

# AGENDA SESC

JUL | 2019

Rio de Janeiro | Ano 2 | Nº 14

## FESTIVAL SESC DE INVERNO

Perspectivas e pluralidades  
da arte em Petrópolis, Teresópolis,  
Nova Friburgo, Duas Barras  
e Três Rios.

MÚSICA  
GERALDO AZEVEDO  
p. 6

ARTES CÊNICAS  
ESTADO DE SÍTIO  
p. 55

BÁRBARA DIAS  
GRUPO PIRUETA ARTE E CULTURA

**Sesc**

# Olha o ARRAIÁ DO SESC RJ! É verdade!

Comidas típicas, brincadeiras tradicionais,  
música, quadrilha e muito mais em uma festa  
arretada e sustentável, sim sinhô.  
Confira a agenda de julho e caminho da roça!

## JULHO

### SESC BARRA MANSA

Dias 5, 6 e 7

### PLANETÁRIO DA GÁVEA

(REALIZADO PELO SESC COPACABANA)

Dias 6 e 7

### SESC NOGUEIRA (PETRÓPOLIS)

Dias 6 e 7

### SESC PARQUE RADICAL

Dias 6 e 7

### SESC SÃO GONÇALO

Dias 6 e 7

### SESC RAMOS

Dias 13 e 14

### SESC NOVA IGUAÇU

Dias 20 e 21

### SESC NITERÓI

Dia 27

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

### DESTAQUE 3

SESC  
BARRA MANSA  
6

SESC CAMPOS  
9

SESC  
COPACABANA  
12

SESC  
DUQUE DE  
CAXIAS  
15

SESC ENGENHO  
DE DENTRO  
17

SESC MADUREIRA  
20

SESC NITERÓI  
25

SESC NOGUEIRA  
29

SESC  
NOVA FRIBURGO  
30

SESC  
NOVA IGUAÇU  
32

SESC PARQUE  
RADICAL  
35

SESC  
QUITANDINHA  
36

SESC RAMOS  
37

SESC  
SANTA LUZIA  
41

SESC SÃO  
GONÇALO  
42

SESC SÃO  
JOÃO DE MERITI  
45

SESC  
TERESÓPOLIS  
49

SESC TIJUCA  
50

SESC TRÊS RIOS  
53

TEATRO SESC  
GINÁSTICO  
55

## TURISMO SOCIAL

PASSEIOS E  
EXCURSÕES

COM O SESC  
POR AQUI —  
PASSEIOS  
57

COM O SESC  
POR AÍ —  
EXCURSÕES  
65

## 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 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.

### GRANDES NOMES DA NOSSA ARTE E TALENTOS LOCAIS JUNTOS NO FESTIVAL SESC DE INVERNO.

*Com uma programação instigante e plural, o evento convida a construir novos olhares e fortalecer identidades.*

Considerado o maior evento cultural multilinguagem do Brasil, o Festival Sesc de Inverno traz, em sua 18ª edição, além de artistas consagrados, a participação expressiva de talentos locais na programação cultural e, de forma inédita, nas peças de comunicação do evento. Tudo isso, buscando promover a produção artística e fortalecer a identidade cultural das regiões que recebem o Festival.

Outra grande novidade deste ano é a ampliação do evento. Tradicionalmente realizado em Nova Friburgo, Petrópolis e Teresópolis, o Festival chega aos municípios de Duas Barras e Três Rios, além dos distritos de Lumiar e São Pedro da Serra, levando espetáculos de música, teatro, dança e circo, exposições, exibição de filmes, atrações literárias, oficinas, atividades recreativas e muito mais.

Titãs, Anavitória, Zélia Duncan, Fernanda Abreu, Beto Guedes, Martinho da Vila, Mart'nália e Cidade Negra são alguns destaques musicais. A agenda de artes cênicas conta com os espetáculos *Andança – Beth Carvalho*, *O Musical*, *O Circo a Céu Aberto* e *Esperança na*

*Revolta*, entre outros. Os 75 anos do Quitandinha serão comemorados com diversas atividades especiais em Petrópolis, incluindo o show de abertura do Festival, com a Orquestra Tabajara, uma exposição e um seminário. A masterclass com Gustavo Pizzi e a mostra *Os Múltiplos Lugares* de Roberto Farias são destaques da programação de audiovisual. As crianças vão se divertir com *Tropicalinha – Caetano e Gil para Crianças*, contações de histórias, *Mundo Bita* e muitas outras atividades direcionadas ao público infantil.

A solidariedade também tem grande destaque na edição deste ano: a doação de alimentos não perecíveis garante gratuidade em ingressos e ainda colabora com instituições sociais atendidas pelo Mesa Brasil Sesc RJ, transformando a vida de muita gente.

Venha (re)descobrir a nossa arte!

**Informações e venda de ingressos\*:**  
**[www.festivalsescdeinverno.com.br](http://www.festivalsescdeinverno.com.br)**  
**#FestivalSescdeInverno**

\*A partir de 4/7/2019.



# PROGRAMAÇÃO

## ARTES CÊNICAS

### DIVERSIDADE EM UM NORDESTE BRASILEIRO

5/7 a 7/7 | 18h às 22h | Livre | **GRÁTIS**

Intervenção artística com atores caracterizados de cangaceiros, que revivem o ambiente do cangaço e convidam o público a participar de uma viagem cênica ao Nordeste e de brincadeiras típicas nordestinas.

### TUM TUM TUM BATE CORAÇÃO

6/7 e 14/7 | Livre | **GRÁTIS**

De maneira lúdica e consciente, a intervenção aborda as doenças sexualmente transmissíveis, atentando para o fato de que a falta de informações pode trazer severos danos às pessoas que negligenciam suas vidas. A atividade acontece às 20h (6/7) e às 14h (14/7).

### PALHAÇARIA

7/7 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Dois palhaços circulam pela Unidade interagindo com o público e apresentando números com malabares, monociclo e improvisações.

## MÚSICA

### GERALDO AZEVEDO

4/7 | 20h | 12 anos | R\$ 5 (habilitado Sesc), R\$ 10 (meia-entrada), R\$ 20. Acompanhando de seu virtuoso violão, Geraldo Azevedo passeia por quatro décadas de composições, apresentando desde sucessos do início de sua carreira, como *Táxi Lunar*, *Bicho de Sete Cabeças* e *Caravana*, até canções do seu último álbum *Salve São Francisco*. Show de abertura da *Festa Julina* da Unidade.

## EXPOSIÇÃO

### CIÊNCIA DO MANGUE

2/7 a 31/7 | 3ª a 6ª, 9h às 21h.

Sábados, domingos e feriados,  
9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A exposição busca legitimar a participação do público na preservação do meio ambiente a partir da conscientização ecológica e social, utilizando como principal ferramenta a interatividade digital.

### COLETIVO DE MULHERES

2/7 a 31/7 | 3ª a 6ª, 9h às 21h.

Sábados, domingos e feriados,  
9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

Exposição de colagens, pinturas, esculturas e instalações. A Galeria de Artes do Sesc Barra Mansa fica no segundo piso do Casarão.

### FOTOGRAFIAS

2/7 a 31/7 | 3ª a 6ª, 9h às 21h.

Sábados, domingos e feriados,  
9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A exposição apresenta cenários históricos da região do Vale do Café, destacando construções, mobiliários, utensílios, objetos e instrumentos de trabalho característicos do modo de vida e do processo de produção do café em sua época auge.

### CASA DAS PLANTAS – VIVEIRO

14/7 a 31/1 | 3ª a 6ª, 9h às 21h.

Sábados, domingos e feriados,  
9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

Cada planta, cada técnica, cada muda e cada semente vai ter um lugar para morar! A Unidade apresenta seu viveiro de mudas.



## FILMES E VÍDEOS

### PUAJ!

**14/7** | 15h | Livre | **GRÁTIS**

*Bollerville* é um povoado tranquilo na Europa, um lugar tão comum que se transformou em uma amostra perfeita para realizar estudos de mercado. Para isso, os idosos são internados em asilos a fim de manter baixo o índice de idade média de seus habitantes. As crianças se negam a ser cobaias e decidem se rebelar contra seus pais porque não suportam a comida que a fábrica de alimentos instalada na cidade quer que eles consumam. Com a ajuda dos avós, elas começam a estabelecer um novo registro na cidade que obriga as autoridades a reconhecer que seus habitantes não são “normais”. O resultado é o caos total! Direção de Veit Helmer. 82min. Alemanha, 2014. A sessão faz parte do *Festival Internacional de Cinema Nueva Mirada*.

### SEGUNDA MOSTRA SESC DE CINEMA

**16/7 a 26/7** | 19h | 16 anos | **GRÁTIS**

Na segunda edição da mostra, a Unidade apresenta parte de seu variado acervo de filmes. Consulte detalhes da programação, como títulos e datas, na Unidade.

### O GALO DE SÃO VICTOR

**21/7** | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Com seu canto estridente, o galo da cidade acorda todo mundo quando está amanhecendo. Alguns habitantes não estão felizes em acordar tão cedo e decidem dar um fim ao pobre galo. Quando finalmente alcançam seu objetivo e se livram do animal, acabam percebendo que ele era mais importante do que pensaram e tentam trazê-lo de volta. Direção de Pierre Greco. Animação / Aventura. 80min. Canadá, 2014. A sessão faz parte do *Festival Internacional de Cinema Nueva Mirada*.

## IDOSOS

### ESTIMULAÇÃO COGNITIVA

**4/7 a 25/7** | 5<sup>as</sup>, 14h às 16h |

50 anos | **GRÁTIS**

A estimulação cognitiva tem por objetivo trabalhar e estimular as funções cerebrais da pessoa, ou seja, sua capacidade de memorização, concentração, coordenação, atenção e resolução de problemas, visando preservar ou melhorar tais funções.

### CORREIO ELEGANTE

**6/7 e 7/7** | 18h às 21h |

50 anos | **GRÁTIS**

Durante a atividade, três benzedeadas de diferentes tempos mostram que as gerações podem criar e fortalecer laços de afeto e amizade, utilizando suas poções, simpatias e encantamentos. O objetivo do correio elegante é trabalhar principalmente a questão do envelhecimento de forma a integrar pessoas de gerações diferentes.

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

**9/7** | 15h | 50 anos | **GRÁTIS**

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

## INFANTIL

### COMER É DIVERTIDO

**7/7 e 28/7** | 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

De maneira lúdica, por meio da utilização de jogos educativos e orientações, os participantes vão aprender mais sobre cuidados com a saúde, higiene e alimentação.

## PALESTRAS E DEBATES

### SORRISO JULINO

**6/7 e 7/7** | 18h às 23h | Livre | **GRÁTIS**

A atividade busca orientar o público presente sobre os devidos cuidados com a saúde bucal, respondendo suas principais dúvidas de acordo com as particularidades de cada pessoa e a ajuda de uma brincadeira lúdica.

### ORIENTAÇÃO EM SAÚDE BUCAL

**14/7 e 21/7** | 10h às 16h |

Livre | **GRÁTIS**

Durante a atividade, o público receberá informações sobre cuidados com a saúde bucal, dicas de prevenção para as crianças e a família, além de dicas de como agir em emergências odontológicas.

## CURSOS E OFICINAS

### QUICK MASSAGE

**5/7 a 7/7** | 18h às 23h | Livre | **GRÁTIS**  
Momentos de bem-estar que promovem o equilíbrio físico, mental e energético, e o relaxamento muscular das regiões cervical, torácica, lombar e membros superiores, proporcionando o alívio imediato das tensões e dores muscular.

### LÍNGUA ESTRANGEIRA - INGLÊS

**6/7 e 13/7** | 13h às 15h | Livre | **GRÁTIS**  
A ação envolve os participantes em atividades lúdicas e colaborativas, onde eles terão a oportunidade de conhecer, ouvir, associar e pronunciar no idioma estrangeiro, um vocabulário básico sobre diferentes temas, tais como: descrições físicas, cores, animais, números e frutas, entre outros.

### HORTA HIDROPÔNICA

**6/7 a 27/7** | Sábados, 10h às 13h e 15h | 14 anos | **GRÁTIS**  
A horta hidropônica consiste no cultivo de vegetais a partir da imersão de suas raízes em água enriquecida com nutrientes, dispensando completamente a terra. Nesse curso você aprenderá como construir e manter uma horta hidropônica.

### PLANTIO

**6/7 a 27/7** | Sábados, 13h às 15h | Livre | **GRÁTIS**  
A proposta da oficina é fornecer informações para que os participantes possam aprender a plantar e manter as mais diversas espécies de plantas.

### COMPOSTERIA DOMÉSTICA

**7/7 a 28/7** | Domingos, 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**  
O resíduo gerado em nossas casas pode se tornar um adubo rico em nutrientes, evitando assim contaminar o meio ambiente. Durante a oficina, os participantes aprendem a identificar, segregar e fazer compostagem desse resíduo, transformando-o em um alimento nutritivo que vai ajudar no crescimento das plantas.

### DRAMATURGIA DO ATOR

**9/7 a 13/7** | 18h | 16 anos | **GRÁTIS**  
A oficina de teatro propõe um estudo sobre o olhar e a escuta do corpo físico para construção de um campo magnético de presença - *o Corpo Sensível* -, a partir

de treinamento muscular e vocal, com foco na tridimensionalidade e autonomia dos órgãos de expressão. A oficina faz parte do projeto *Sesc Dramaturgias 2019*.

### O USO DO BIOMAPA COMO INSTRUMENTO DE ANÁLISE, PARTICIPAÇÃO SOCIAL E PLANEJAMENTO LOCAL

**13/7** | 9h às 18h | 16 anos | **GRÁTIS**  
Para preservar o meio ambiente, e propor soluções e ações, é necessário conhecer a realidade social, política, cultural e econômica do local, compreender as dimensões do espaço para entender as problemáticas e necessidades. Durante o curso, vamos compreender melhor a metodologia do BIOMAPA e saber como ela deve ser aplicada.

### CORDÃO DE TERRÁRIO

**17/7, 21/7, 27/7 e 28/7** | Livre | **GRÁTIS**  
Durante a oficina, os participantes serão apresentados ao conceito de ecossistema por meio da utilização de um terrário. Serão confeccionados mini terrários em forma de cordão. Dias 17/7 (14h às 16h), 21/7, 27/7 e 28/7 (13h às 15h).

### LÍNGUA ESTRANGEIRA - ESPANHOL

**20/7 e 27/7** | 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**  
Por meio de jogos, os participantes terão a oportunidade de treinar seu vocabulário em espanhol. No dia 20/7, o jogo *Equilibate* trabalha as partes do corpo no idioma estrangeiro, além de exercitar o equilíbrio. No dia 27/7, é a vez do jogo *El Tornado*, uma adaptação do conhecido Twister, apresentar as cores, as partes do corpo e o senso de direção, a lateralidade (direita/esquerda).

## PROJETOS ESPECIAIS

### FESTA JULINA

**5/7 a 7/7** | Livre | R\$ 5 (habilitado Sesc), R\$ 10.  
Vem aí mais uma edição da tradicional Festa Julina do Sesc Barra Mansa! O público poderá visitar barraquinhas com comidas típicas, conhecer a feira de artesanato, assistir às apresentações dos shows musicais e quadrilhas, brincar no parque diversões e muito mais. Dias 5/7 e 6/7, das 18h às 23h. Dia 7/7, das 12h às 21h.

## ARTES CÊNICAS

### DAS CINZAS CORAÇÃO 2/7 | 20h | Livre | GRÁTIS

Qual o sentido de, em pleno século XXI, num espetáculo de circo-teatro, usar a linguagem do cinema de 100 anos atrás para contar uma história de opressão feminina passada em 1920? É que estas cenas seguem reencenadas na vida real, em todo canto, todas as classes sociais e orientações religiosas ou políticas. O espetáculo brinca que é cinema mudo em preto-e-branco, com trilha ao vivo feita por um pianista como os da época. Tudo pra fazer rir com Aurora, que tenta espremer a poesia possível do seu já murcho lar, nada doce lar. Porque a gente acredita que não há nada mais transformador que o riso - 23 séculos antes do cinema, Aristóteles já dizia disso. O espetáculo usa como referência um filósofo mais contemporâneo: o cítrico e genial cineasta Buster Keaton. Com o grupo *Quimera Criações Artísticas e Teatro Ateliê*, de Porto Alegre (RS). O espetáculo faz parte do projeto *Palco Giratório*.

## MÚSICA

### LÍRICAS HISTÓRICAS 30/7 | 20h | Livre | GRÁTIS

Com uma abordagem cronológica, será apresentado um repertório que trará à luz a obra e a história de compositoras representantes de várias fases da música brasileira, especialmente a de concerto. Apesar de sua produção relevante, muitas delas não tem o devido reconhecimento público. Com Gabriela Geluda (RJ), Anastácia Rodrigues (PE), Priscilla Ermel (SP) e Vanja Ferreira (RJ).

## EXPOSIÇÃO

### PLANTAS DA CAATINGA 2/7 a 31/7 | 3º a domingo,

9h às 18h | Livre | GRÁTIS  
Conheça as várias espécies que compõem o bioma brasileiro, caracterizadas pela adaptabilidade em ambientes extremamente quentes e áridos. As mais conhecidas são os cactos, que apresentam espinhos e a capacidade de reter água.

## LITERATURA

**UMA MOÇA MUITO PREGUIÇOSA**  
21/7 | 16h | Livre | Entrada solidária: 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. Era uma vez uma moça cortejada por um jovem muito bonito da aldeia onde morava. Todos os dias, ele passava na frente da sua janela, sempre no mesmo horário, lindo e galopando o seu cavalo. Encantado com a beleza da moça, o rapaz resolveu pedi-la em casamento. O que ele não sabia era que se tratava de uma moça muito preguiçosa. Com o *Grupo Cirandarte*.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### MOMENTO PARA DANÇAR 31/7 | 19h às 22h | 15 anos | R\$ 2 (habilitado Sesc), R\$ 4.

Encontro dançante com música ao vivo. A atividade busca proporcionar ao público um momento de lazer, socialização e bem-estar por meio da dança. Apresentação da banda *Halgo a Mais* embalando os alunos do curso de ritmos e a comunidade campista.

## RECREAÇÃO ESPORTIVA

**6/7 a 28/7** | Sábados, domingos e feriados | **GRÁTIS**

Programação especial de lazer, atrativa e prazerosa, realizada durante os finais de semana e feriados, atendendo a todas as idades. Em julho: *Hidro Animação* (11h às 12h e 14h às 15h | 18 anos), *Recreação Aquática* (12h às 13h e 15h às 16h | Livre) e *Torneios Esportivos de Futsal e Vôlei* (Domingos e feriados, 9h às 18h | 16 anos), *Pilates, Hidroginástica, Natação Musculação, Circuito, Desportos e Dança* (Sábados, 10h às 12h | Livre). A programação faz parte do projeto *Sesc+ Diversão*.

## IDOSOS

### PALESTRA COM PSICÓLOGA

**12/7** | 9h | 55 anos | **GRÁTIS**

A profissional atua com o grupo, proporcionando espaço de falas e reflexões, a fim de trabalhar questões de afetividade, relacionamentos e convivência.

### DIA DOS AVÓS

**26/7** | 9h às 15h | Livre | **GRÁTIS**

Oficinas, brincadeiras e atividades de integração envolvendo avós e netos.

