, erguida no século XIX em estilo barroco e rococó e revestida com azulejos portugueses. Já o Solar do Barão de Sahy, um casarão neoclássico do século XIX, foi restaurado e transformado em um Museu Municipal. Além destes atrativos, será visitado também o Parque Arqueológico e Ambiental São João Marcos.

**DUQUE DE CAXIAS** **26/1** | 8h às 19h | Livre | R\$ 56 (habilitado Sesc), R\$ 82 (est., id., conv., < 21), R\$ 97 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Refeição não incluída.

## PARNASO, SEDE GUAPIMIRIM E TERESÓPOLIS

O Parnaso é uma das unidades de conservação mais conhecidas e visitadas e o terceiro Parque Nacional mais antigo do país. Além das paisagens deslumbrantes, o parque oferece aos seus visitantes diversas opções de lazer, como piscinas naturais, cachoeiras, trilhas, abrigos de montanha, camping, centros de visitantes e áreas para piquenique. Visitaremos a Sede de Guapimirim, onde está localizado o Museu Von Martius (que é a antiga sede da fazenda Barreira do Soberbo), assim como a Sede principal de Teresópolis, proporcionando um programa agradável para toda a família.

**SÃO GONÇALO** **20/1** | 8h às 19h | R\$ 55 (habilitado Sesc), R\$ 80 (est., id., conv., < 21), R\$ 94 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Refeição não incluída.

## PARQUE ALDEIA DAS ÁGUAS

O parque possui 330 mil metros quadrados de área construída proporcionando grande infraestrutura de lazer e entretenimento aos seus visitantes. Entre as atrações estão: 17 piscinas, toboáguas, rio corrente e piscina de ondas. Além de spa, quadras poliesportivas, campos de futebol society, espaço para esportes radicais e um incrível lago de pesca.

**TERESÓPOLIS** 20/1 | 6h30 às 20h | Livre | R\$ 105 (habilitado Sesc), R\$ 170 (est., id., conv., < 21), R\$ 205 | Inclui transporte, guia de turismo, serviço de bordo, seguro e ingressos.

**NOGUEIRA** 20/1 | 7h às 19h | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo. Refeição não incluída.

**SANTA LUZIA** 26/1 | 7h às 19h | R\$ 102 (habilitado Sesc), R\$ 149 (est.; id., conv., <21), R\$ 176 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso e serviço de bordo. Refeição não incluída.

**RAMOS** 26/1 | 8h às 19h30 | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo e refeição.

**NOVA FRIBURGO** 27/1 | 6h às 21h | Livre | R\$ 160 (habilitado Sesc), R\$ 181 (est., id., conv., < 21), R\$ 276 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo. Refeição não incluída.

**NOVA IGUAÇU** 27/1 | 8h às 18h | Livre | R\$ 85 (habilitado Sesc), R\$ 124 (est., id., conv., < 21), R\$ 147 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo. Refeição não incluída.

## PARQUE ARQUEOLÓGICO AMBIENTAL DE SÃO JOÃO MARCOS - RJ

O parque possui uma área total de 930 mil m<sup>2</sup>, incluindo mata e espelho d'água. No circuito de visitação, poderemos desfrutar dessa exuberante

natureza. O circuito arqueológico apresenta as ruínas consolidadas de São João Marcos e permitem um vislumbre da vida na antiga cidade.

**NOVA IGUAÇU** 12/1 | 8h às 17h | Livre | R\$ 51 (habilitado Sesc), R\$ 74 (est., id., conv., < 21), R\$ 88 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Refeição não incluída.

## PARQUE ESTADUAL DOS TRÊS PICOS

O parque possui a maior biodiversidade de todo o estado do Rio de Janeiro. Na trilha há um jequitibá gigante, com aproximadamente mil anos.