## PALESTRAS E DEBATES

### OS BENEFÍCIOS DA YOGA NO CORPO E NA MENTE

**19/7** | 9h às 12h | 16 anos | **GRÁTIS**

A prática da yoga traz diversos benefícios para a saúde, tanto de mulheres quanto de homens, porque trabalha o corpo e a mente de forma interligada, com exercícios que auxiliam para o controle do estresse, ansiedade, dores no corpo e na coluna, além de melhorar o equilíbrio e facilitar o emagrecimento. Para aproveitar todos os benefícios que a atividade proporciona, são necessários, pelo menos, 3 meses de prática. Inscrições no Setor de Matrículas da Unidade.

## CURSOS E OFICINAS

### BONECAS DE PANO

**2/7 a 25/7** | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 8h às 12h | 16 anos | **GRÁTIS**

Aprenda a confeccionar lindas bonecas de pano, costuradas à mão. A turma será destinada apenas a alunos que possuem conhecimento básico em bordados. O aluno deve levar o seu kit básico: agulhas, tesoura e caneta. Inscrição prévia no Setor de Matrículas da Unidade a partir da apresentação dos documentos pessoais.

### ACESSÓRIOS EM COURO

**2/7 a 25/7** | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 13h às 17h | 16 anos | **GRÁTIS**

Couro e couroino podem ser utilizados para confecção de acessórios, carteiras, bolsas e muito mais. O curso propõe o ensino da técnica para iniciantes.

### COSMÉTICA E SABOARIA NATURAL

**3/7 a 31/7** | 4<sup>as</sup> e 6<sup>as</sup>, 8h às 12h | 16 anos | **GRÁTIS**

A cosmética natural baseia-se na utilização de ingredientes com um menor nível de processamento industrial possível. O curso ensinará a fazer esfoliantes, sabonetes, sais de banho e muito mais. Inscrição prévia no Setor de Matrículas da Unidade a partir da apresentação dos documentos pessoais.

### CARTONAGEM

**3/7 a 31/7** | 4<sup>as</sup> e 6<sup>as</sup>, 13h às 17h | 16 anos | **GRÁTIS**

A arte de transformar papel e tecido em peças utilitárias dá à cartonagem múltiplas possibilidades de criação e uma ótima aceitação de mercado. O aluno deve levar o seu kit básico: tesoura, estilete, lápis e régua. Inscrição prévia no Setor de Matrículas da Unidade a partir da apresentação dos documentos pessoais.

### CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

**3/7 a 4/7** | 20h | Livre | **GRÁTIS**

Oficina prática focada em exercitar técnicas que facilitem a fluidez da narrativa, agucem sentidos e aumentem a percepção da importância dos detalhes, para que cada participante possa aprimorar seu estilo de contação com base nas técnicas experimentadas. Destinada a contadores de histórias, artistas, educadores, bibliotecários e demais interessados.

### **DRAMATURGIA DO ATOR, COM LYDIA DEL PICCHIA**

**2/7 a 5/7** | 13h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A oficina foca no estudo do texto e da emissão por meio de estímulos vocais e corporais, propondo ao ator uma investigação sobre o entendimento daquilo que conecta o trabalho em sala ao momento da cena. Além disso, desenvolve princípios como o jogo, a polifonia, a construção do ator criador e do teatro como coletivo, de maneira que o participante possa desenvolver sua atenção, escuta, disponibilidade e concentração, além de reconhecer em si possibilidades de trabalhar como um indivíduo que propõe, questiona, atua, e não simplesmente observa ou recebe informações. São exercícios que trabalham a energia do espaço e do corpo, potencializadas para a criação. A oficina faz parte do projeto *Sesc Dramaturgias*.

### **TECELAGEM E TAPEÇARIA**

**6/7 a 27/7** | Sábados, 9h às 13h | 16 anos | **GRÁTIS**

Desde a antiguidade, o homem pratica a técnica de tecer fios de algodão e outras fibras. Atualmente, a técnica se reinventa e dá um tom sofisticado e tradicional para os trabalhos manuais. Inscrição prévia no Setor de Matrículas da Unidade a partir da apresentação dos documentos pessoais.

### **ESTAMPARIA ARTESANAL**

**6/7 a 27/7** | Sábados, 14h às 18h | 16 anos | **GRÁTIS**

Aprenda a estampar camisas e tecidos de forma artesanal e muito criativa. Inscrição prévia no Setor de Matrículas da Unidade a partir da apresentação dos documentos pessoais.

### **ARTETERAPIA**

**17/7** | 13h às 17h | 18 anos | **GRÁTIS**

A arteterapia se preocupa com a pessoa, trabalhando a partir de seu mal-estar e de seu desejo de mudança. A Unidade busca oferecer atividades de relaxamento com oficinas de temas livres para mente e corpo. Inscrição prévia no Setor de Matrículas da Unidade.

### **PROJETOS ESPECIAIS**

#### **SAÚDE E ATITUDE ORIENTAÇÕES E AFERIÇÕES**

**2/7 a 31/7** | 3ª a 6ª, 9h às 14h |

Livre | **GRÁTIS**

A atividade conta com aferição de pressão, teste glicêmico, orientações de IST com distribuição de preservativos, orientações sobre cuidados com a pele e orientações preventivas sobre dengue, zika e chikungunya.

#### **MASSOTERAPIA**

**2/7 a 30/7** | 3ª, 9h às 12h |

Livre | **GRÁTIS**

O Shiatsu é uma técnica de massagem extremamente antiga que trabalha a pressão com os dedos. Neste método, o massagista trabalha com a energia da pessoa. Acredita-se que o desequilíbrio nessa energia leva o indivíduo a sofrer de stress, dores, tensão e outros males.

## ARTES CÊNICAS

### ERA MEDEIA

**11/7 a 28/7** | 5ª a domingo, 18h | 14 anos  
| **GRÁTIS** (PCG), R\$ 7,50 (habilitado Sesc),  
R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 30.

O espetáculo representa um dia de trabalho na vida de um diretor excêntrico e de uma atriz insegura, que se encontram justamente no meio de um processo de ensaios de uma adaptação da tragédia grega *Medeia*, de Eurípedes. O universo teatral serve como pano de fundo para abordar questões pertinentes ao âmbito artístico, mas também é utilizado como estrutura simbólica para levantar questionamentos atualmente discutidos na sociedade, como o abuso de poder, o machismo e a espetacularização da vida privada. Texto e direção de Eduardo Hoffmann. Supervisão artística de César Augusto. Com Isabelle Nassar e Eduardo Hoffmann.

### FILHOS DE MEDEIA

**11/7 a 28/7** | 5ª a domingo, 20h | 16 anos | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 7,50 (habilitado Sesc), R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 30.

Em meio a uma cidade em convulsão, jovens artistas de teatro se reúnem para formar uma banda de rock performática. A narrativa de cada um deles se confunde com o mito de *Medeia*, do século IV a.C. Eles são os *Filhos de Medeia* e navegam, por oito faixas/cantos, da antiguidade bárbara ao mundo moderno, dito civilizado, tentando entender quem são e em que mundo existem. Dramaturgia de Alexandre Costa, Carolina Lavigne, Martina Sohn Fisher e Pedro Kosovski. Direção de Marco André Nunes. Direção musical de Felipe Storino. Com André Coelho, André Dale, Clarice Sauma, Kelson Succi, Marfa Kourakina, Nina da Costa Reis, Pedro Nego e Reinaldo Júnior.

## MÚSICA

### ORQUESTRA ABAYOMY E BIA FERREIRA

**2/7** | 20h | Livre | **GRÁTIS** (PCG),  
R\$ 7,50 (habilitado Sesc), R\$ 15  
(meia-entrada), R\$ 30.

Além de faixas dos álbuns *Abayomy e Abra sua Cabeça*, o setlist contará com releituras representativas para a banda, como *Meus Filhos*, *Meu Tesouro* (Jorge Ben), *Baba Alapalá* (Gilberto Gil) e canções da *Orquestra Afro-Brasileira*. Os músicos prometem também apresentar uma faixa inédita, parte do trabalho que será lançado ainda em 2019.

### TRIO IN UNO E GABRIEL GROSSI

**23/7** | 20h | Livre | **GRÁTIS** (PCG),  
R\$ 7,50 (habilitado Sesc), R\$ 15  
(meia-entrada), R\$ 30.

Fruto da amizade entre os brasileiros Pablo Schinke (violoncelo) e José Ferreira (violão de 7 cordas), e a italiana Giulia Tamanini (saxofones), o *Trio in Uno* se formou em Paris, em 2014. O grupo de choro, cheio de energia e talento, se destaca por sua sonoridade única e grande cumplicidade musical.

## LITERATURA

### ÇAÇA-HISTÓRIAS COM ELIZA MORENNO

**6/7 e 20/7** | 16h | Livre | **GRÁTIS**

*E se esse mapa tivesse pistas que levassem a um grande tesouro?* *Çaça-histórias* é uma divertida atividade de mediação literária e contação de histórias, que envolve brincadeiras populares e literatura infantil. Os livros serão estrategicamente escondidos dentro de um baú no espaço de realização. Um mapa dará pistas sobre o lugar onde ele estará escondido.

## SARAU POÉTICO - POESIA VIRAL CONVIDA

10/7 | 19h | Livre | GRÁTIS

A dupla *Poesia Viral* reunirá alguns dos melhores nomes da poesia contemporânea brasileira num espaço tradicional da cultura carioca. Com mais de dez anos de experiência profissional, a dupla é reconhecida pela qualidade de sua performance artística e de seus projetos. Serão ao todo 24 artistas convidados nos 4 encontros, nos quais o público também poderá recitar seus poemas em dois momentos de palco aberto.

## FILMES E VÍDEOS

### O MOINHO E A CRUZ

3/7 | 16h | 16 anos | GRÁTIS

O filme propõe uma recriação inédita e em movimento do quadro *A Procissão para o Calvário* (1564), de Pieter Bruegel, que narra a Paixão de Cristo durante a ocupação espanhola. A história alterna a construção do quadro, narrada por Bruegel, o sofrimento de Jesus, comentado por Maria, e a vida típica dos camponeses que compunham esta sociedade do século XVI. Direção de Lech Majewski. Drama / Histórico. 92min. Polônia / Suécia, 2012. A apresentação faz parte da *Mostra Bloco do Leste*.

### NA VENTANIA

10/7 | 16h | 12 anos | GRÁTIS

Na Estônia, durante a Segunda Guerra Mundial, Erna é separada do marido e enviada a um campo de trabalhos forçados junto com a filha. Sobrevivendo com muito pouco, ela tenta se comunicar com o marido por cartas. Direção de Martti Helde. Drama. 87min. Estônia, 2016. A apresentação faz parte da *Mostra Bloco do Leste*.

### BODY

17/7 | 16h | 14 anos | GRÁTIS

Um advogado muito ocupado preocupa-se com sua filha que sofre de bulimia e teme que ela possa fazer algo contra sua própria vida, uma vez que ela ainda está abalada com a morte de sua mãe. Quando eles entram em contato com uma traumatizada terapeuta, eles são forçados a mudar suas opiniões sobre vida e morte. Direção de Malgorzata Szumowska. Drama. 92min. Polônia, 2016. A apresentação faz parte da *Mostra Bloco do Leste*.

## TUDO QUE EU AMO

24/7 | 16h | 16 anos | GRÁTIS

Os rumores de uma revolução na Polônia crescem como uma bola de neve. O movimento *Solidariedade* começa a ganhar força, e o povo insatisfeito está cada vez mais disposto a criticar o regime comunista. O adolescente Janek, filho rebelde de um policial militar, é o vocalista de uma banda de punk rock local. O jovem se apaixona por Basia, 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. 95min. Polônia, 2012. A apresentação faz parte da *Mostra Bloco do Leste*.

### DEMON

31/7 | 16h | 14 anos | GRÁTIS

Um homem chega a uma desconhecida cidade, local onde sua noiva cresceu. Como um presente de casamento do avô dela, eles ganham um pedaço de terra para que juntos possam erguer uma casa, construir uma família. Enquanto preparam o terreno para a futura casa, o noivo acha ossos humanos na terra de sua nova propriedade. Coisas estranhas começam a acontecer e a interferir na vida do casal. Direção de Marcin Wrona. Terror. 94min. Polônia, Israel, 2016. A apresentação faz parte da *Mostra Bloco do Leste*.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### MOMENTO PARA DANÇAR – CHÁ DA TARDE

19/7 e 26/7 | 15h30 às 17h30 | 15 anos | R\$ 20 (habilitado Sesc), R\$ 30 (meia-entrada), R\$ 60.

Encontro dançante com música ao vivo que proporciona um momento de lazer, socialização e bem-estar aos associados por meio da dança, com serviço de buffet. O tema do mês é *Anos 60*.

### **CAMINHADA E RELAXAMENTO**

**6/7 e 13/7** | 9h às 10h | Livre | **GRÁTIS**

Experimentação de caminhada leve seguida de técnicas de relaxamento e alongamento corporal, visando oferecer atividades de lazer que promovam benefícios físicos e cognitivos ao indivíduo, reforçando o Sesc como atrativo para o lazer do associado e seus familiares.

### **INFANTIL**

#### **CIRCUITO INFANTIL**

**20/7 e 27/7** | 10h às 13h | Livre | **GRÁTIS**

Espaço de brincadeiras populares e jogos infantis gigantes, que promove atividades de lazer para toda a família.

### **CURSOS E OFICINAS**

#### **ELABORAÇÃO DE PROJETOS SOCIAIS**

**6/7 e 7/7** | 10h às 16h | 16 anos | **GRÁTIS**

A oficina tem como objetivo contribuir com informações e exercícios práticos que possibilitem a redação de projetos sociais. Inscrições na Central de Atendimento e/ou pelo e-mail [inscricoes.copacabana@sescsrio.org.br](mailto:inscricoes.copacabana@sescsrio.org.br)



## ARTES CÊNICAS

### MARIA MENINA

13/7 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Um dia, nasceu Maria Menina. Na cabeça dela crescia um cabelo que dava voltinha, se embaraçava e ocupava espaço. Era um cabelo muito faceiro, cheio de vontades e opiniões próprias. Na cidade onde Maria nasceu, todos tinham medo de cabelos como aquele. Sua tia, então, prendeu seu cabelo bem firme para que ele não se esparramasse por aí. Prendeu tão forte que ficou com a mão presa nele. Com o tempo, Maria Menina é surpreendida por uma dor de cabeça que ela não entende. Ela decide se aventurar em busca da cura para sua dor, passando por caminhos e descobertas sobre o mundo e sobre si mesma.

### A HISTÓRIA DAS HISTÓRIAS

27/7 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Os intrépidos e atrapalhados Marosa e Cazu são jovens contadores de histórias, aprendizes da Doutora Rivânia Magnus Autoreum - uma mistura de anjo, fada, guerreira e professora. Em um belo dia, como de praxe, os dois abrem as apresentações com muita alegria e música, mas o inesperado acontece: a Doutora Rivânia, pela primeira vez, não aparece para contar suas histórias incríveis, deixando-os sozinhos. Para dar continuidade à missão de espalhar o amor pelos livros por meio de suas histórias, a dupla, que ficou apenas com um livro em branco nas mãos, decide usar a imaginação, a memória e histórias universais para recriar a própria história.

## EXPOSIÇÕES

### CRIA DO BAIRRO

6/7 a 14/9 | 3ª a sábado, 8h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

A exposição do artista Raoni Redni, composta por pinturas em tela, colagens e graffiti, expressa a produção da obra homônima *Cria do Bairro*, exaltando os moradores da Baixada Fluminense e a instalação *Ride Art*, que expressa o trânsito e a adrenalina de produzir arte na rua. A abertura da mostra acontece às 14h do dia 6/7.

## IDOSOS

### RITMOS REGIONAIS NORDESTINOS

6/7 a 26/7 | Sábados, 13h30 às 16h30 | 50 anos | **GRÁTIS**

A oficina especial trabalha o corpo de maneira lúdica por meio da dança, utilizando como base os ritmos regionais nordestinos.

### ENCONTRO TARDE DANÇANTE

19/7 | 13h às 17h | 50 anos | **GRÁTIS**

Encontro dançante com tema julino, apresentação de banda ao vivo e dançarinos relembrando sucessos que marcaram época. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Vida*.

### SEXUALIDADE: UM ASSUNTO PARA TODAS AS IDADES

23/7 | 9h às 11h | 50 anos | **GRÁTIS**

A palestra aborda a temática da sexualidade, curiosidades e mudanças de acordo com as gerações, com objetivo de levantar e elucidar discussões sobre autoestima, relacionamentos e protagonismo do idoso nos dias atuais, como seres que buscam seus próprios direitos e desejos. O assunto não tem idade.

## PALESTRAS DE DEBATES

### A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR NO PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL

**13/7** | 9h às 11h | Livre | **GRÁTIS**  
Palestra dedicada aos pais, familiares, educadores e cuidadores de uma forma geral, com objetivo de fomentar e elucidar a importância do brincar para o desenvolvimento das crianças. A atividade também busca uma reflexão sobre como adultos e educadores que atuam/convivem com crianças podem estimulá-las de forma lúdica e criativa, exemplificando de forma simples e prática que uma brincadeira pode ir muito além de ser somente uma brincadeira.

### GRUPO DE ARTESÃOS EMPREENDEDORES

**27/7** | 9h às 11h | 50 anos | **GRÁTIS**  
Atividade voltada para o estímulo e fomento da produção artesanal, bem como para compartilhamento de experiências e estratégias de enfrentamento, além de superação e desafios do empreendedor, com foco no artesão.

## CURSOS E OFICINAS

### HORTA SUSTENTÁVEL

**9/7 a 27/7** | 4<sup>as</sup> e sábados, 9h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

Os participantes receberão informações sobre como montar e cultivar hortas caseiras como soluções alternativas e sustentáveis para a construção dos espaços. A atividade propõe ainda uma discussão sobre manutenção de espaços verdes em áreas urbanas, e hábitos voltados para alimentação saudável.

# SESC ENGENHO DE DENTRO

Av. Amaro Cavalcanti, 1.661 —  
Engenho de Dentro

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal:  
0059681-7 / Validade: indeterminada |  
CR 00220/18 / Validade: 6/12/2019.

## ARTES CÊNICAS

### MOLÉSTIA

**19/7** | 19h | Livre | **GRÁTIS** (PCG),  
R\$ 2,50 (habilitado Sesc),  
R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10.

O casal Breno e Mabel hospeda em sua casa Cadu, amigo de longa data, dando oportunidade para aprofundarem suas relações dúbias de amizade e atração física. A confiança entre eles é quebrada quando o casal descobre que seu filho Thiago foi abusado sexualmente. Todos os indícios apontam para Cadu, disparando um agressivo jogo de manipulação, que revela as sombras, melindres e julgamentos das personagens e da criação do filho.

## MÚSICA

### MICAH COM PARTICIPAÇÃO ESPECIAL LETRUX

**12/7** | 19h30 | Livre | **GRÁTIS** (PCG),  
R\$ 2,50 (habilitado Sesc), R\$ 5  
(meia-entrada), R\$ 10.

Em comemoração ao *Dia Mundial do Rock*, a cantora carioca Micah apresenta sucessos de seu primeiro EP, *Plantas no Fundo do Aquário*, novas composições, releituras e uma especial homenagem à *Rita Lee*. O show conta com a participação da multifacetada artista *Letrux*.

### COISAS NOSSAS - SIMONE LIAL E LUCIANO MACEDO

**26/7** | 18h30 | Livre | **GRÁTIS** (PCG), R\$  
2,50 (habilitado Sesc), R\$ 5 (meia-  
entrada), R\$ 10.

Prestes a completar 40 anos de seu lançamento, o antológico álbum *A Arte Negra*, de Wilson Moreira e Nei Lopes, ganha nesse projeto uma especial atenção. A proposta é apresentar um show com uma releitura do disco, cantando todas as suas faixas. Antes do show, acontece um bate-papo com o escritor Luis Antonio Simas.

## EXPOSIÇÃO

### AO LONGO DA LINHA DO TREM

**Até 31/7** | 3ª a 6ª, 9h às 20h. Sábados e  
domingos, 9h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

Os desenhos do artista Carlos Contente, postos lado a lado, contam uma história. Nela, o protagonista é um nordestino trabalhador e batalhador que se movimenta pela cidade utilizando a linha do trem como meio de transporte principal - nela, ou ao redor dela, ele trabalha, ama e reflete sobre a vida. Deste modo, a exposição mostra nuances da vida que pulsa dentro e ao redor do trem, nas estações, no comércio intenso do subúrbio, nas idas e vindas dos trabalhadores, que mesmo longe dos cartões postais cariocas, são a alma desta cidade.

## FILMES E VÍDEOS

### CARLITOS E O RELÓGIO

**4/7** | 19h30h | Livre | **GRÁTIS**  
Passeando no parque, Carlitos descobre que o amor está em toda a parte. Encontra dois casais e causa confusão ao tentar chamar a atenção das moças. Por fim, acaba empurrando todos dentro do lago, menos uma delas. Direção de Joseph Maddern e Charles Chaplin. Comédia. 5min. EUA, 1914.

### CARLITOS FACEIRO

**11/7** | 19h30h | Livre | **GRÁTIS**  
Carlitos interpreta um ator que, encantado por uma das atrizes, perde-se completamente de seu papel e acaba sendo despedido. Insatisfeito com a decisão do diretor, ele retorna às filmagens vestido de mulher e conquista novamente o espaço perdido, até desvendarem sua verdadeira identidade. Direção de Charles Chaplin. Comédia. 10min. EUA, 1914.

### **CARLITOS GARÇON DE UM CAFÉ**

**18/7** | 19h30h | Livre | **GRÁTIS**

Carlitos trabalha como contrarregra num teatro. Ele fuma bem embaixo de uma placa que diz que é proibido fumar. Os atores o repreendem enquanto chegam para trabalhar, mas ele os ignora.

Carlitos começa a carregar os objetos do cenário para o palco e arruma várias confusões. Ele confunde os cenários durante os espetáculos, levando o público às risadas e o dono do teatro à loucura. Direção de Charles Chaplin. Comédia. 16min. EUA, 1914.

### **LAÇOS DA PAZ**

**25/7** | 19h30h | Livre | **GRÁTIS**

O filme foi realizado com o intuito de levantar fundos para os Aliados na Primeira Guerra Mundial. Cheio de patriotismo, Carlitos mostra os laços de amizade, amor e principalmente o laço de liberdade. Direção de Charles Chaplin. Comédia. 11min. EUA, 1918.

## **INFANTIL**

### **NOSSO GRANDE ESPETÁCULO**

**21/7** | 16h | Livre | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 2,50 (habilitado Sesc), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10.

O espetáculo de teatro infantil da *Adorável Companhia* conduz o público a uma experiência única, arrebatando seu público. Comicidade, música ao vivo, instrumentos excêntricos, acrobacia, dança e paródias de personagens infantis são trazidos à cena por uma dupla de palhaços, alcançando espectadores de todas as idades. Com Cecília Viegas e Marcos Camelo.

### **MINHA VIDA DE ABOBRINHA**

**6/7** | 16h | 12 anos | **GRÁTIS**

No filme, Ícaro, apelidado de Abobrinha, perde sua mãe em um acidente e é levado por Raymond, um policial, a um lar para crianças. Lá, ele faz novos amigos, que não foram poupados pela vida. Um dia, é a vez de Camille chegar para morar no orfanato. Direção de Claude Barras. Animação /Drama. 66min. Suíça / França, 2017.

### **O MENINO NO ESPELHO**

**20/7** | 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 sócio, que ficasse com estas tarefas enquanto ele poderia se divertir à vontade. Um dia, seu reflexo deixa o espelho e ganha vida. Direção de Guilherme Fiúza Zenha. Drama. 78min. Brasil, 2014.

## **PALESTRAS E DEBATES**

### **TECNOLOGIAS E RELAÇÕES SOCIAIS**

**27/7** | Livre | **GRÁTIS**

*A Rodada Digital Sesc Engenho de Dentro* apresenta palestras e rodas de conversa com profissionais da área de tecnologia voltadas para o Marketing Digital. A atividade faz parte do projeto *Arte, Ciência & Tecnologia*.

## **CURSOS E OFICINAS**

### **RELAÇÕES SOCIAIS –**

#### **PÍLULAS DE CULTURA DIGIT@L**

**3/7 a 31/7** | 4<sup>as</sup>, 6<sup>as</sup> e sábados, 9h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

Direcionada ao público iniciante no universo da tecnologia digital, a oficina tem como objetivo conhecer e discutir as dúvidas do usuário, explorar os principais recursos de computadores, tablets e smartphones, estimulando a apropriação dessas tecnologias e sua independência de uso. Também busca abrir espaço para uma reflexão sobre os temas recorrentes desse universo como privacidade, segurança, compartilhamento de informações confiáveis e outros conteúdos. A atividade faz parte do projeto *Arte, Ciência & Tecnologia*.

### UM HQ PRA CHAMAR DE SEU

6/7 a 27/7 | Sábados, 12h às 17h |

Livre | **GRÁTIS**

Introdução ao processo de construção de uma revista de história em quadrinhos (HQ) e os recursos digitais e analógicos que estão envolvidos nessa criação. Os participantes vão conhecer técnicas de arte sequencial e de elaboração de histórias em quadrinhos utilizando novas possibilidades tecnológicas e produzindo ações digitais com animações feitas em software livre. O objetivo é que cada um dos participantes desenvolva, elabore e produza seu HQ digital durante a oficina e o apresente como produto final. A atividade faz parte do projeto *Arte, Ciência & Tecnologia*.

### ARTESANATO COM JORNAL

3/7 a 31/7 | 4<sup>as</sup>, 13h às 17h |

16 anos | **GRÁTIS**

Venha aprender a fazer atividades com jornal e confeccionar lindas peças. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Criativo*.

### PATCH APLIQUE

6/7 a 27/7 | Sábados, 13h às 17h |

16 anos | **GRÁTIS**

Aplicar retalhos de tecido em formatos diversos em camisetas, mantas, panos de prato e toalhas de mesa é um jeito simples de personalizar produtos. As aplicações podem ser feitas com cola, pontos de costura à mão ou à máquina. Durante o curso, os participantes vão aprender a técnica para produzir peças para uso pessoal ou gerar renda extra. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Criativo*.

## PROJETOS ESPECIAIS

### COLÔNIA DE FÉRIAS

16/7 a 26/7 | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 13h às 17h |  
6 a 12 anos

Atividades esportivas, recreativas e culturais, para as crianças aproveitarem o período de férias com muita diversão. As inscrições acontecem a partir do dia 2/7 para habilitados Sesc. A partir de 9/7, elas estarão abertas para todo o público. Consultar valores no Setor de Matrículas da Unidade.

## ARTES CÊNICAS

### 220 CARTAS DE AMOR

12/7 | 19h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado

Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista em lei ou classe artística mediante apresentação de registro profissional), R\$ 10.

Espectáculo criado a partir das cartas trocadas pelos pais do ator Renato Farias quando eram namorados, entre 1956 e 1962. O pai morava em Porto Alegre, a mãe em Santa Maria. Décadas depois, ao ler as cartas, é possível perceber que o amor segue vivo e turbulento como costumava ser, e traz consigo histórias de uma época em que as distâncias pareciam maiores e o tempo era realmente outro.

## MÚSICA

### QUINTETO DE METAIS DA BANDA FILARMÔNICA DO RIO DE JANEIRO

13/7 | 16h | Livre | **GRÁTIS**

Formado em 2010 por músicos solistas, o Quinteto tem como objetivo divulgar os instrumentos da família dos metais, além da execução e valorização da música de concerto de compositores nacionais, explorando toda a versatilidade que é característica desta formação instrumental. A apresentação faz parte do projeto *Sesc Partituras*.

### SAMBA COM FEIJÃO

19/7 | 17h às 21h | Livre | **GRÁTIS**

O projeto recebe rodas de samba com diferentes convidados. 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.

## EXPOSIÇÃO

### ZERANDO A HISTÓRIA DOS GAMES

Até 31/7 | 3ª a 6ª, 9h às 19h.

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

A instalação interativa relaciona arte e tecnologia a partir do recorte histórico de algumas gerações de games, de modo a produzir uma experiência imersiva nesse mundo dos jogos. A exposição conta com quatro diferentes estações para interação direta e apresenta jogos de diferentes gerações emulados em um computador, simulando um *arcade*. A atividade faz parte do projeto *Instalações Itinerantes*.

### ATRAVÉS DO OLHAR

5/7 a 31/7 | 3ª a 6ª, 9h às 20h30.

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

A exposição apresenta fotografias produzidas pelas artistas Aparecida Silva, Fernanda Dias, Thaís Alvarenga e Valda Nogueira. Com curadoria de Thaís Rocha, será realizada em torno das celebrações do *Dia Internacional da Mulher Negra Latino-Americana e Caribenha, 25/7*. Para visitas mediadas, entre em contato pelo e-mail [bernardo.baptista@sescrj.org.br](mailto:bernardo.baptista@sescrj.org.br).

## LITERATURA

### POESIA DE ALTO FALANTE

13/7 | 11h | Livre | **GRÁTIS**

Apresentação de intervenção poética, na qual dois artistas circulam em suas pernas gigantes com um cardápio cheio de poesias.

### SARAU MARGINOW

26/7 | 18h | Livre | **GRÁTIS**

A Unidade recebe coletivos de poetas com microfone aberto para a participação do público. Na edição de julho, apresentamos o *Sarau Marginow*.

## FILMES E VÍDEOS

### ENCANTADAS – MULHERES E SUAS LUTAS NA AMAZÔNIA

4/7 | 18h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

O documentário retrata a resistência das mulheres defensoras de direitos humanos em diversos territórios da Amazônia. Indígenas, quilombolas, ribeirinhas, pescadoras e agricultoras, as mulheres amazônicas lutam pelo reconhecimento de suas terras, pela preservação das águas, pelo direito de viver bem e em harmonia com a natureza, e por respeito às suas culturas e seus modos de vida. Mobilizadas e mobilizadoras de suas comunidades, elas resistem à pressão dos megaprojetos e latifúndios sobre seus territórios, à destruição da floresta e à mercantilização da Amazônia, que geram consequências desastrosas para as suas vidas e as suas comunidades. Reagem e rejeitam o lugar de submissão que lhes é imposto e reafirmam a autonomia sobre seus corpos e seus territórios, enfrentando ameaças e as mais variadas formas de violência. Documentário. 20min. Brasil, 2019. A sessão será seguida de debate.

### KBELA

11/7 | 18h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

As histórias de transição capilar ou mesmo da resistência e luta de mulheres pelo direito de terem sua beleza natural, sem intervenção da indústria e da opinião da sociedade. Direção de Yasmin Thayná. Documentário. 22min. Brasil, 2015. A sessão será seguida de debate.

### FRANCISCA

18/7 | 18h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

Um escritor argentino, vencedor do Prêmio Nobel, radicado há 40 anos na Europa, volta à sua terra natal, povoado onde nasceu e que inspirou a maioria de seus livros, para receber o título de Cidadão Ilustre da cidade. O prêmio é um dos únicos que ele aceitou receber. No entanto, sua ilustre visita desencadeará uma série de situações complicadas entre ele e o povo local. Documentário. 35 min. Brasil, 2018. A sessão será seguida de debate.

### TIA CIATA

25/7 | 18h30 | Livre | **GRÁTIS**

Dirigido pelas cineastas Mariana Campos e Raquel Beatriz, o curta narra a história de Hilária Batista de Almeida a partir da perspectiva da visibilidade da mulher negra na sociedade brasileira. Documentário. 26min. Brasil, 2016. A sessão será seguida de debate.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### MOMENTO PARA DANÇAR/BAILE TSI

30/7 | 14h às 18h | Livre | R\$ 1 (habilitado Sesc), R\$ 2.

O projeto proporciona aos idosos momentos de lazer, descontração e diversão, em um tradicional baile com músicas para os adeptos da dança de salão. Em julho, o tema é *Baile na Roça*, com apresentação da banda *Status Rio*.

## IDOSOS

### ORIENTAÇÕES DE SAÚDE DO IDOSO

2/7 | 14h | 60 anos | **GRÁTIS**

Palestra sobre *Doenças de Inverno* como resfriados, gripes e pneumonia, além da utilização de vacinas como forma de prevenção. Informações pelos e-mails [luizcavalcante@sesc.org.br](mailto:luizcavalcante@sesc.org.br) e [marilenesouza@sesc.org.br](mailto:marilenesouza@sesc.org.br) ou pelo telefone (21) 3350-1855.

### MEDITAÇÃO PARA CONTROLE DO STRESS

3/7 a 31/7 | 4<sup>as</sup>, 15h | 60 anos | **GRÁTIS**

O papel da meditação é ajudar o praticante a lidar com o estresse sem fugir da dor e do sofrimento de algumas situações. Oficina de meditação direcionada para o público idoso. Informações pelos e-mails [luizcavalcante@sesc.org.br](mailto:luizcavalcante@sesc.org.br) e [marilenesouza@sesc.org.br](mailto:marilenesouza@sesc.org.br) ou pelo telefone (21) 3350-1855.

### POSTURA PARA A PREVENÇÃO DE QUEDAS

3/7 a 31/7 | 4<sup>as</sup>, 15h | 60 anos | **GRÁTIS**

Oficina com exercícios dirigidos a melhoria do equilíbrio e prevenção de quedas, direcionados para o público idoso. Informações pelos e-mails [luizcavalcante@sesc.org.br](mailto:luizcavalcante@sesc.org.br) e [marilenesouza@sesc.org.br](mailto:marilenesouza@sesc.org.br) ou pelo telefone (21) 3350-1855.

## COLÔNIA SÊNIOR

9/7 a 13/7 | 13h às 17h | 60 anos |  
GRÁTIS (PCG) e R\$ 5.

Programação que proporciona aos idosos novas experiências de maneira lúdica e divertida.

## PREVENÇÃO E COMBATE À VIOLÊNCIA CONTRA O IDOSO

9/7 | 14h | 60 anos | GRÁTIS  
Palestra com orientações sobre prevenção e combate à violência contra os idosos com a utilização de práticas de comunicação não violenta, como as Danças Circulares, por exemplo. Informações pelos e-mails [luizcavalcante@sescrío.org.br](mailto:luizcavalcante@sescrío.org.br) e [marilenesouza@sescrío.org.br](mailto:marilenesouza@sescrío.org.br) ou pelo telefone (21) 3350-1855. A atividade faz parte da *Colônia Sênior*.

## CHÁ DO RISO

26/7 | 16h | 60 anos | GRÁTIS  
Chá em comemoração ao *Dia da Avó* com abordagem da *Terapia do Riso*. A prática consiste em meditação dinâmica, trabalhando com técnicas que induzem ao riso e à gargalhada, utilizando seus efeitos para trabalhar os estados da mente na prevenção e no controle da ansiedade e da depressão. O cardápio do Chá será composto por alimentos que têm como base as PANCs (Plantas Alimentícias Não Convencionais). Informações pelos e-mails [luizcavalcante@sescrío.org.br](mailto:luizcavalcante@sescrío.org.br) e [marilenesouza@sescrío.org.br](mailto:marilenesouza@sescrío.org.br) ou pelo telefone (21) 3350-1855.

## DOENÇAS RESPIRATÓRIAS DE INVERNO E SUA PREVENÇÃO

30/7 | 14h | 60 anos | GRÁTIS  
Intervenção artística com o intuito de orientar sobre a prevenção das doenças respiratórias com a utilização de medidas preventivas e vacinas. Informações pelos e-mails [luizcavalcante@sescrío.org.br](mailto:luizcavalcante@sescrío.org.br) e [marilenesouza@sescrío.org.br](mailto:marilenesouza@sescrío.org.br) ou pelo telefone (21) 3350-1855.

## INFANTIL

### MARIA MENINA

3/7 | 14h | Livre | GRÁTIS  
Um dia, nasceu Maria Menina. Na cabeça dela crescia um cabelo que dava voltinha, se embaraçava e ocupava espaço. Era um cabelo muito feio, cheio de vontades e opiniões próprias. Na cidade onde Maria nasceu, todos tinham medo de cabelos como aquele. Sua tia, então, prendeu seu cabelo bem firme para que ele não se esparramasse por aí. Prendeu tão forte que ficou com a mão presa nele. Com o tempo, Maria Menina é surpreendida por uma dor de cabeça que ela não entende. Ela decide se aventurar em busca da cura para sua dor, passando por caminhos e descobertas sobre o mundo e sobre si mesma.

### FFESRITA

16/7 | 14h | Livre | GRÁTIS  
Um show de circo, onde uma grande mestre de cerimônias apresenta-se ao público em longas pernas de pau, tocando um trompete. Um breve circular pelo espaço é sua convocatória para um momento mágico. *Senhorita Ninow*, a Grande, recebe diferentes convidados e números, desafiando a gravidade ao viver sobre suas longas pernas. Neste fantástico espetáculo, artistas dividem o picadeiro e mostram ao público números de virtuose circense e comicidade.

### O CUBO NA RODA

26/7 | 15h | Livre | GRÁTIS  
A dupla *Senhorita Ninow e Mister Gomes* apresenta um show de equilíbrio, manipulação de formas e muita comédia. Enquanto ele mostra sua habilidade com um cubo de alumínio, ela convida a plateia para participar ativamente do espetáculo, brincando musicalmente e jogando com situações que surgem no momento. O espetáculo tem como conceito o pop-street e nasceu de uma temporada de trabalho da dupla na Suécia, quando decidiram intensificar o estudo na arte de rua.



## CONTOS PARTIDOS DE AMOR

**28/7** | 16h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada prevista em lei ou classe artística mediante apresentação de registro profissional), R\$ 10.

O espetáculo conta a história de quatro personagens amorosas e ciumentas, que revelam ao público suas verdades sobre as relações humanas, por meio de diálogos bem-humorados, dança e música. Uma peça infanto-juvenil que apresenta canções e contos originais livremente inspirados na obra de Machado de Assis.

## PALESTRAS E DEBATES

### MULHER NEGRA LATINO-AMERICANA E CARIBENHA: SABERES E PESQUISAS CIENTÍFICAS

**6/7** | 10h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
Programação com rodas de conversa que evidenciam “mulheres negras latino americanas e caribenhas” nos três grandes campos das pesquisas científicas - Humanas, Exatas e Biomédicas - como forma de divulgação de pesquisas, referenciais teóricos e metodologias. Mais informações pelo e-mail [tiago.pereira@sesc.org.br](mailto:tiago.pereira@sesc.org.br). A atividade faz parte do projeto *Circuito De Saberes*.