**TIUJUCA** 26/1 | 8h às 19h | 18 anos | R\$ 65 (habilitado Sesc), R\$ 95 (est.; id., conv., <21), R\$ 112 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

## SESC QUITANDINHA + DAY USE NO SESC NOGUEIRA

O Sesc Quitandinha está situado no antigo Palácio Quitandinha e ocupa toda a área social composta de teatro, salões sociais e sala de música. Em 1944, o prédio foi construído para ser o maior cassino da América e faz referência ao estilo normando, tendência dos grandes cassinos europeus. Também visitaremos o Sesc Nogueira, onde há muito verde, muito ar puro e uma infraestrutura de lazer excelente. Além disto, há várias opções de atividades promovidas pela equipe do hotel.

**SÃO JOÃO DE MERITI** 26/1 | 7h30 às 19h30 | Livre | R\$ 50 (habilitado Sesc), R\$ 74 (est., id., conv., < 21) e R\$ 87 | Livre | Inclui refeição, ingresso e serviço de bordo.

## TERESÓPOLIS E HOTEL FAZENDA BOA VIDA

Teresópolis possui lindas paisagens como rios e cascatas, somadas a uma rica flora e fauna locais. Seu nome é uma homenagem da Família Imperial à Imperatriz Teresa Cristina, esposa

de D. Pedro II, que se encantou com as belezas naturais e clima desta bela cidade da região serrana. O verde exuberante, o clima aconchegante e familiar, a simplicidade, o canto dos pássaros, as diversas trilhas ecológicas, o imenso lago (o maior da região), fazem do Hotel Fazenda Boa Vida o lugar ideal para seu lazer e descanso.

**DUQUE DE CAXIAS** **19/1** | 8h às 18h | Livre |  
R\$ 106 (habilitado Sesc),  
R\$ 155 (est., id., conv., < 21),  
R\$ 183 | Inclui transporte, guia  
de turismo, ingresso, refeição  
seguro e serviço de bordo.

## VISITA AO SESC BARRA MANSA

A Unidade Barra Mansa foi construída em estilo Antebellum Americano, também conhecido como arquitetura “E o Vento Levou”. Situada na Ilha do Baião, no Rio Paraíba do Sul, é considerada uma das mais belas edificações da cidade.

**TJUJUCA** **27/1** | 8h às 19h | 18 anos |  
R\$ 62 (habilitado Sesc), R\$91  
(est.; id., conv., < 21), R\$ 107 |  
Inclui transporte, guia de turismo,  
seguro e serviço de bordo.