### PENSAMENTO, LINGUAGENS E QUESTÕES RACIAIS: A CONTRIBUIÇÃO DE CAROLINA MARIA DE JESUS

**6/7 e 20/7** | 10h | 16 anos | **GRÁTIS**  
Neste ciclo de palestras, partiremos do viés biográfico da autora Carolina de Jesus, para analisar e refletir sobre sua forma singular de escrever, analisando as estratégias de questionamento e rompimento com a exclusão racial e social que a autora aborda em suas obras.

### ALGORÍTMOS SÃO RACISTAS?

**7/7 e 21/7** | 10h | 16 anos | **GRÁTIS**  
Por meio da roda de conversa pretendemos ampliar o debate sobre as formas em que novas tecnologias computacionais, suas ferramentas de interação e mecanismos de busca, podem contribuir para manutenção das desigualdades sociorraciais.

## LIBRAS, SURDEZ E QUESTÕES SOCIAIS

**7/7 e 21/7** | 10h | 16 anos | **GRÁTIS**  
O objetivo do ciclo de palestras é discutir e refletir sobre o uso e a difusão de Libras, no intuito de propagar cada vez mais uma cultura inclusiva, analisando os aspectos sociais relacionados nessa difusão. Informações e inscrições pelo e-mail [adriano.rocha@sesc.org.br](mailto:adriano.rocha@sesc.org.br).

### II RODADA DE NEGÓCIOS DIGITAIS DO SESC MADUREIRA

**20/7 e 21/7** | 10h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
O objetivo da rodada é promover um espaço de disseminação e troca de conteúdos que sirvam de base para futura instalação de um espaço de coworking. Temas relevantes que dialogam com marketing digital, eventos, redes de negócios digitais e inovações tecnológicas de impacto social. Mais informações pelo e-mail [tiago.pereira@sesc.org.br](mailto:tiago.pereira@sesc.org.br)

### QUARTAS NA WEB

**24/7** | 19h | Livre | **GRÁTIS**  
Conversa aberta com youtubers das mais diferentes áreas sobre seus respectivos canais e suas abordagens sobre temas cotidianos. Inscrições pelo e-mail [tiago.pereira@sesc.org.br](mailto:tiago.pereira@sesc.org.br)

### CIÊNCIA ÀS SETE

**25/7** | 19h | Livre | **GRÁTIS**  
O projeto promove um ciclo de palestras num formato transdisciplinar, que tem por objetivo a divulgação de trabalhos acadêmicos para públicos diversos de maneira informal, descontraída e com muita ciência. Informações e inscrições pelo e-mail [marcella.guimaraes@sesc.org.br](mailto:marcella.guimaraes@sesc.org.br)

## CURSOS E OFICINAS

### GAMES

**3/7 a 31/7** | 4<sup>as</sup>, sábados e domingos, 9h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
O objetivo da oficina é que o participante possa elaborar, de forma criativa, o seu próprio game, utilizando uma plataforma digital chamada *Draw Your Game*. O aplicativo transforma desenhos criados pelo público em games. A oficina estimula o processo de criação, raciocínio lógico, resolução de problemas e trabalho em equipe.

## INTRODUÇÃO A ISO 14001

**6/7** | 9h30 às 18h | 18 anos | **GRÁTIS**  
Abordaremos a implantação desta norma, que deve ser buscada por empresas que queiram estar seguras de suas políticas ambientais, demonstrando comprometimento com práticas sustentáveis e estabelecendo um sistema de gestão ambiental. Inscrições pelo e-mail [danielpereira@sescrio.org.br](mailto:danielpereira@sescrio.org.br)

## PRÁTICAS SUSTENTÁVEIS

**6/7 a 27/7** | Sábados, 10h às 13h | Livre | **GRÁTIS**

Nesta programação, promoveremos oficinas onde diversas atividades sustentáveis serão abordadas, tais como: hortas em pequenos espaços, compostagem, captação de água da chuva e tijolo ecológico, entre outras.

## COZINHA CRIATIVA

**26/7** | 10h | 18 anos | **GRÁTIS**  
Oficina de culinária com assuntos variados relacionados à saúde e à nutrição, que possibilita um conhecimento dos alimentos, suas qualidades e combinações para um aproveitamento total. Produção de chás, doces e bolos à base de PANCs. Em julho: Muffin de Tanchagem, Cupcake de Talos de Beterraba, Chá de Lavanda e Jasmin. Informações pelos e-mails [luizcavalcante@sescrio.org.br](mailto:luizcavalcante@sescrio.org.br) e [marilenesouza@sescrio.org.br](mailto:marilenesouza@sescrio.org.br) ou pelo telefone (21) 3350-1855.

## PROJETOS ESPECIAIS

### COLÔNIA DE FÉRIAS

**16/7 a 26/7** | 3ª a 6ª, 13h às 17h | 6 a 12 anos

Atividades esportivas, recreativas e culturais, para as crianças aproveitarem o período de férias com muita diversão. As inscrições acontecem a partir do dia 2/7 para habilitados Sesc. A partir de 9/7, elas estarão abertas para todo o público. Consultar valores no Setor de Esporte e Recreação da Unidade pelo telefone (21) 3350-2699.

### PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA E DO BULLYING

**24/7** | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Atividade lúdica que incentiva o combate e a prevenção da violência e do bullying fazendo uso da comunicação não violenta. Informações pelos e-mails [luizcavalcante@sescrio.org.br](mailto:luizcavalcante@sescrio.org.br) e [marilenesouza@sescrio.org.br](mailto:marilenesouza@sescrio.org.br) ou pelo telefone (21) 3350-1855. A atividade faz parte da programação da *Colônia de Férias da Unidade*.

### ECRÃ - FESTIVAL DE EXPERIMENTAÇÕES AUDIOVISUAIS

**27/7 a 31/7** | **GRÁTIS**

O festival expande ao público as possibilidades de experimentações no audiovisual, questionando os padrões da indústria por meio de debates, aproximação dos visitantes, artistas e diferentes formas de audiovisual. Para horários, classificação etária e valores das atividades entre em contato pelo e-mail [bernardo.baptista@sescrio.org.br](mailto:bernardo.baptista@sescrio.org.br).

## ARTES CÊNICAS

### A MENTIRA

**12/7** | 19h às 20h | 16 anos | **GRÁTIS**  
(habilitado Sesc, menores de 16 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada casos previstos por lei, estendida para professores e 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 foi escrito a partir de textos publicados semanalmente pelo escritor Nelson Rodrigues, em 1953. Adaptação da diretora Inez Viana do texto original que narra a história de uma família que perde sua harmonia diante da notícia de que a filha caçula de 14 anos, Lúcia, está grávida e não revela quem é o pai.

### QUEM DISSE?

**13/7** | 16h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
(habilitado Sesc, menores de 16 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada casos previstos por lei, estendida para professores e 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 aventura de duas crianças que, por meio de uma amizade cultivada em passeios com suas companheiras bicicletas, percebem como o mundo pode ser pintado, literal e metaforicamente, em cores diferentes.

### QUAL É MEU NOME, MAMÃE?

**20/7** | 16h às 17h | Livre | **GRÁTIS**  
(habilitado Sesc, menores de 16 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada casos previstos por lei, estendida para professores e 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 viagem de um menino e sua mãe, desde que percebem que não é mais seguro viver em seu país, até acharem um novo lugar que os dê refúgio. Usando bonecos, desenhos animados e técnicas de circo, o Bando de Criação Cegonha conta, com ludicidade e poesia, essa difícil trajetória.

### BAIÃO DE DOIS COM CIA DO SOLO

**27/7** | 14h às 16h | Livre | **GRÁTIS**  
Intercalando clássicos do baião, executados ao som de violão e instrumentos de percussão para construir a atmosfera das tradicionais festas juninas, dois cantadores vão contando causos e recitando quadrinhas com a temática, estimulando o público a também contar suas histórias. A apresentação faz parte da *Festa Juliana da Unidade*.

## MÚSICA

### BATUQUE CLÁSSICO

**5/7** | 15h às 16h | Livre | R\$ 2 (habilitado Sesc), R\$ 5 (meia-entrada casos previstos por lei, estendida para professores e classe artística mediante apresentação de registro profissional), R\$ 10.  
O projeto foi criado pelos músicos Juliana Flores e Ludson Areia, ambos nascidos em Niterói. Ela, com formação em música clássica, e ele, com experiência em percussão, juntaram seus conhecimentos montando um projeto que tem por finalidade a união das duas sonoridades para a execução de peças clássicas eruditas e brasileiras. A ideia é aproveitar ao máximo a sonoridade de cada instrumento, promovendo releituras e experimentando diferentes arranjos para execução de peças que vão de Mozart e Beethoven a compositores brasileiros como Pixinguinha, Chiquinha Gonzaga, Villa Lobos e Ernesto Nazareth, entre outros.

**CHAMEGO NORDESTINO****27/7** | 16h | Livre | **GRÁTIS**

Um grupo de legítimo forró pé de serra, que se propõe a fazer um resgate de grandes nomes da música popular brasileira, e em especial da música nordestina. No repertório, músicas autorais e grandes homenagens a nomes como: Luiz Gonzaga, Dominguinhas, Elba Ramalho, Trio Nordestino, Alceu Valença, Geraldo Azevedo, Gilberto Gil, Fala Mansa, Rasta Pé, etc. O show faz parte da *Festa Julina da Unidade*.

**LITERATURA****AUTORES FLUMINENSES****2/7 a 31/7** | 3ª a sábado, 8h às 16h30 | Livre | **GRÁTIS**

No mês em que comemoramos o *Dia Nacional do Escritor*, foram selecionados livros de autores da cidade de Niterói, a fim de mostrar a riqueza literária presente tão pertinho de nós. O empréstimo de livros é feito na biblioteca, localizada no 2º andar.

**A MENINA QUE SAIU DA ILHA****4/7** | 10h e 14h | Livre | **GRÁTIS**

A artista Ana Luiza França contará a história de uma menina que resolveu ir além dos limites da ilha onde sempre viveu. Com sua mala mágica, ela descobre novos mundos e faz muitas amizades. Vamos nessa aventura com ela!

**FILMES E VÍDEOS****CINESEC PRIMEIROS OLHARES****4/7 a 25/7** | 5<sup>as</sup>, 14h | Livre | **GRÁTIS**

Exibição de filmes da Mostra Sesc de Cinema. Em cartaz: *Metamorfose*, *Laços de Paz*, *Médico de Monstro*, *Lipe*, *Vovô e o Monstro*, *Nham Nham*, *a Criatura*, *Dia de Estreia*, *O Menino Leão* e *a Menina Coruja*.

**ESPORTE E RECREAÇÃO****CIRCUITO FUNCIONAL KIDS****6/7 a 27/7** | Sábados | **GRÁTIS**

Programa de exercícios voltado para o ensino e desenvolvimento da aptidão física e habilidades motoras fundamentais visando a melhora do padrão de movimento por meio de atividades lúdicas. Usaremos uma metodologia segura e efetiva de condicionamento para crianças com várias necessidades, metas e capacidades. Das 10h às 10h50, 6 a 10 anos. Das 11h às 11h50, 11 a 14 anos.

**PALESTRAS E DEBATES****REUNIÃO NÚCLEO COMUNITÁRIO****4/7** | 9h às 10h | 16 anos | **GRÁTIS**

Encontro onde instituições sociais, públicas e privadas que atuam em prol dos menos afortunados têm a oportunidade de integração e articulação em rede, ampliando as possibilidades de ações transformadoras.

**PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DE INDICADORES DE IMPACTO****4/7** | 10h às 12h | 16 anos | **GRÁTIS**

Com base nas dificuldades apresentadas por instituições que atuam em áreas periféricas, a palestra visa facilitar a compreensão do conceito, aplicação e construção de indicadores sociais para apoio na elaboração de projetos.

**ENCONTRO NÚCLEO DE MULHERES****4/7 a 25/7** | 5<sup>as</sup>, 14h às 17h |16 anos | **GRÁTIS**

Encontro que amplia o conhecimento das mulheres sobre temáticas voltadas para a conjuntura social, promovendo a reflexão coletiva sobre o universo feminino e sua ascensão na sociedade.

**DIÁLOGOS ENTRE JUVENTUDES****5/7 a 26/7** | 6<sup>as</sup>, 11h às 12h |12 anos | **GRÁTIS**

Troca de experiências entre jovens com temáticas sociais pautadas na análise dos desafios de juventudes no cenário atual, contando sempre com a participação de um jovem experiente na questão abordada.

## CURSOS E OFICINAS

### SMARTPHONE (MÓDULO III) - MOBGRAFIA

2/7 a 30/7 | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 15h às 17h | 12 anos | **GRÁTIS**

No terceiro módulo do curso, trataremos da fotografia no smartphone, abordando assuntos como: conceitos da fotografia, regras de composição, técnicas de fotografia, conceito de mobgrafia, e como tirar boas fotos com os recursos e aplicativos disponíveis para os smartphones atuais, entre outros. O curso faz parte do projeto *Conexão Idoso*.

### ARTE POPULAR EM CERÂMICA - MÓDULO II

2/7 a 23/7 | 3<sup>as</sup>, 15h às 17h | 16 anos | **GRÁTIS**

Atividade de orientação sobre a manipulação da argila cerâmica, visando a familiarização da argila como material de modelagem e construção de objetos funcionais e/ou artísticos. A oficina tem como tema a arte popular nordestina inspirada em nomes como Mestre Vitalino e outros. A atividade faz parte do projeto *Oficinas Criativas*.

### ESTANDARTES

3/7 a 31/7 | 4<sup>as</sup>, 10h às 12h | 16 anos | **GRÁTIS**

Durante o curso, serão confeccionados estandartes para decoração de festas populares, peças decorativas artesanais. Necessária inscrição prévia no Setor de Matrículas da Unidade. A atividade faz parte do projeto *Oficinas Criativas*.

### ARTESANATO EM FELTRO

6/7 a 20/7 | Sábados, 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

Oficina experimental de confecção de peças artesanais em feltro. A atividade faz parte do projeto *Oficinas Criativas*.

### TERRÁRIO

20/7 | 9h às 13h | Livre | **GRÁTIS**

Oficina de construção de terrários com vidros / garrafas PET e suculentas. Os terrários são estruturas onde podem ser representadas as condições ambientais fundamentais para uma grande diversidade de seres vivos imitando pequenos ecossistemas. Além de educacionais, funcionam como lindas peças decorativas.

### COZINHA CRIATIVA

27/7 | 11h às 13h | Livre | **GRÁTIS**

Oficina de culinária com assuntos variados relacionados à saúde e à nutrição, que possibilita um conhecimento dos alimentos, suas qualidades e combinações para um aproveitamento total. Em julho: alimentos que aquecem.

## PROJETOS ESPECIAIS

### FEIRA DE TROCAS

6/7 | 10h às 15h | Livre | **GRÁTIS**

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

### SEMINÁRIO DE COOPERATIVISMO POPULAR

6/7 | 9h às 16h | 16 anos | **GRÁTIS**

Em comemoração ao *Dia Internacional do Cooperativismo Popular*, o seminário tem a finalidade de ampliar os conhecimentos sobre as ações e movimentos de cooperação realizados em diversos setores da sociedade e promover a superação da situação de exclusão, apresentando vários modelos de gestão democrática e participativa. Na programação: mesas de debate, oficinas de artesanato, exposições de trabalhos cooperativos, orientações individuais e jogos cooperativos e muito mais. Informações pelo e-mail [elisangela.bandeira@sesc.org.br](mailto:elisangela.bandeira@sesc.org.br) ou pelo telefone (21) 2704-2712.

### COLÔNIA DE FÉRIAS

16/7 a 26/7 | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 13h às 17h | 6 a 12 anos

Atividades esportivas, recreativas e culturais, para as crianças aproveitarem o período de férias com muita diversão. As inscrições acontecem a partir do dia 2/7 para habilitados Sesc. A partir de 9/7, elas estarão abertas para todo o público. Consultar valores no Setor de Matrículas da Unidade.

### FESTA JULINA DO SESC NITERÓI

27/7 | 14h às 19h30 | Livre | R\$ 2 (habilitado Sesc e conveniados), R\$ 4. A tradicional *Festa Julina* do Sesc Niterói! O público poderá visitar barraquinhas com comidas típicas, assistir às apresentações dos shows musicais, quadrilhas e muito mais.

### PHOTO CABINE DIGITAL

27/7 | 14h às 19h | Livre | GRÁTIS  
O Sesc te convida a experimentar o melhor dos dois mundos: o formato das antigas cabines fotográficas, unido à modernização do digital, utilizando tecnologia de alta qualidade. A atividade faz parte de *Arte Ciência & Tecnologia – Produções Criativas* e da *Festa Julina da Unidade*.

### CORREIO DO AMOR TECNOLÓGICO

27/7 | 14h às 19h | Livre | GRÁTIS  
Sabe aquilo que você sempre quis dizer para aquele alguém especial, mas nunca teve coragem? A cultura digital vai te dar uma ajuda: durante a nossa festa julina, os participantes poderão enviar mensagens, em tempo real, que serão captadas por *tablets* e *smartphones*, e exibidas em um telão digital no salão. A atividade faz parte de *Arte Ciência & Tecnologia – Produções Criativas* e da *Festa Julina da Unidade*.

## IDOSOS

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

**4/7** | 13h | 60 anos | **GRÁTIS**

Durante a reunião, serão discutidos temas variados que relatam um pouco da realidade social dos idosos, valorizando suas histórias de vida, trabalhando a diversidade do grupo e, de alguma maneira, aproximando e organizando esses indivíduos coletivamente.

## PALESTRAS E DEBATES

### RODA DE CONVERSA - DESENROLO

**5/7 e 19/7** | 13h | Livre | **GRÁTIS**

A atividade em grupo tem o objetivo de aproximar as juventudes das diversas atividades do Sesc. Sessões de cinema com rodas de conversa que retratam os dramas e dilemas da juventude. Em julho, apresentação do filme *Desenrolo*. A atividade faz parte do projeto *Sesc Juventudes*.

## CURSOS E OFICINAS

### FORRÓ

**13/7** | 10h | Livre | **GRÁTIS**

O professor Maximiliano Gomes apresenta os principais passos de forró para o público iniciante, visando valorizar a cultura brasileira e suas diferentes manifestações e representações, fortalecendo, por meio da dança, as diversas identidades culturais originadas de costumes e tradições regionais.

### PRÁTICAS AGROECOLÓGICAS

**13/7 e 27/7** | 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

A oficina apresenta práticas empregadas pela Agroecologia, fomentando o debate acerca da soberania alimentar e da produção urbana de alimentos, viabilizada pela consolidação de hortas que são mantidas coletivamente.

## PROJETOS ESPECIAIS

### ARRAIÁ SESC

**6/7 e 7/7** | 13h às 22h | Livre |

R\$ 1 (habilitado Sesc), R\$ 2 (meia-entrada) e R\$ 4.

A Festa Julina do Sesc Nogueira está recheada de atrações tradicionais como comidas típicas, brincadeiras, apresentações de quadrilhas, forró e muito mais.

### SAÚDE BUCAL – BARRACA DO BEIJO

**6/7 e 7/7** | 18h às 20h | Livre | **GRÁTIS**

Se por um lado beijar é tudo de bom, por outro pode apresentar alguns riscos para a saúde bucal, já que durante o ato milhões de bactérias são trocadas entre um casal. A equipe de saúde bucal irá orientar os participantes para a prevenção das principais doenças transmitidas pelo beijo. A atividade faz parte da *Festa Julina da Unidade*.