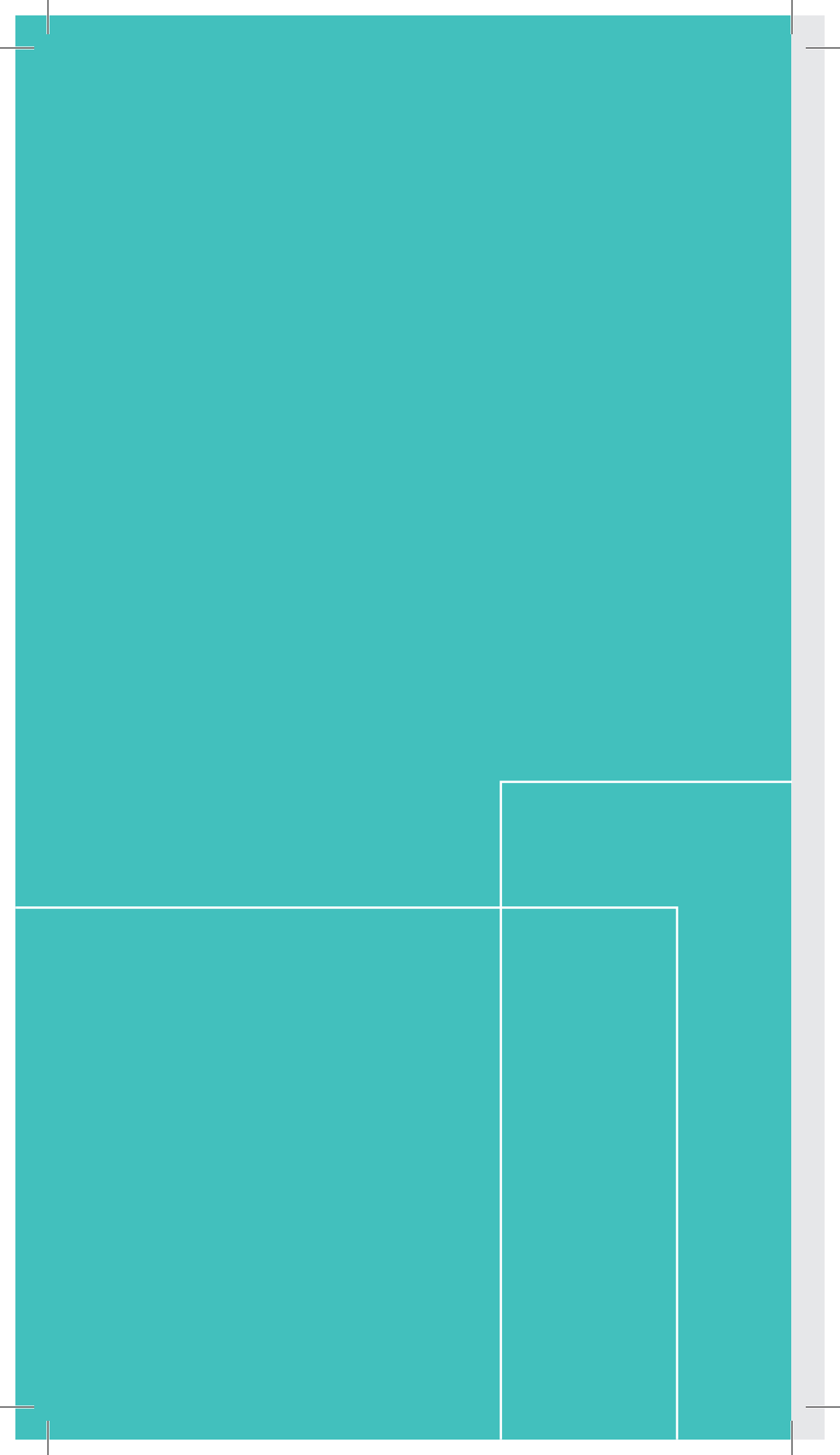
# COM O SESC POR AÍ

## BARRA BONITA COM ECLUSAS DO TIETÊ

O passeio pelas Eclusas do Rio Tietê é a principal atração da cidade de Barra Bonita e é diversão pra toda família. As embarcações sobem o rio em direção à usina hidrelétrica e o passeio dura cerca de três horas com almoço incluído. A paisagem é surpreendente: pássaros, peixes e 40 quilômetros de praias, que ficam à margem do rio. Visitaremos também a cidade de Piracicaba, que é uma das cidades mais importantes do interior paulista, tem sua vocação turística bem representada na Rua do Porto, que reúne construções históricas, calçada ótima para passeios e boa variedade de restaurantes.

SANTA LUZIA

**31/1 a 3/2** | 7h às 19h | Livre |  
R\$ 665 (habilitado Sesc),  
R\$ 865 (est., id., conv., < 21),  
R\$ 1.080 | Inclui transporte,  
hospedagem em apartamentos  
duplos standard com café da  
manhã, guia de turismo condutor,  
serviço de bordo e seguro  
viagem. Refeições não incluídas,  
exceto no passeio de barco.