### SAÚDE E ATITUDE

**6/7 e 7/7** | 16h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

O projeto visa agregar conhecimento sobre os valores nutricionais presentes na nossa alimentação, orientando, por meio de degustação e receitas, uma alimentação saudável. A atividade faz parte da programação da *Festa Julina*.

### FEIRA DE TROCAS SOLIDÁRIAS

**27/7** | 10h às 12h e 13h30 às 15h |

Livre | **GRÁTIS**

Vivencie um ambiente de cooperação, onde normalmente o “pagamento” é feito exclusivamente por meio de trocas dentro da cultura do consumo consciente, integrado e sustentável. Vamos repensar as consequências que o consumo desenfreado pode causar no meio social, ambiental e econômico. Venha trocar objetos, palavras, mudas, serviços e ideias!

## EXPOSIÇÃO

**COMO FOI QUE ACONTECEU? -  
HISTÓRIA EM QUADRINHOS DIGITAIS**  
19/7 a 28/7 | 3ª a domingo, 10h às 17h  
| Livre | **GRÁTIS**

Os participantes do projeto *Histórias em Quadrinhos Digitais* estão no Festival de Inverno contando como foi participar de um projeto em torno da linguagem dos quadrinhos para produção de obras digitais, por meio de conteúdos compartilhados, aplicativos e programas gratuitos, disponíveis na rede. A ideia é fomentar a criatividade, a colaboração e o afeto entre estes jovens, além de promover reflexões sobre o impacto da rede ao possibilitar acesso às ferramentas digitais, linguagens artísticas, trocas de experiências e conhecimento. A atividade faz parte do projeto *ArteC&T - Linguagens Artísticas*.

## IDOSOS

**REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA**  
3/7 | 14h | 60 anos | **GRÁTIS**

Atividade que promove o envelhecimento ativo em todas as suas dimensões, com foco na inovação e estímulo às relações sociais, atitudes voluntárias, cidadania e direitos. Nas reuniões, o técnico responsável deverá apresentar temas e promover um momento dediálogo, um espaço para aprendizagem, reflexão, escuta e fala.

**OFICINA SMARTPHONE**  
3/7 a 11/7 | 4<sup>as</sup>, 13h. 5<sup>as</sup>, 15h30 |  
60 anos | **GRÁTIS**

A atividade busca desmistificar o uso dos recursos básicos dos smartphones, utilizando uma metodologia didática e dinâmica, sem perder de vista as especificidades do público. *A atividade faz parte do projeto ArteC&T - Conexão Idoso.*

## MUSICALIZAÇÃO E TÉCNICA VOCAL PARA IDOSOS

4/7 a 18/7 | 5<sup>as</sup>, 14h | 60 anos | **GRÁTIS**

O curso propõe uma educação vocal prática utilizando um repertório repleto de canções populares do Brasil. Durante as aulas, serão abordados conteúdos da área da técnica vocal, como: apoio, respiração, dicção, projeção e extensão vocal, além de informações sobre o contexto histórico dos gêneros a serem trabalhados, seus principais compositores e intérpretes. Também serão trabalhadas experimentações performáticas, nas quais os alunos terão a oportunidade de estar em cena com acompanhamento de instrumentos. Necessária inscrição prévia.

## PALESTRAS E DEBATES

**REDES SOCIAIS E TERRITÓRIOS**  
20/7, 26/7, 27/7 | 10h e 15h |  
14 anos | **GRÁTIS**

Durante a roda de conversa, os participantes são levados a refletir sobre o potencial das novas tecnologias, em especial a internet, para o desenvolvimento da cultura digital. A ideia é promover um pensamento amplo sobre a relação do homem com a máquina e o conteúdo cultural e artístico que ela pode promover. A atividade faz parte do projeto *ArteC&T*.

## CURSOS E OFICINAS

**DECORAÇÃO EM CAIXAS DE MDF**  
2/7 a 23/7 | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 13h às 17h |  
16 anos | **GRÁTIS**

O artesanato em MDF é uma das formas de decoração mais populares em nosso país. Transformar um item antes sem vida em algo exclusivo é muito gratificante e divertido. Os participantes irão aprender técnicas de criação de itens decorativos e de organização.



### ARTESANATO COM CHITA

**3/7 a 17/7** | 4<sup>as</sup> e 6<sup>as</sup>, 13h às 17h | 18 anos | **GRÁTIS**

Bem brasileira, barata, versátil, colorida e rica em estampas, a chita é um tecido de algodão que é fácil de encontrar. Um produto “mil e uma utilidades”, que serve não apenas para confeccionar peças de roupa, mas também para ser usado em peças de decoração. Almofadas, bolsas, centros de mesa e jogos americanos são alguns dos itens que podem ser produzidos a partir desse material.

### INICIAÇÃO A ROBÓTICA

**5/7 e 12/7** | 13h30 às 15h30 |

14 anos | **GRÁTIS**

Oficina de robótica na perspectiva inclusiva e coletiva do movimento maker, que potencializa uma série de habilidades como raciocínio lógico, cooperação e criatividade. A atividade faz parte do projeto *ArteC&T - Produções Criativas*.

### PLANTIO DE ERVAS AROMÁTICAS

**7/7** | 10h às 17h | 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!

### PRÁTICA DE VENDA E EXPOSIÇÃO DE PRODUTOS

**19/7 a 28/7** | 5<sup>a</sup> a domingo, 10h às 19h | 18 anos | **GRÁTIS**

A oficina visa à geração complementar de renda, por meio da venda de produtos produzidos durante as ações desenvolvidas pelo projeto *Sesc+ Criativo*. Durante os encontros, os participantes aprenderão técnicas de venda e exposição desses produtos.

### ATELIÊ MAKER: OFICINA DE CRIAR COISAS

**20/7 a 28/7** | 6<sup>a</sup> a domingo, 14h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

A atividade tem por objetivo aproximar e sensibilizar o público visitante da Unidade aos conhecimentos da cultura maker. Disponibilizaremos uma bancada com vários artefatos, objetos, materiais e dispositivos, para que os visitantes, com a mediação de um maker, possam recriar, criar, produzir, inventar, ressignificar coisas e/ou objetos. Uma ação ecológica e sustentável, que visa contribuir para o desenvolvimento da criatividade e inventividade dos participantes por meio da difusão dos princípios do movimento maker. A atividade faz parte do projeto *ArteC&T - Produções Criativas*.

### CUSTOMIZAÇÃO DE CAMISAS

**20/7 a 28/7** | 6<sup>a</sup> a domingo, 13h30 às 17h30 | Livre | **GRÁTIS**

Customizar roupas para reinventar o vestir. A oficina propõe uma experiência sinestésica: tocar os tecidos, transformá-los, compor as cores, as formas e um novo visual. Talvez um visual nunca visto antes!

### LAÇOS E TIARAS

**23/7 e 24/7** | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 13h às 17h | 16 anos | **GRÁTIS**

Os participantes vão aprender a fazer lindos laços e tiaras para vender e ganhar dinheiro trabalhando em casa.

### ECOBAG COM REAPROVEITAMENTO DE BANNER

**24/7** | 13h30 às 17h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

Oficina prática de confecção de bolsas a partir do reaproveitamento de banners, que promove estímulo e reflexão sobre sustentabilidade.

### HISTÓRIAS EM QUADRINHOS DIGITAIS

**26/7** | 10h às 16h | 14 anos | **GRÁTIS**

O objetivo da oficina é reunir jovens e adolescentes em torno da linguagem dos quadrinhos, com práticas para produção de obras digitais, a partir de conteúdos compartilhados, aplicativos e programas gratuitos disponíveis na rede. A ideia é fomentar a criatividade de forma lúdica e prática, além de promover reflexões sobre a importância desta linguagem no mercado cultural e educacional. A atividade faz parte do projeto *ArteC&T - Linguagens Artísticas*.

## ARTES CÊNICAS

### KID MORENGUEIRA - OLHA O BREQUE!

**13/7** | 19h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 12 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada casos previstos por lei, estendida para professores e 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.

Espectáculo musical em homenagem à memória do eterno malandro Moreira da Silva, que traz ao palco sucessos, causos, histórias, aventuras e desventuras do artista. O enredo também serve como pano de fundo para que o autor possa mostrar um pouco da cidade do Rio de Janeiro, da Lapa e das noites boêmias, com seus bares, clubes e cabarés, repletos de personagens que cruzaram os caminhos deste ícone da música e da malandragem carioca.

### TRAGA-ME A CABEÇA DE LIMA BARRETO

**27/7** | 19h | 14 anos | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 12 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada casos previstos por lei, estendida para professores e 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.

Inspirado livremente na obra de Lima Barreto, o espetáculo é um monólogo teatral que reúne trechos de memórias impressas em suas obras, entrecruzadas com livre imaginação. O texto fictício tem início logo após a morte de Lima Barreto, quando eugenistas exigem a exumação do seu cadáver para uma autópsia a fim de esclarecer “como um cérebro inferior poderia ter produzido tantas obras literárias se o privilégio da arte nobre e

da boa escrita é das raças superiores?”. A partir desse embate, a peça mostra as várias facetas da personalidade e da genialidade de Lima Barreto: sua vida, família, a loucura do artista, o alcoolismo, sua convivência com a pobreza, sua obra não reconhecida, o racismo, suas lembranças e tristezas. Com interpretação de Hilton Cobra, autoria de Luiz Marfuz e direção de Fernanda Júlia.

## LITERATURA

### BAÚ DE HISTÓRIAS – TROCA

**6/7 a 27/7** | Sábados, 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Vamos compartilhar nossas histórias? A atividade promove a captação e difusão de livros, no Ponto de Leitura da Praça do Arvoredo, onde um baú guarda e aguarda várias histórias contidas em livros, revistas e HQs. Histórias de romance, aventuras, mistérios, terror, etc. Não serão aceitos livros didáticos, técnicos e/ou danificados. A ação também contribui com a reciclagem de papéis, destinando os excedentes destes materiais a instituições que possibilitarão o acesso à leitura em ampla escala.

### SARAU LITERÁRIO

**26/7** | 16h | Livre | **GRÁTIS**

Recital de poesias e performances literárias. O sarau promove apresentações de coletivos, poetas e autores da Baixada Fluminense e de outras localidades. O acervo poético e de contos da Biblioteca da Unidade estará disponível para que os participantes possam se sentir à vontade para declamar uma poesia ou ler um conto no microfone aberto.

## FILMES E VÍDEOS

### FÁTIMA

**2/7 e 18/7** | 10h, 14h e 18h30 | 10 anos | **GRÁTIS**

Fátima trabalha duro para oferecer o melhor futuro possível às duas filhas. Um dia, ela leva um tombo de uma escada. Imobilizada, Fátima se põe a escrever em árabe tudo o que não lhe foi possível dizer até então em francês às suas filhas. Direção de Philippe Faucon. 79min. França, Canadá 2017. A atividade faz parte do projeto *CineSesc – Mostra Territórios Hostis*.

### ERA O HOTEL CAMBRIDGE

**4/7, 16/7 e 30/7** | 10h, 14h e 18h30 | 12 anos | **GRÁTIS**

Refugiados recém-chegados ao Brasil dividem com um grupo de desabrigados um velho edifício abandonado no centro de São Paulo. Além da tensão diária que a ameaça de despejo causa, os novos moradores do prédio terão que lidar com seus dramas pessoais e aprender a conviver com pessoas que, apesar de diferentes, enfrentam juntos a vida nas ruas. Direção de Eliane Caffé. 99min. Brasil, 2017. A atividade faz parte do projeto *CineSesc – Mostra Territórios Hostis*.

### FUTURO PERFEITO

**9/7 e 25/7** | 10h, 14h e 18h30 | Livre | **GRÁTIS**

Xiaobin, uma jovem chinesa de 17 anos, está perdida em um mundo novo. Após se mudar para a Argentina sem falar nenhuma palavra em espanhol, ela busca um rumo para seu futuro. Poucos dias depois de sua chegada, novos caminhos já vinham sendo traçados: ela já tinha um novo nome, Beatriz, e um emprego em um supermercado chinês. Ao se matricular em uma escola de línguas, a jovem vai aos poucos aprendendo novas palavras, ao mesmo tempo em que seu futuro é delineado. Direção de Nele Wohlatz. 65min. Argentina, 2017. A atividade faz parte do projeto *CineSesc – Mostra Territórios Hostis*.

### MARTÍRIO

**11/7 e 23/7** | 12 anos | **GRÁTIS**

Uma análise da violência sofrida pelo grupo *Guarani Kaiowá*, uma das maiores populações indígenas do Brasil nos dias de hoje e que habita as terras do centro-oeste brasileiro, entrando constantemente em conflito com as forças de repressão e opressão organizadas pelos latifundiários, pecuaristas e fazendeiros locais, que desejam exterminar os índios e tomar as terras para si. Direção Vincent Carelli, Ernesto de Carvalho. 160min. Brasil, 2017. As sessões acontecem às 10h e 14h, do dia 11/7, e às 10h, 14h e 18h, do dia 23/7. A atividade faz parte do projeto *CineSesc – Mostra Territórios Hostis*.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### DESAFIO SESC INTER-REGIONAL DE NATAÇÃO

**6/7** | 9h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

A competição reúne alunos das unidades do Sesc RJ e de instituições da Baixada Fluminense, da região Serrana, da região metropolitana do Rio e Grande Rio. O evento será realizado conforme a divisão de categorias da FARJ (mirim, petiz, infantil, juvenil, júnior e máster) masculino e feminino, com as seguintes provas: 50m livre, 50m peito, 50m costas, 50m peito, 20m livre e revezamento 4 x 50m medley. A atividade faz parte do projeto *Festival Esportivo de Inverno*.

### TORNEIO DE VÔLEI 4X4 SUB 14 MISTO

**13/7** | 9h às 15h | 11 a 14 anos | **GRÁTIS**

Torneio para alunos inscritos na modalidade esportiva nas unidades do Sesc RJ e alunos de instituições convidadas. O evento contará com a participação de 8 equipes, com participantes nascidos entre 2005 a 2008. A atividade faz parte do projeto *Festival Esportivo de Inverno*.

## INFANTIL

### O GAROTO FANTASMA

**7/7 e 21/7** | 14h | 10 anos | **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, Jean-Loup Felicioli. 84min. França, Bélgica, 2017. A atividade faz parte do projeto *CineSesc – Primeiros Olhares*.

### O CHORO DE PIXINGUINHA

**28/7** | 16h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 16 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada casos previstos por lei, estendida para professores e 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.

No espetáculo de teatro musical infantil, os personagens Sambinha, Bossa Novinha e Forró Miudinho estão reunidos para fazer um trabalho da escola, cujo tema é nada menos que Pixinguinha. Eles não se contentam em fazer apenas uma redação ou um cartaz: resolvem encenar uma peça sobre o compositor. Surge um espetáculo elaborado por crianças, sobre Pixinguinha, com histórias, músicas e arranjos desse grande artista.

### CURSOS E OFICINAS

#### FOTOGRAFIA SOCIAL

**6/7 a 27/7** | Sábados, 14h às 17h | 12 anos | **GRÁTIS**

A oficina trabalha o olhar da juventude para as questões sociais do bairro e da cidade, a partir da visão de mundo de cada participante. Entre os temas abordados estão: *Direitos Humanos*, *Direito de Pertencimento* e *Direito ao Lazer*. Além disso, os participantes terão contato com os recursos fotográficos dos smartphones. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Futuro*.

### PROJETOS ESPECIAIS

#### COLÔNIA DE FÉRIAS

**16/7 a 26/7** | 3ª a 6ª, 13h às 17h | 6 a 12 anos

Atividades esportivas, recreativas e culturais, para as crianças aproveitarem o período de férias com muita diversão. As inscrições acontecem a partir do dia 2/7 para habilitados Sesc. A partir de 9/7, elas estarão abertas para todo o público. Consultar valores no Setor de Matrículas da Unidade.

## CURSOS E OFICINAS

### IMERSÃO EM LÍNGUA INGLESA

**A partir de 3/7** | 4<sup>as</sup> e 6<sup>as</sup>, 8h às 9h30 |  
15 anos | **GRÁTIS**

O curso é dividido em 6 módulos, de 60h cada, totalizando 360 horas. O objetivo é capacitar os participantes na língua estrangeira. O curso conta com material próprio que vai ao encontro do contexto e à realidade de cada aluno. Inscrições abertas para turma nova, que tem início em julho.

### INTRODUÇÃO À LÍNGUA INGLESA

**4/7 a 25/7** | 5<sup>as</sup>, 8h às 11h |  
15 anos | **GRÁTIS**

A oficina tem como objetivo apresentar a língua estrangeira de forma lúdica a alunos que queiram aprender sem se preocupar com avaliações ou mudanças de módulos. As aulas são elaboradas a partir de trechos de músicas, jogos e vídeos.

### CAPOARTETERAPIA

**5/7 a 26/7** | 6<sup>as</sup>, 9h30 às 10h10 |  
Livres | **GRÁTIS**

A capoeira melhora o desempenho físico, corrige a postura corporal, aumenta o reflexo, a capacidade cardiorrespiratória e o condicionamento físico. A oficina de capoeira busca fazer da atividade uma terapia também. Além do corpo, a capoeira desenvolve a saúde mental de quem a pratica, melhorando a memória, desenvolvendo o raciocínio e aumentando a autoestima.

### HORTOTERAPIA

**11/7 e 25/7** | 14h às 16h30 |  
18 anos | **GRÁTIS**

A hortoterapia é uma terapia que alia o trabalho direto com a natureza e técnicas que ajudam o indivíduo na gestão do stress e na promoção do seu bem-estar. O participante passa a ter uma visão de como pode ser saudável no quesito físico, mental e emocional, utilizando o potencial da sua mente e emoções por meio do plantio e manejo da horta.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### RODA DE CAPOEIRA

**14/7** | 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

Encontro de capoeiristas da região do Rio e Grande Rio em uma grande roda. Jogo, maculelê, samba e muitas músicas de capoeira farão parte desse evento.

### SEMANA DE FÉRIAS

**23/7 a 26/7** | 13h às 16h |  
6 a 12 anos | **GRÁTIS**

O Sesc Parque Radical oferece uma semana de muitas brincadeiras, oficinas e diversão para as crianças durante o período de recesso escolar. Inscrições gratuitas no Setor de Esporte e Recreação da Unidade.

## IDOSOS

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

**26/7** | 8h às 9h | Livre | **GRÁTIS**

Nesse espaço são propostas ações de qualidade de vida com atividades inovadoras e intergeracionais, com foco na socialização e no plano de vida da maturidade.

## PROJETOS ESPECIAIS

### CONTRATURNO ESCOLAR

**2/7 a 31/7** | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 8h30 às 11h e  
14h às 16h30 | 7 a 14 anos | **GRÁTIS**

Atividades extracurriculares, promovidas no contraturno escolar para crianças e jovens de 7 a 14 anos de idade. São oferecidas atividades esportivas, de idiomas, culturais e recreativas.

### FESTA JULINA

**6/7 e 7/7** | 10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Valorização das tradições em festas julinas, com muita alegria, comida típica, dança e brincadeiras. A programação contará ainda com apresentação de quadrilha e grupo de forró.

## MÚSICA

### **DIA DO ROCK NO SESC QUITANDINHA**

13/7 | 18h30 | 14 anos | **GRÁTIS** (PCG), R\$ 2 (habilitado Sesc), R\$ 4 (meia-entrada), R\$ 8. Entrada solidária: 50% de desconto mediante a doação de 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o Projeto Mesa Brasil. Roda de Conversa com os integrantes, seguida de apresentação, das bandas *Estrada da Saudade* e *Hover*, com participação especial de Vini Junqueira, baixista dos *Mutantes*. A banda *Estrada da Saudade* é um projeto petropolitano formado por Arthur Maurelio, Henrique Mayworm, Iago Pomponet, João Antonio e Yuri Colodetti. A *Hover* é uma banda de rock alternativo ao mesmo tempo melódico, pulsante e energético, formada por Saulo Von Seehausen (vocal e guitarra), Felipe Duriez (guitarra), Lucas Lisboa (guitarra), Pedro Fernandes (baixo) e Álvaro Cardozo (bateria).

### **BEACH COMBERS**

14/7 | 11h | Livre | **GRÁTIS**

Com 10 anos de estrada, os *Beach Combers* são um *power* trio carioca visceral. Bernar Gomma (guitarra), Paulo Emmery (baixo) e Lucas Leão (bateria) surfam sem medo na onda instrumental, mesclando o som das guitarras magnéticas da *surf music* à *trip* lisérgica de garagem dos anos 60. Em seu repertório, sucessos de seus álbuns *Ninguém Segura os Beach Combers* (2012) e *Beach Attack* (2018).

## ARTES CÊNICAS

**ARIANO - O CAVALEIRO SERTANEJO**  
5/7 | 19h30 | 12 anos | **GRÁTIS** (habilitado Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10. Com autoria e direção de Ribamar Ribeiro, o novo espetáculo da grupo Os Ciclomáticos, que completa 22 anos de carreira em 2019, homenageia o grande autor Ariano Suassuna. Seis cavaleiros invadem com música e poesia a cidade nordestina de Armorial à procura do lendário autor. Eles contam e cantam a lenda do cavaleiro nordestino, que nasceu, amou, viveu e lutou usando as armas mais potentes: a pena e a tinta. O cavaleiro andante, de mistérios e mitos, deixou seu legado e perpetuou suas histórias e foi intitulado: *Ariano – O Cavaleiro Sertanejo*.

**BENEDITA**  
19/7 | 19h30 | 12 anos | **GRÁTIS** (habilitado Sesc e PCG), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10. O espetáculo traz à tona a preservação de Patrimônio Imaterial Cultural apresentando ao público Benedita, uma misteriosa senhora genuinamente brasileira, contadora de histórias. Uma mulher-mito, que além de contar histórias ainda é lavadeira, curandeira, bruxa e feiticeira. Com uma declarada relação com o misticismo e com o indizível, ela perpassa o curandeirismo e a espiritualidade. Benedita tece destinos por meio dos casos que conta, relatando uma história arquetípica e mitológica.

**MOSTRA DE DANÇA DE RAMOS**  
27/7 e 28/7 | 14h e 16h | Livre | **GRÁTIS**  
A mostra apresenta trabalhos de autoria dos alunos dos cursos de dança de salão e balé da Unidade, e tem como objetivo estimular a criação coreográfica autoral dos alunos como parte do processo pedagógico de ensino da dança.

## MÚSICA

**FAÇÇÃO CAIPIRA**  
18/7 | 19h30 | Livre | **GRÁTIS**  
Conhecida por unir raízes do blues ao rock brasileiro, a banda é um dos nomes mais originais da cena musical do Rio de Janeiro. No repertório do show, sucessos do álbum *Do Lugar Onde Estou Já Fui Embora*, e do álbum de estreia do grupo, *Homem Bom*.

**CANTO DE RAINHA – UMA HOMENAGEM MUSICAL À DONA IVONE LARA**  
25/7 | 18h30 | Livre | **GRÁTIS**  
O espetáculo é idealizado e executado por seu neto, o cantor e compositor André Lara, e a cantora Sarah Si, que trabalhou como backing vocal de Dona Ivone por muitos anos. O show revisita a obra da artista, cantando os sucessos de 7 décadas de carreira, além de músicas inéditas. A atividade faz parte do projeto *Rodas de Quinta*.

## LITERATURA

**CORDEL ENCANTADO**  
13/7 | 15h | Livre | **GRÁTIS**  
Durante a atividade, cada participante escolhe uma revistinha no formato *Literatura de Cordel* com o tema que mais lhe agrada. A cada abordagem, o dueto de artistas interage com os participantes, fazendo com que eles se sintam à vontade para refletir sobre o que está sendo cantado.

**TRÊS SANTOS E UM FESTEJO**  
14/7 e 19/7 | 14h | Livre | **GRÁTIS**  
Edmilson Santine apresenta um conjunto de histórias, desdobrando-se entre o canto e a fala, levando ao público uma viagem pela literatura de cordel. Entre os contos apresentados estão: *Três Santos e um Festejo e Patativa: Um Canto de Assaré*, de autoria do contador. Samba de Coco, Xaxado, Baião e Ciranda são alguns ritmos presentes nas apresentações.

**FEIRA DE TROCA DE LIVROS****20/7** | 9h às 17h30 | Livre | **GRÁTIS**

A Biblioteca da Unidade promove a quarta edição da *Feira de Troca de Livros*. A ação busca estimular a prática da leitura em pessoas de todas as idades por meio da troca de livros de gêneros literários como literatura brasileira, estrangeira, livros de autoajuda e gibis. Traga um livro e troque por outro. Somente serão aceitos livros em bom estado de conservação. Não serão aceitos livros técnicos e didáticos.

**CONTOS DO VIGÁRIO****26/7** | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Uma apresentação inspirada nos contos populares da região do nordeste brasileiro. As farsas de grandes autores nordestinos tais como Dias Gomes, Ariano Suassuna e Leandro Gomes de Barros, entre outros, são o ponto de partida para a criação dessa história cheia de comicidade, e estão presentes no imaginário popular nordestino. Com *Camelo Produções*.

**EXPOSIÇÕES****FESTA DOS TAMBORES****10/7 a 30/9** | 3ª a 6ª, 10h às 18h.Sábados, 10h às 16h. Domingos, 10h às 13h | Livre | **GRÁTIS**

A exposição de Marlon Chapelero e Alma de Livia apresenta uma diversidade de cores, símbolos, a conexão com a terra e o plantio, saberes, histórias ancestrais e a busca pela liberdade e a alegria. As obras retratam as manifestações com seus rituais e enredos históricos, seus instrumentos, indumentárias, danças, dialetos e cantigas.

**FILMES E VÍDEOS****HAHAHA****3/7** | 15h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

Dois amigos descobrem que, coincidentemente, estiveram na mesma cidade, na mesma data e com as mesmas pessoas. Suas memórias do tórrido Verão acabam se misturando como um catálogo de recordações. Direção de Sang-soo Hong. Drama. 116min. Coreia do Sul, 2012.

**EXIBIÇÃO DE CURTAS****5/7 a 26/7** | 6<sup>as</sup>, 14h | Livre | **GRÁTIS**

Seleção de curtas do acervo de Celso Brandão e Charles Chaplin. Em cartaz nos dias 5/7 e 19/7: *Tororó - Ô Cabra Bom, Carlitos e o Relógio, Carlitos Faceiro, Carlitos Garçom de um Café*. Nos dias 12/7 e 26/7: *Carlitos no Hotel, Carlitos Repórter, Dia de Estreia, Laços da Paz, Que Farra, Um Amor Cruel*.

**A CÂMERA DE CLAIRE****10/7** | 15h30 | 12 anos | **GRÁTIS**

Durante uma viagem de trabalho ao Festival de Cannes, a jovem coreana Manhee é demitida após ser acusada de desonestidade. Ao mesmo tempo, a professora e escritora francesa Claire anda pela cidade fotografando com sua câmera Polaroid. Por acaso, essas duas mulheres se conhecem e têm uma conexão quase instantânea, em meio a reveladoras coincidências. Direção de Sang-soo Hong. Drama. 69min. Coreia do Sul, 2018.

**A VISITANTE FRANCESA****17/7** | 15h30 | 12 anos | **GRÁTIS**

Em uma praia nublada da costa sul-coreana, uma estudante de cinema escreve três histórias diferentes, porém todas elas vividas por uma mesma francesa chamada Anne, que chega àquele lugar e se envolve de diferentes maneiras com personagens nativos. Direção de Sang-soo Hong. Drama. 89min. Coreia do Sul, 2013.

**EXIBIÇÃO E DEBATE:****LAMPARINA DA AURORA****17/7** | 18h | 12 anos | **GRÁTIS**

Exibição especial do filme *Lamparina da Aurora*, presente no acervo da *Mostra Sesc de Cinema 2018*, do realizador nordestino Frederico Machado. Após a sessão haverá debate com o pesquisador e crítico da área audiovisual Juliano Gomes.

**CERTO AGORA, ERRADO ANTES****24/7** | 15h30 | 12 anos | **GRÁTIS**

Um diretor de arte tem um dia livre antes de um evento. Para passar o tempo, ele vai até um antigo palácio, onde conhece uma jovem artista. Direção de Sang-soo Hong. Drama. 121min. Coreia do Sul, 2016.



**NA PRAIA À NOITE SOZINHA****31/7** | 15h30 | 14 anos | **GRÁTIS**

Younghee é uma atriz famosa que tem a sua vida pessoal exposta após um caso com um homem casado. Ela acaba então decidindo deixar sua cidade e passar um tempo em Hamburgo, na Alemanha, e dar uma pausa na carreira. Ao retornar à Coreia, Younghee reencontra os velhos amigos e começa a refletir sobre suas possibilidades de futuro. Em noites regadas a álcool, ela se libera e diz o que realmente sente, gerando conflitos bem complexos com eles. Direção de Sang-soo Hong. Drama. 101min. Coreia do Sul, 2017.

**ESPORTES E RECREAÇÃO****MOMENTO PARA DANÇAR****26/7** | 16h às 20h | 18 anos | R\$ 1 (habilitado Sesc), R\$ 3.

Encontro dançante com música ao vivo. A atividade busca proporcionar ao público um momento de lazer, socialização e bem-estar por meio da dança, além de incentivar a participação do público jovem em um evento multicultural.

**IDOSOS****BAILE TSI****5/7** | 15h às 19h | 18 anos | R\$ 1 (habilitado Sesc), R\$ 3.

O projeto proporciona aos idosos momentos de lazer, descontração e diversão, em um tradicional baile com músicas para os adeptos da dança de salão.

**INFANTIL****MUSICALIZAÇÃO INFANTIL****7/7, 21/7 e 28/7** | 9h30 às 10h30 | Livre | **GRÁTIS**

A oficina propõe aproximar a criança da potência da expressão musical e de suas múltiplas possibilidades. Considerando o prazeroso processo de assimilação e interpretação do som, que aprofunda as relações da criança com o mundo, dando voz e movimento às suas emoções.

**CIRCO LITERÁRIO****21/7** | 16h | Livre | **GRÁTIS**

A atividade é composto por música ao vivo, palhaçaria, malabares, acrobacia, perna de pau, monociclo e mágicas. Um grande encontro do colorido universo do circo com o imaginário dos livros e sua inesgotável fonte de magia.

**BRINCAR EM ESPANHOL****4/7 a 25/7** | 5<sup>as</sup>, às 15h | 6 a 12 anos | **GRÁTIS**.

Atividades lúdicas e colaborativas para tornar o estudo da língua estrangeira uma atividade agradável para as crianças. Inscrições no 4º andar da Unidade.

**SEMENTINHAS ESPACIAIS – UMA VIAGEM MUSICAL****7/7, 21/7 e 28/7** | 10h30 às 11h30 | Livre | **GRÁTIS**

Intervenção musical interativa, que propõe uma aventura por países e continentes, mares e oceanos, matas e aldeias, pela Lua, por Marte, e por outros universos, ora conhecidos e ora inventados. Com o *Coletivo Entrelaces*.

**O MENINO NO ESPELHO****7/7** | 11h30 | 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.

**TARDES FANTÁSTICAS DE INVERNO****12/7 e 26/7** | 14h | Livre | **GRÁTIS**

O projeto conta com palhaçaria, exibição de curtas-metragens, contação de histórias, intervenções poéticas e apresentação musical para o público infantil abordando a temática do afeto e do sorrir. Entre os curtas apresentados: *Orun Aiyé- A Criação do Mundo*, *O Menino Leão e a Menina Coruja*, *Médico De Monstro*, *No Caminho da Escola*, *Metamorfose*.

**MINHA VIDA DE ABOBRINHA****14/7** | 11h30 | 10 anos | **GRÁTIS**

Ícaro, apelidado de Abobrinha, perde sua mãe em um acidente e é levado por Raymond, um policial, a um lar para crianças. Lá, ele faz novos amigos, que não foram poupados pela vida. Um dia, é a vez de Camille chegar para morar no orfanato. Direção de Claude Barras. Animação/Drama. 66min. Suíça/França, 2017.

**BELLE E SEBASTIAN****21/7** | 11h30 | 10 anos | **GRÁTIS**

Durante a Segunda Guerra Mundial, Sebastian se aventura nos Alpes junto com os caçadores em busca de uma suposta fera que mata ovelhas. Porém o garoto descobre que a tal ameaça nada mais é do que o cão Belle. Direção de Nicolas Vanier. Aventura. 104min. França, 2015.

**O GAROTO FANTASMA****28/7** | 11h30 | 10 anos | **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 e Jean-Loup Felicioli. Animação. 84min. França/Bélgica, 2017.

**PALESTRAS E DEBATES****MESA DE ABERTURA - FESTA DOS TAMBORES****10/7** | 19h | Livre | **GRÁTIS**

Debate com os artistas Marlon Chapeleiro e Alma de Livia, que vão apresentar a exposição *Festa dos Tambores* para o público, discutindo as questões que perpassam a herança cultural e as manifestações populares brasileiras colocadas em suas obras. Marlon e Alma também vão compartilhar seus processos de criação das pinturas, máscaras, intervenções e fanzines.

**CURSOS E OFICINAS****DRAMATURGIAS DA DANÇA****23/7 a 27/7** | 14h às 18h |16 anos | **GRÁTIS**

O curso pretende desenvolver uma vivência teórico-prática acerca dos elementos que compõem a cena, das noções básicas de composição e do que vem a ser dramaturgia em dança nos dias de hoje. Durante os encontros, usaremos vídeos, textos e conversas para refletir um panorama artístico atual que aborda a dramaturgia desterritorializada do texto. Na prática, trataremos de sua característica polifônica enquanto procedimento de criação. Com a ajuda de jogos, programas performáticos e improvisações, vamos experimentar etapas na construção de uma obra cênica. Para concluir, os participantes vão apresentar, em formato de ensaio aberto, uma composição coreográfica e dramaturgia criadas por eles. Com Camila Fersi.

**PROJETOS ESPECIAIS****ARRAIÁ SESC**

**13/7 e 14/7** | Livre | R\$ 1 (habilitado Sesc e meia-entrada) ou R\$ 3 + 1 kg de alimento não perecível, que será revertido para o projeto Mesa Brasil. Valorização da cultura popular brasileira com a realização de uma grande Festa Julina, com barracas de comidas típicas, brincadeiras tradicionais, apresentação de quadrilhas e shows. Dias 13/7 (14h às 20h) e 14/7 (10h às 16h).

**COLÔNIA DE FÉRIAS****16/7 a 26/7** | 3ª a 6ª, 13h às 17h | 6 a 12 anos

Atividades esportivas, recreativas e culturais, para as crianças aproveitarem o período de férias com muita diversão. As inscrições acontecem a partir do dia 2/7 para habilitados Sesc. A partir de 9/7, elas estarão abertas para todo o público. Consultar valores na Central de Atendimento.

## IDOSOS

### ARTETERAPIA

**3/7 a 24/7** | 2<sup>as</sup>, 13h às 15h. 15h às 17h |  
60 anos | **GRÁTIS**

Método baseado no uso de diversas formas de expressão artística com finalidade terapêutica. O curso tem como essência a criação estética e a elaboração artística em prol da saúde e da qualidade de vida.

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

**31/7** | 14h às 16h | 60 anos | **GRÁTIS**  
Atualização da programação e momento de diálogo em um espaço de reflexão e troca.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### SESC+ DIVERSÃO

**Até 31/7** | 15 anos | **GRÁTIS**

Experimentação de diversas atividades físicas oferecidas pela Unidade. *Samba de Gafieira - Intermediário* (2<sup>as</sup>, 13h10), *Samba para Elas* (2<sup>as</sup>, 14h10 | apenas para mulheres), *Forró* (4<sup>as</sup>, 13h10 e 14h10), *Corpo e Movimento* (4<sup>as</sup>, 15h20) e *Alongamento* (2<sup>as</sup>, 15h20).

### MOMENTO PARA DANÇAR

**25/7** | 17h30 às 19h30 | 15 anos |  
R\$ 1 (habilitado Sesc), R\$ 2  
(meia-entrada), R\$ 4.

Venha participar do nosso *Baile no Sertão*, um baile com muita dança e diversão, trazendo a animação do Nordeste para a pista de dança! Música ao vivo.

## ARTES CÊNICAS

### BENEDITA

20/7 | 19h | Livre | **GRÁTIS** (PCG, habilitado Sesc), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10.

O espetáculo traz à tona a preservação de Patrimônio Imaterial Cultural apresentando ao público Benedita, uma misteriosa senhora genuinamente brasileira, contadora de histórias. Uma mulher-mito, que além de contar histórias ainda é lavadeira, curandeira, bruxa e feiticeira. Com uma declarada relação com o misticismo e com o indizível, ela perpassa o curandeirismo e a espiritualidade. Benedita tece destinos por meio dos casos que conta, relatando uma história arquetípica e mitológica.

## MÚSICA

### FORRÓ BRASIL & FIDÉLIS

6/7 | 20h | Livre | R\$ 2 (habilitado Sesc e meia-entrada), R\$ 4.

O *Forró Brasil* é um projeto criado com intuito de mostrar parte da cultura musical nordestina, retratada nos festejos juninos. Reunindo diversos músicos consagrados do circuito de forró pé de serra, passeia por temas característicos viajando até o nosso Nordeste ao som da sanfona, triângulo e zabumba. Com convidado, o sanfoneiro paraibano Fidélis!

### TRIO ESTOPIM & MARI MELO

7/7 | 19h | Livre | R\$ 2 (habilitado Sesc e meia-entrada), R\$ 4.

O grupo é sinônimo de casa cheia e diversão por onde passa, e vem se transformando em um “Selo de Qualidade” dos autênticos forrós pé de serra da cidade! Seu público faz desse encontro uma verdadeira festa onde a alegria, o entretenimento e a cultura chegam a todos. Com um repertório de dar inveja, o trio convida a uma viagem aos costumes e lembranças dos festejos juninos, representados pelos tradicionais trios de forró, e à luta das mulheres do Sertão pelo seu espaço na cena musical nordestina. Neste encontro, a revelação Mari Melo representa essa voz feminina.

## EXPOSIÇÕES

### DO BARRO AO CORPO: A EXPERIÊNCIA FEMININA NA CERÂMICA

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

A exposição apresenta o trabalho da artista Gabriela Marinho que se utiliza da técnica da cerâmica para explorar as percepções contemporâneas acerca do corpo feminino e da beleza. De quadros a esculturas e peças utilitárias, a artista vivencia a experiência do corpo feminino utilizando o barro, questionando os ideais de beleza e propondo um olhar além.