# NO RIO, TEM SEMPRE UM SESC PERTO DE VOCÊ.

## UNIDADES SESC

### RIO DE JANEIRO

#### ARENA CARIOCA 3

Av. Embaixador Abelardo Bueno, 3401 – Barra da Tijuca

#### COPACABANA

Rua Domingos Ferreira, 160 – Copacabana

#### ENGENHO DE DENTRO

Av. Amaro Cavalcanti, 1.661 – Engenho de Dentro

#### MADUREIRA

Rua Ewbank da Câmara, 90 – Madureira

#### PARQUE RADICAL

Estrada Marechal Alencastro, 1357 – Ricardo de Albuquerque

#### RAMOS

Rua Teixeira Franco, 38 – Ramos

#### SANTA LUZIA

Rua Santa Luzia, 685 – Centro

#### TEATRO SESC GINÁSTICO

Av. Graça Aranha, 187 – Centro

#### TIJUCA

Rua Barão de Mesquita, 539 – Tijuca

### OUTROS MUNICÍPIOS

#### BARRA MANSÁ

Rua Tenente José Eduardo, 560 – Ano Bom

#### CAMPOS

Av. Alberto Torres, 397 – Centro

#### DUQUE DE CAXIAS

Rua General Argolo, 47 – Jardim 25 de Agosto

#### NITERÓI

Rua Padre Anchieta, 56 – Centro

#### NOGUEIRA | HOTELEIRA

Estrada do Calembe, 2.000 – Petrópolis

#### NOVA FRIBURGO | HOTELEIRA

Av. Presidente Costa e Silva, 231 – Duas Pedras

#### NOVA IGUAÇU

Rua Dom Adriano Hipólito, 10 – Moquetá

#### QUITANDINHA

Av. Joaquim Rolla, 2 – Petrópolis

#### SÃO GONÇALO

Av. Presidente Kennedy, 755 – Estrela do Norte

#### SÃO JOÃO DE MERITI

Av. Automóvel Clube, 66 – Centro

#### TERESÓPOLIS | HOTELEIRA

Av. Delfim Moreira, 749 – Várzea

#### TRÊS RIOS

Rua Nelson Viana, 327 – Centro

## UNIDADES MÓVEIS

#### ODONTOSESC

Carretas com consultórios odontológicos.

#### BIBLIOSESC

Caminhões-biblioteca itinerantes com acervo para empréstimo.

### FALE COM A GENTE

(21) 4020-2101

falecomagente@sescrj.org.br

## VEJA MAIS #AGENDASESC

www.sescrj.org.br

f SescRJ

@sescrj

portalsescrj

#### SERVIÇO SOCIAL DO COMÉRCIO –

#### DEPARTAMENTO REGIONAL DO

#### SESC NO RIO DE JANEIRO

Interventor: Luiz Gastão Bittencourt da Silva  
Diretora Regional: Antônia Regina Pinho da Costa  
Diretor de Programas Sociais: Gilson dos Santos

Programação: Unidades Sesc RJ

Produção: Área de Comunicação do Sesc RJ

#### ADMINISTRAÇÃO REGIONAL NO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Rua Marquês de Abrantes, 99 – Flamengo – Rio de Janeiro – RJ

A Agenda Sesc é uma publicação do Departamento Regional Rio de Janeiro, distribuída gratuitamente nas Unidades do Estado.



## Vem viver o Sesc de um jeito olímpico.

As férias estão aí e o que não falta no **Sesc RJ** são **atividades gratuitas** para crianças e jovens de 7 a 17 anos. Nas Unidades **Sesc Arena Carioca 3** e **Parque Radical**, eles vão bater recordes de diversão e conhecimento.



ESPORTE



LAZER



IDIOMAS

E MUITO MAIS

### GARANTA A VAGA DOS SEUS FILHOS!

#### INSCRIÇÕES

Sesc Arena Carioca 3: de terça a sábado, das 9h às 18h.

Parque Radical: de terça a sábado, de 8h30 às 16h.

#### Documentos necessários:

IDENTIDADE DOS PAIS E ALUNOS | COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA | CPF  
ATESTADO MÉDICO RECENTE\* ASSINADO E CARIMBADO PELO MÉDICO  
CARTEIRA DE TRABALHO E ÚLTIMO COMPROVANTE DE RENDA (SE FOR  
COMERCIÁRIO)

\*Emitido, no máximo, 6 meses antes da data de inscrição. O atestado é válido por 12 meses a partir da emissão. Após essa data, deverá ser renovado.