## LITERATURA

### CANTA CORDEL

6/7 | 18h | Livre | **GRÁTIS**

Dois atores apresentam ao público três cordéis de excelente qualidade, numa abordagem divertida e interativa. Apresentam também um pequeno panorama dessa arte genuinamente brasileira, com direito a cantorias, duelos e muito mais! É diversão garantida para todas as idades.

### CORREIO DO AMOR POÉTICO

7/7 | 18h | Livre | **GRÁTIS**

Um casal apaixonado tenta motivar outros casais, possíveis casais, ou apenas pessoas que se gostam e que querem demonstrar afeto e carinho pelo próximo. Uma surpresa com muita diversão e emoções.

## FILMES E VÍDEOS

### MARTÍRIO

5/7, 6/7, 13/7, 18/7 e 20/7 |

12 anos | **GRÁTIS**

Uma análise da violência sofrida pelo grupo Guarani Kaiowá, uma das maiores populações indígenas do Brasil nos dias de hoje. A tribo habita as terras do Centro-Oeste brasileiro, entrando constantemente em conflito com as forças de repressão e opressão organizadas pelos latifundiários, pecuaristas e fazendeiros locais, que desejam exterminar os índios e tomar as terras para si. Direção de Vincent Carelli e Ernesto de Carvalho. Documentário. 160min. Brasil, 2017. Sessões nos dias 5/7 (18h30), 6/7 (16h), 13/7 (19h), 18/7 (9h30 e 14h) e 20/7 (16h).

### EX-PAJÉ

6/7, 12/7, 17/7 e 25/7 | Livre | **GRÁTIS**

Um pajé passa a questionar sua fé depois de seu primeiro contato com os brancos, que alegam que sua religião é demoníaca. A missão evangelizadora comandada por um pastor intolerante é questionada quando a morte passa a rondar a aldeia e a sensibilidade do índio em relação aos espíritos da floresta se mostra indispensável. Direção de Luis Bolognesi. Documentário. 81min. Brasil, 2018. Sessões nos dias 6/7 (19h), 12/7 (18h30), 17/7 (14h30) e 25/7 (9h30).

### GUARDIÕES DA MEMÓRIA

3/7 e 11/7 | Livre | **GRÁTIS**

O cineasta indígena Alberto Álvares percorre cinco aldeias da etnia Guarani no Estado do Rio de Janeiro, no intuito de realizar um retrato etnográfico do cotidiano dessas comunidades. Por meio de um olhar intimista, o diretor revela os rituais, rezas, a espiritualidade e as tradições que circulam entre os índios Tekoa por gerações a fio. Direção de Alberto Álvares. Drama. 55min. Brasil, 2017. Sessões nos dias 3/7 (14h30) e 11/7 (9h30 e 14h).

### O ÚLTIMO SONHO

4/7, 24/7 e 26/7 | Livre | **GRÁTIS**

No longa, a homenagem vem em forma de documentário sobre a memória do grande líder Guarani Wera Mirim. Guiado pelos sonhos e orientações de Nhanderu, Wera Mirim, mesmo após seu passamento ele continua a guiar seu povo com sua sabedoria ancestral para além da vida. Direção Alberto Álvares. Drama. Brasil, 2019. Sessões nos dias 4/7 (9h30 e 14h), 24/7 (14h30) e 26/7 (18h30).

### EXIBIÇÃO DE CURTAS

10/7, 13/7 e 25/7 | 14h | 16 anos | **GRÁTIS**

Exibição de curtas-metragens. Em cartaz: *A História de Zahy, Metempsicose e Fantasia de Índio*. Sessões nos dias 10/7 (14h30), 13/7 (16h) e 25/7 (14h).

### O ABRAÇO DA SERPENTE

19/7, 27/7 e 31/7 | 12 anos | **GRÁTIS**

O último sobrevivente de uma tribo trabalha com dois exploradores ao longo de 40 anos. Juntos eles buscam uma rara planta medicinal. Direção de Ciro Guerra. Drama. 124min. Colômbia / Venezuela / Argentina, 2016. Sessões nos dias 19/7 (18h30), 27/7 (16h) e 31/7 (14h30).

## INFANTIL

### CINESESC PRIMEIROS OLHARES

6/7 a 28/7 | Sábados e domingos | Livre | **GRÁTIS**

Exibição de curtas infantis da Mostra Sesc de Cinema. Em cartaz, os curtas: *Astrogildo e a Astronave, A Piscina de Caique, Òrun Àiyé, Metamorfose, O Melhor Som do Mundo, No Caminho da Escola e O Menino Leão e a Menina Coruja*. Consulte os horários de exibição na Unidade.

### ENCANTOS DA ROSEIRA

14/7 | 16h | Livre | **GRÁTIS** (PCG,

habilitado Sesc, menores de 16 anos), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10. O espetáculo teatral infantil traz em seu enredo ritmos musicais e dançantes da cultura popular brasileira, como o *Samba* (do Rio de Janeiro), a *Chegança* (de Alagoas), o *Carimbó* (do Pará), *Cirandas e Cocos* (de Pernambuco), o *Toque de Caixa* (do Divino Espírito Santo), *Cacuriá e Bumba-Meu-Boi* (do Maranhão). Tradições brincadas nessa viagem de encantos e maravilhas, onde os personagens sempre ofertando rosas perfumadas para cada mestre que encontram na travessia.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### AULAS ESPECIAIS

**6/7 a 28/7** | Livre | **GRÁTIS**

Aulas abertas e experimentais das modalidades ofertadas pela unidade. Em julho: *Dança Fitness* (Sábados, 10h30 às 11h30), *Circuito Bem-Estar* (Sábados, 9h30 às 10h30), *Funcional Fut* (Sábados, 9h30 às 10h30) e *Hidroginástica* (Sábados, 10h30 às 11h30). Para mais informações, como itens necessários para a prática dos esportes, entre em contato com a Unidade.

## PALESTRAS E DEBATES

### CICLO DE ENCONTROS

**26/7** | 19h30 | Livre | **GRÁTIS**

Para encerrar a programação audiovisual do mês de julho, que trata do cinema indígena, o Sesc São Gonçalo receberá o cineasta indígena Alberto Álvares, que tem duas produções na programação deste mês. Ele vai bater um papo com o público sobre o seu último filme *O último sonho*.

## PROJETOS ESPECIAIS

### ARRAIÁ SESC

**6/7 e 7/7** | Livre | R\$ 2 (habilitado Sesc e meia-entrada), R\$ 4.

Chegou a hora de tirar do armário a camisa quadriculada, o vestido rendado e o chapéu de palha. Venha se divertir no nosso Arraiá! A festa vai resgatar toda a tradição da cultura nordestina com brincadeiras, quadrilhas, comidas típicas, feira de artesanato, apresentações artísticas, camarim caipira, shows e muita diversão para a família toda. Dias 6/7 (16h às 22h) e 7/7 (16h às 21h).

# 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

### FRIDA KAHLO - A DEUSA TEHUANA

**6/7** | 19h | 16 anos | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 12 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10. Nesta encenação, diretor e atriz desconstruíram a imagem que a sociedade criou da artista, construindo uma Frida humana, bem diferente da figura pop na qual foi transformada pela grande mídia no mundo inteiro. Quem foi Frida Kahlo longe dos holofotes, na vida particular, sem estereótipos?

### MARIA MENINA

**7/7** | 16h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 12 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10.

Um dia, nasceu Maria Menina. Na cabeça dela crescia um cabelo que dava voltinha, se embaraçava e ocupava espaço. Era um cabelo muito feio, cheio de vontades e opiniões próprias. Na cidade onde Maria nasceu, todos tinham medo de cabelos como aquele. Sua tia, então, prendeu seu cabelo bem firme para que ele não se esparramasse por aí. Prendeu tão forte que ficou com a mão presa nele. Com o tempo, Maria Menina é surpreendida por uma dor de cabeça que ela não entende. Ela decide se aventurar em busca da cura para sua dor, passando por caminhos e descobertas sobre o mundo e sobre si mesma.

## NEFELIBATO

**20/7** | 19h | Livre | **GRÁTIS** (habilitado Sesc, menores de 12 anos e PCG), R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10.

Em 1990, o país voltava a ter um governo eleito democraticamente. A inflação galopante exigia medidas drásticas. A saída da nova equipe econômica foi confiscar parte da caderneta de poupança da população. Tal medida levou milhares de brasileiros ao desespero e à bancarrota. Muitos enlouqueceram. É o caso de Anderson, que amargou também outras perdas em sua vida: seu negócio, um ente querido e um grande amor. De Regiana Antonini. Com Luiz Machado.

## MÚSICA

### SEMANA DO ROCK – CANTO CEGO E EL EFECTO

**12/7** | 19h30 | Livre | R\$ 1 (menores de 12 anos e PCG), R\$ 2 (habilitado Sesc), R\$ 2,50 (meia-entrada), R\$ 5.

Em comemoração ao Dia do Rock, duas bandas de rock conhecidas na cena carioca: *Canto Cego* e *El Efecto*. *Canto Cego* apresenta o rock em sua essência, somado à delicadeza da poesia. Ao vivo, o quarteto surpreende pela energia de sua performance e pelos múltiplos universos criados em cada música. *El Efecto* celebra 16 anos de trajetória independente lançando seu quinto álbum de estúdio: *Memórias do Fogo*. O trabalho evidencia o aprofundamento do projeto da banda, e apresenta mais um caldeirão de ritmos onde se misturam a pesquisa musical e o engajamento político.

### RODA DE SAMBA

**19/7** | 18h | Livre | R\$ 1 (menores de 12 anos e PCG), R\$ 2 (habilitado Sesc), R\$ 2,50 (meia-entrada), R\$ 5.

O projeto recebe diferentes convidados, personalidades e grupos importantes do cenário do samba carioca, que ressaltam os valores imateriais dessa manifestação popular. Uma ótima opção para curtir um bom samba de raiz.

## EXPOSIÇÃO

### AVES NO SESC

**20/7** | 12h às 18h | Livre | **GRÁTIS**

A exposição visa sensibilizar o público para a conservação da natureza, onde o visitante poderá admirar os registros fotográficos das garças e demais aves que habitam no entorno da Unidade. A mostra também propicia um rico momento para a discussão sobre o Rio Pavuna-Meriti, abordando a temática da preservação ambiental, do cuidado com o meio ambiente e os impactos que a poluição causa aos rios, aos animais e ao ser humano. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Verde*.

## LITERATURA

### RPG WORLD

**6/7 e 27/7** | 10h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

Histórias contadas por meio de jogos de RPG.

### ACIDENTAL HISTÓRIA DO FORASTEIRO VOADOR

**19/7** | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Uma apresentação que mistura a arte do palhaço com contação de histórias. A brincadeira começa com a contação de uma história, que ganhará forma com a manipulação de objetos e imagens criadas. O roteiro é baseado na história do mosquito McCay.

### O INOMINÁVEL

**24/7** | 14h | Livre | **GRÁTIS**

A apresentação é para jovens que adoram suspense! Escrita pela contadora de histórias Madame Tormenta Furtacor, a história *Festa da Noiva Desdesposada* é uma lenda urbana. Quem conta a saga da noiva é uma velha meio bruxa, chamada Pandorga, que é vendedora de óculos na Rua do Ouvidor.

### SARAU TESOUROS DA BAIXADA

**26/7** | 15h | Livre | **GRÁTIS**

Sarau literário com a apresentação de diversos grupos e autores da Baixada Fluminense, recital de poesias, performances e lançamentos de obras literárias.

## FILMES E VÍDEOS

### CORPO ELÉTRICO

**2/7, 12/7 e 24/7** | 16 anos | **GRÁTIS**

Elias trabalha como assistente da estilista Diana em uma confecção de roupa feminina. Ele se apaixona por Filipe, um imigrante africano que trabalha na linha de produção, e começa a organizar festas para ter motivos extras para encontrar o garoto. Direção de Marcelo Caetano. Drama. 95min. Brasil, 2017. As sessões acontecem às 14h (2/7), às 18h30 (12/7) e às 16h (24/7).

### DIVINAS DIVAS

**3/7 e 16/7** | 14 anos | **GRÁTIS**

Conheça a primeira geração de artistas travestis do Brasil. Rogéria, Valéria, Jane di Castro, Camille K., Fujica de Holliday, Eloína, Marquesa e Brigitte de Búzios formaram o grupo que testemunhou o auge da Cinelândia repleta de cinemas e teatros. Direção de Leandra Leal. Documentário. 110min. Brasil, 2017. As sessões acontecem às 16h (3/7) e às 14h (16/7).

### UMA MULHER FANTÁSTICA

**9/7 e 17/7** | 14 anos | **GRÁTIS**

Marina é uma mulher trans que precisa enfrentar o preconceito da família do ex-companheiro. Direção de Sebastián Lelio. Drama. 104min. Chile / Alemanha / Espanha / EUA, 2017. As sessões acontecem às 16h (17/7) e 14h (9/7).

### TANGERINE

**10/7 e 23/7** | 16 anos | **GRÁTIS**

Após descobrir que foi traída por seu namorado e cafetão enquanto estava na prisão, uma prostituta e sua melhor amiga saem em busca do traidor e sua nova amante para se vingar. Direção de Sean Baker. Dramédia. 88min. EUA, 2016. As sessões acontecem às 14h (23/7) e 16h (10/7).

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### MOMENTO PRA DANÇAR

**13/7** | 18h às 21h | Livre | R\$ 1 (PCG), R\$ 2 (habilitado Sesc), R\$ 2,50 (meia-entrada), R\$ 5.

Encontro dançante com música ao vivo. A atividade busca proporcionar ao público um momento de lazer, socialização e bem-estar por meio da dança. Em julho, baile *Anos 80*.



## IDOSOS

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

3/7 | 14h | 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 desses sujeitos. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Vida*.

### ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

31/7 | 14h | 60 anos | **GRÁTIS**

A palestra visa orientar e esclarecer sobre atitudes que promovam o envelhecimento saudável e qualidade de vida na velhice. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Vida*.

## INFANTIL

### ASTROGILDO E A ASTRONAVE

14/7 | Livre | **GRÁTIS**

Astrogildo anuncia para os jornalistas do mundo inteiro o seu mais novo invento: uma astronave que liga o homem a Deus e que vai voar dentro de um dia. Direção de Edson Bastos. Comédia infanto-juvenil. 18min. Brasil, 2016. As sessões acontecem às 14h (14/7).

## PALESTRAS E DEBATES

### POR DENTRO DO DEBATE: JUVENTUDES E OS ASPECTOS DA ATUALIDADE

6/7 | 9h | Livre | **GRÁTIS**

Durante o encontro, os participantes serão convidados a discutir a realidade expressa entre os adolescentes e jovens da sociedade brasileira. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Futuro*.

### IMPACTOS SOCIAIS EM TEMPOS DE CULTURA DIGITAL

10/7 | 15h | Livre | **GRÁTIS**

A roda de conversa sobre a influência da utilização da comunicação a partir do advento da internet, seu desdobramento pedagógico e educacional ao longo do processo histórico.

### CULTURA DIGITAL E OS CAMINHOS DA PRODUÇÃO MUSICAL INDEPENDENTE

12/7 | 18h | Livre | **GRÁTIS**

A palestra permite ao público a troca de ideias sobre os caminhos da produção musical na era digital, desde a cultura do “faça você mesmo”, até a democratização da internet com a utilização de modernas ferramentas tecnológicas que propagam novas perspectivas musicais como meio de disseminação sonora.

## CURSOS E OFICINAS

### COSMÉTICOS NATURAIS

6/7 e 20/7 | 13h | Livre | **GRÁTIS**

A proposta é estimular a produção de cosméticos para consumo próprio, com a utilização de ingredientes naturais e não nocivos ao meio ambiente, de forma a contribuir com uma vida mais sustentável, saudável e econômica. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Verde*.

### LUMINÁRIAS

9/7 a 23/7 | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 8h30 |

16 anos | **GRÁTIS**

As luminárias são objetos que servem para iluminar e ornamentar interiores, conferido beleza e sofisticação. O curso oferece aos participantes, conhecimento de modelos diversos e práticos. As inscrições acontecem em 5/7. Informações no Setor de Matrículas da Unidade. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Criativo*.

### CONSTRUÇÃO DE TERRÁRIOS + FEIRA DE TROCA DE MUDAS

10/7 | 15h30 | Livre | **GRÁTIS**

A atividade apresenta os diferentes tipos e espécies de plantas para confecção de terrários, explicando como construir e cuidar dos mesmos. Também será realizada uma feira para a troca de mudas. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Verde*.

### FINANCIAMENTO COLETIVO EM PLATAFORMAS

10/7 e 12/7 | 18h | Livre | **GRÁTIS**

Durante a oficina, o público irá aprender a planejar sua campanha de financiamento coletivo, descobrindo como elaborar uma campanha de captação de recursos por meio de plataformas na internet e estratégias de mobilização do público para seu objetivo.

### FOTOGRAFIA DIGITAL

**13/7 a 27/7** | Sábados, 10h |  
Livre | **GRÁTIS**

A oficina apresenta ao público conceitos e técnicas fotográficas, por meio de aulas expositivas e exercícios práticos, abordando a linguagem fotográfica e técnicas básicas de tratamento.

### CONSTRUÇÃO DE BRINQUEDOS COM APROVEITAMENTO DE MATERIAIS

**13/7** | 14h | Livre | **GRÁTIS**

A atividade busca exercitar a criatividade dos participantes com atividades lúdicas, abordando o conceito e a importância da preservação ambiental, construindo brinquedos a partir de material reaproveitado. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Verde*.

### CONFECÇÃO DE OBJETOS COM APROVEITAMENTO DE BANNERS

**18/7** | 14h às 17h e 9h às 12h |  
Livre | **GRÁTIS**

Exercício da criatividade por meio da construção de objetos variados com a utilização de banners que seriam descartados, de forma a estimular a produção artesanal a assim evitar o descarte irregular do material no meio ambiente. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Verde*.

### CUSTOMIZAÇÃO DE CHINELOS

**19/7** | 8h30 e 13h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

Por meio da utilização de diversas técnicas, a oficina estimula a criatividade na confecção de peças únicas e personalizadas. As inscrições acontecem em 5/7. Informações no Setor de Matrículas da Unidade. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Criativo*.

### CONFECÇÃO DE VELAS COM REAPROVEITAMENTO DE ÓLEO VEGETAL

**23/7 e 25/7** | Livre | **GRÁTIS**

Oficina de confecção de velas ecológicas, a partir do reaproveitamento de óleo vegetal usado. Dia 23/7, das 14h às 16h. Dia 25/7, das 9h às 11h. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Verde*.

### CRIE SUA LOGOMARCA DIGITAL

**24/7 e 26/7** | 18h | Livre | **GRÁTIS**

Oficina destinada à criação de logomarcas com a utilização de aplicativos, ferramentas digitais e softwares livres. O conteúdo é voltado para quem pretende iniciar seu próprio negócio, ou já possui um, permitindo o reconhecimento de sua marca ou ideia.

### CRAQUELÊ

**26/7** | 8h30 e 13h30 | 16 anos | **GRÁTIS**

A técnica de pintura artesanal utiliza verniz e tinta que, ao secar, criam fissuras diferentes no objeto trabalhado. Durante a oficina, será proposta a criação de um quadro utilizando a técnica. As inscrições acontecem em 5/7. Informações no Setor de Matrículas da Unidade. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Criativo*.

### PROJETOS ESPECIAIS

#### COLÔNIA DE FÉRIAS

**16/7 a 26/7** | 3ª a 6ª, 13h às 17h |  
6 a 12 anos

Venha viver um mundo de sensações! A programação da Colônia de Férias de 2019 oferece atividades que estimulam os sentidos das crianças. Sons, texturas, temperatura, pressão, luminosidade, altos e baixos, odores e sabores diferenciados rechearão os dias da garotada na Unidade. As inscrições acontecem a partir do dia 2/7 para habilitados Sesc. A partir de 9/7, elas estarão abertas para todo o público. Consultar valores no Setor de Matrículas da Unidade.

#### TRABALHANDO O CONSUMO NA INFÂNCIA

**27/7** | 10h | Livre | **GRÁTIS**

Integração entre responsáveis e crianças para trabalhar a questão do consumo na infância. É realizada uma feira de troca de brinquedos. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Infância*.

#### CAMINHOS PARA LONGEVIDADE

**31/7** | 14h | Livre | **GRÁTIS**

Espaço aberto para troca de experiências e reflexões sobre o processo de envelhecimento, as mudanças e os impactos físicos e psicossociais. A atividade faz parte do programa *Educação em Saúde*.

## EXPOSIÇÕES

### MOSTRA DINOSSAUROS

**2/7 a 31/7** | 3ª a sábado, 10h  
às 17h | Livre | **GRÁTIS**

Mostra interativa que conta curiosidades sobre a existência dos dinossauros e sua extinção. Pequenos e grandes, pacatos e ferozes, herbívoros e carnívoros, eles sempre despertam a curiosidade de crianças e adultos. A mostra faz parte do projeto *ArteC&T - Ciência e Cultura*.

## CURSOS E OFICINAS

### TURBANTES

**6/7** | 10h às 17h | Livre | **GRÁTIS**

Oficina solidária de confecção de turbantes que servirão a mulheres que fazem tratamento contra o câncer. Também serão entregues mensagens de carinho e estímulo a essas mulheres.

## PROJETOS ESPECIAIS

### FEIRA DE TROCAS

**13/7** | 10h | Livre | **GRÁTIS**

Troca de objetos novos e usados, em bom estado de uso, no intuito de estimular mudanças de hábitos, consumo consciente, a economia solidária e os princípios da sustentabilidade, com a perspectiva de aumentar o tempo de vida útil desses materiais. Os participantes terão a oportunidade de trocar objetos novos e usados, como CDs, DVDs, roupas, calçados, livros, bijuterias, brinquedos, entre outros.

## ARTES CÊNICAS

### O SUBSTITUTO

4/7 a 21/7 | 5ª a domingo, 19h |

R\$ 7,50 (habilitado Sesc),

R\$ 15 (meia-entrada), R\$ 30.

O novo espetáculo teatral da *Documental Cia* tem foco nas relações estabelecidas no sistema educacional brasileiro e o reflexo entre alunos e professores, por vezes repressor e antidemocrático, além das projeções do que seria uma “escola ideal” mediante às demandas da sociedade. De maneira leve, divertida e irônica, a proposta é transformar o público em parte integrante do espetáculo, ocupando os assentos como alunos que atuam durante toda “aula-espetáculo”. Com Alexandre Lino.

## FILMES E VÍDEOS

### PENDULAR

3/7 e 6/7 | 18 anos | GRÁTIS

Em um galpão abandonado, um casal de artistas contemporâneos observa a arte, a performance e sua intimidade se misturarem. A partir de contradições, eles vão aos poucos perdendo sua capacidade de distinguir o que faz parte dos seus projetos artísticos e o que é apenas sua relação amorosa, criando até mesmo um conflito com seu passado. Direção de Julia Murat. Drama. 108min. Brasil / Argentina / França, 2017. Sessões às 15h (3/7) e 12h (6/7). As apresentações fazem parte da mostra *CineSesc - A Arte e Seu Enleio*.

### COM AMOR, VAN GOGH

10/7 e 13/7 | 12 anos | GRÁTIS

Um ano após o suicídio de Vincent Van Gogh, Armand Roulin encontra uma carta escrita pelo pintor e enviada ao irmão Theo, que jamais chegou ao seu destino. Decidido a entregar ele mesmo a correspondência, Armand parte para a cidade francesa de Arles. Lá, inicia uma investigação junto às pessoas que o conheceram, no intuito de decifrar se ele realmente se matou. Direção de Dorota Kobiela e Hugh Welchman. Animação/Drama/Biografia. 98min. Reino Unido/Polônia, 2017. Sessões às 15h (10/7) e 12h (13/7). As apresentações fazem parte da mostra *CineSesc - A Arte e Seu Enleio*.

### DAVID LYNCH, A VIDA DE UM ARTISTA

17/7 e 20/7 | 12 anos | GRÁTIS

A vida e a carreira do icônico diretor David Lynch são exploradas em mais de 20 conversas registradas com o cineasta em sua casa. Direção de Jon Nguyen, Rick Barnes e Olívia Neergaard-Holm. Documentário/Biografia. 88min. Dinamarca/USA, 2017. Sessões às 15h (17/7) e às 12h (20/7). As apresentações fazem parte da mostra *CineSesc - A Arte e Seu Enleio*.

### EU SOU INGRID BERGMAN

24/7 e 27/7 | 10 anos | GRÁTIS

Usando os diários íntimos de Ingrid Bergman, além de cartazes enviados às suas amigas, o documentário traça todo o percurso pessoal e profissional da atriz, incluindo seus diversos casamentos, a relação controversa com os filhos, o escândalo de adultério, as mudanças para os Estados Unidos, França e Inglaterra, além dos principais filmes e prêmios recebidos em sua carreira. Direção de Stig Björkman. Documentário/Biografia. 114min. Suécia, 2015. Sessões às 15h (24/7) e às 12h (27/7). As apresentações fazem parte da mostra *CineSesc - A Arte e Seu Enleio*.

**O CIDADÃO ILUSTRE****31/7** | 15h | 14 anos | **GRÁTIS**

Um escritor argentino vencedor do Prêmio Nobel, radicado há 40 anos na Europa, volta a sua terra natal, o povoado onde nasceu e que inspirou a maioria de seus livros, para receber o título de Cidadão Ilustre da cidade. Direção de Gastón Duprat e Mariano Cohn. Comédia. 118min. Argentina, 2016. As apresentações fazem parte da mostra *CineSesc - A Arte e Seu Enleio*.

**ESPORTE E RECREAÇÃO****CAFÉ COM GINÁSTICA****Até 31/7** | Sábados, 10h às11h | 15 anos | **GRÁTIS**

Aulas especiais de alongamento, funcional e pilates. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Diversão*.

**CIRCULANDO NA DANÇA****Até 31/7** | Sábados, 11h às12h | 15 anos | **GRÁTIS**

Aula de dança livre aberta ao público.

**IDOSOS****ARTE SÊNIOR****Até 27/7** | Sábados, 11h às 15h |Livre | **GRÁTIS**

Oficinas direcionadas ao público idoso, com o objetivo de oferecer momentos de lazer e criatividade. Durante os encontros, os participantes produzirão artesanatos manuais diversos.

**INFANTIL****ANA FUMAÇA MARIA MEMÓRIA****6/7 a 28/7** | Sábados e domingos,

16h | R\$ 2,50 (habilitado Sesc),

R\$ 5 (meia-entrada), R\$ 10.

No espetáculo de teatro infantil, Ana quer recuperar a memória que Vó Maria vem perdendo. Utilizando desenhos, seu avô lhe ensina que a memória é como um trem na cabeça: diversos vagões com pedacinhos de vida. Como Vó Maria é velhinha, o trem da cabeça dela ficou enorme e saiu pela orelha! Os vagões estão longe e, com a distância, ela passou a esquecer. Ana, então, parte em uma fantástica aventura no tempo para descobrir como guardar as lembranças para sempre.

**SESC PRIMEIROS OLHARES****7/7 a 28/7** | Domingos, 14h30 | **GRÁTIS**

Exibição de filmes voltados para o público infanto-juvenil. Classificação etária de acordo com a obra. Consulte na Unidade.

**CURSOS E OFICINAS****MARKETING DIGITAL E EMPREENDEDORISMO****4/7 a 25/7** | 5<sup>as</sup>, 18h às 20h |16 anos | **GRÁTIS**

O Marketing Digital utiliza-se de técnicas de comunicação para promover produtos ou serviços de forma rápida, significativa e personalizada. Desta forma, tem se expandido pelas redes sociais, tornando-se importante ferramenta de divulgação. É utilizando esse novo modelo de negócio, que o empreendedorismo digital vai oferecer produtos ou serviços pela internet, impulsionado pelas técnicas de marketing digital. Necessária inscrição prévia.

**SESC LAB: PROGRAMAÇÃO COM ARDUÍNO****6/7 a 27/7** | Sábados, 9h às 12h |12 anos | **GRÁTIS**

O Arduino é uma plataforma de prototipagem eletrônica open-source que se baseia em hardwares e softwares flexíveis e fáceis de usar. Depois de programado, ele pode ser usado de forma independente, ou seja, você pode colocá-lo para controlar um jogo, um robô, uma lixeira, um ventilador, as luzes da sua casa, a temperatura do ar condicionado, além de ser possível utilizá-lo como um aparelho de medição ou para qualquer outro projeto que vier à cabeça. Necessária inscrição prévia.

**PLANTIO****6/7 a 27/7** | Sábados, 10h às 15h |Livre | **GRÁTIS**

A cada oficina serão realizados plantios em cápsulas de café, vasos, floreiras, canteiros. Cada participante ganhará uma muda e conhecerá mais sobre diversas espécies que podemos cultivar em casa, além dos processos de manutenção e colheita.

## PROJETOS ESPECIAIS

### COLÔNIA DE FÉRIAS

16/7 a 26/7 | 3ª a 6ª, 13h às 17h | 6 a 12 anos

Atividades esportivas, recreativas e culturais, para as crianças aproveitarem o período de férias com muita diversão. As inscrições acontecem a partir do dia 2/7 para habilitados Sesc. A partir de 9/7, elas estarão abertas para todo o público. Consultar valores no Setor de Matrículas da Unidade.

### FEIRA DE SUSTENTABILIDADE

21/7 | 10h às 15h | Livre | GRÁTIS

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

### VISITA MEDIADA AOS ESPAÇOS VERDES

21/7 | 10h | Livre | GRÁTIS

A visita mediada propõe estimular os visitantes dos espaços verdes da Unidade sobre a responsabilidade ambiental diante dos outros seres vivos. Nos canteiros da Unidade serão apresentadas diversas espécies do paisagismo implantado por Burle Marx que representam a biodiversidade da flora. Além dessas espécies, será possível apreciar a fauna, composta por aves visitantes e insetos, e conhecer a dinâmica de manutenção e cuidados com a terra.

### CIÊNCIA OU MÁGICA?

Até 27/7 | Sábados, 15h às 16h |

Livre | GRÁTIS

A ideia é motivar o público a descobrir o prazer de aprender, usando a diversão como ferramenta. Em uma sequência de truques de “mágica”, utilizaremos conteúdos de matemática, química e física, despertando nos participantes a imaginação e a curiosidade, incentivando-os a buscar conhecimento. Trabalharemos processos cognitivos mais sofisticados como investigar, analisar e criar, em contraposição a outros mais passivos, como lembrar e identificar. Isso favorece o protagonismo do participante tanto dentro da atividade quanto fora dela.

## FILMES E VÍDEOS

### ESCOLAS EM LUTA

13/7 | 10h e 15h | 12 anos | **GRÁTIS**

No estado mais rico e dos mais conservadores do Brasil, o modus operandi da educação pública sofre um revés quando estudantes secundaristas reagem ao decreto oficial, que determina o fechamento de 94 escolas e a realocação dos alunos. A resposta estudantil surpreende. Em poucos dias, por meio de redes sociais e aplicativos, eles organizam uma reação completamente inédita. Direção de Rodrigo Teixeira Marques, Eduardo Consonni e Tiago Tambelli. Documentário. 77min. Brasil, 2017.

### NHAM-NHAM, A CRIATURA

14/7 | 10h e 15h | Livre | **GRÁTIS**

Lucas é um garoto de 9 anos que se muda de cidade com sua mãe após a separação de seus pais. Sem muitos amigos na nova cidade, logo ele conhece alguém que o ajuda a esquecer seus problemas. O que Lucas não contava é que esquecer nem sempre é a melhor maneira de lidar com os problemas. Direção de Lucas de Barros. Ficção. 13min. Brasil, 2015.

### MÉDICO DE MONSTRO

14/7 | 10h15 e 15h15 | Livre | **GRÁTIS**

Diferente dos amigos, que desejam ser astronautas, dentistas ou jogadores de futebol, Dudu sonha em ser médico de monstros. Para realizar seu sonho, precisa enfrentar as chacotas de seus colegas e também seu medo das famosas criaturas que habitam o imaginário das crianças. Direção de Gustavo Teixeira. Ficção. 11min. Brasil, 2017.

## ESPORTE E RECREAÇÃO

### AULAS ESPECIAIS

2/7 a 31/7 | Sábados e domingos,  
10h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

Aulas abertas e experimentais das modalidades ofertadas pela Unidade. Em julho: ritmos, circuito funcional, ginástica, dança, pilates solo, esporte e hidroginástica.

### MOMENTO PARA DANÇAR

26/7 | 19h | 14 anos | R\$ 5 (habilitado  
Sesc e meia-entrada), R\$ 10.

Seresta dançante com música ao vivo. A atividade busca proporcionar ao público um momento de lazer, socialização e bem-estar por meio da dança. Apresentação da banda *Pássaro de Prata*.

## IDOSOS

### REUNIÃO DE CONVIVÊNCIA

26/7 e 31/7 | 14h | 60 anos | **GRÁTIS**

Atividades que promovem o envelhecimento ativo em todas as suas dimensões, com foco na inovação e estímulo às novas tecnologias, relações sociais, atitudes voluntárias, cidadania e direitos.

## PALESTRAS E DEBATES

### REUNIÃO SESC+ INFÂNCIA

27/7 | 10h às 12h | Livre | **GRÁTIS**

Reunião voltada para pais de crianças autistas, com intuito de discutir questões voltadas para filhos, pais, família, sociedade e educação. Mais informações pelo telefone (24) 2252-6325. A atividade faz parte do projeto *Sesc+ Infância*.

## CURSOS E OFICINAS

### ESTAMPARIA

**4/7 a 29/8** | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 13h30 às 16h50 | 16 anos | **GRÁTIS**

O curso visa estimular a geração complementar de renda por meio do desenvolvimento das habilidades básicas em estamparia, uma técnica que utiliza diferentes impressões com métodos manuais e é considerada uma inovação no mercado. Mais informações pelo telefone (24) 2252-6325. O curso faz parte do projeto *Sesc+ Criativo*.

### BONECA DE PANO

**4/7 a 29/8** | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 17h40 às 21h | 16 anos | **GRÁTIS**

Com o objetivo de estimular a geração complementar de renda, o curso apresenta habilidades básicas de utilização de tecido na confecção de bonecas. Mais informações pelo telefone (24) 2252-6325. O curso faz parte do projeto *Sesc+ Criativo*.

### FAÇA VOCÊ MESMO NO REAPROVEITAMENTO

**23/7 e 24/7** | 14h às 16h | Livre | **GRÁTIS**

A oficina tem como objetivo introduzir a cultura do “faça você mesmo” para crianças ou adultos, utilizando a ideia da reciclagem. Mais informações pelo telefone (24) 2252-6325. A oficina faz parte do projeto *Sesc+ Verde*.

## PROJETOS ESPECIAIS

### DEGUSTAÇÃO DE SUCOS SAUDÁVEIS

**Até 31/7** | 3<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>, 17h às 19h | Livre | **GRÁTIS**

Serão distribuídas receitas de sucos saudáveis com informações sobre os nutrientes presentes e seus benefícios para a saúde. Haverá disponibilização de sucos para degustação.

### COLÔNIA DE FÉRIAS

**16/7 a 26/7** | 3<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, 13h às 17h | 6 a 12 anos

A atividade ocorre todos os anos nos meses de janeiro e julho, com o intuito de proporcionar novas experiências aos usuários e suas famílias. A edição de julho de 2019 tem como tema: Um Mundo de Sensações! As inscrições acontecem a partir do dia 2/7 para habilitados Sesc. A partir de 9/7, elas estarão abertas para todo o público. Consultar valores na Central de Atendimento.

### VISITA MEDIADA – JARDIM SENSORIAL

**16/7 a 19/7** | 14h às 16h | 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. Mais informações pelo telefone (24) 2252-6325.



## ARTES CÊNICAS

### ESTADO DE SÍTIO

**4/7 a 28/7** | 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. Sob direção de Gabriel Villela, a montagem mostra a cidade de Cádiz, na Espanha, dominada pela Peste, após os maus presságios causados pela passagem de um cometa. Em meio a um cenário desolador e aterrador, haveria espaço para uma “revolta” estimulada pelo amor aos seres humanos e pela liberdade? Para se libertar da peste, será preciso resistir ao medo.

## MÚSICA

### HYLDON E CARLOS DAFÉ CONVIDAM FERNANDA ABREU: O SOM DO BLACK RIO

**9/7** | 19h | 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. Hyldon e Carlos Dafé convidam Fernanda Abreu no show *O Som do Black Rio*. Os ícones do movimento Black Rio apresentam um repertório repleto de músicas que foram e são representativas desta época de efervescência cultural da MPB, além de conta com a participação especial de Fernanda Abreu. O show faz parte do projeto *Som do Sesc*.

### MARLON SETTE E BANDA CONVIDAM PEPEU GOMES

**16/7** | 19h | 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. Show de *Marlon Sette e Banda* com lançamento do seu primeiro álbum autoral. A apresentação ainda conta com a participação especialíssima de Pepeu Gomes. A junção destes artistas de renome na cena musical brasileira promete “incendiar” o Teatro Sesc Ginástico. O show faz parte do projeto *Som do Sesc*.

### SEGUNDA LAPA - ALFREDO DEL- PENHO, JOÃO CAVALCANTI, MOYSEIS MARQUES E PEDRO MIRANDA

**30/7** | 19h | 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. No show *Segunda Lapa*, Alfredo Del-Penho, João Cavalcanti, Moyses Marques e Pedro Miranda unem suas vozes e seus instrumentos em um espetáculo inesquecível no Teatro Sesc Ginástico. A apresentação faz parte do projeto *Som do Sesc*.

**TURISMO SOCIAL**  
PASSEIOS E EXCURSÕES

# COM O SESC POR AQUI PASSEIOS

## AQUARIO

O *AquaRio* é o maior aquário marinho da América do Sul e conta com diversas atrações inéditas, ambientes diferentes, tanques grandiosos e toda a infraestrutura necessária para proporcionar um entretenimento educativo e prazeroso ao público.

TERESÓPOLIS

### + MUSEU DO AMANHÃ >

**7/7** | 8h às 18h30 | Livre | R\$ 180 (habilitado Sesc), R\$ 224 (est., id., conv., < 21), R\$ 260 | Inclui ingressos, refeição, transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

NITERÓI

**27/7** | 13h às 18h | Livre | R\$ 62 (habilitado Sesc), R\$ 76 (est., id., conv., < 21), R\$ 88 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo. Não inclui refeição.

## BARRA DO PIRAI - HOTEL FAZENDA ARVOREDO

Um passeio histórico pela cidade de *Barra do Pirai* visitando seus principais pontos turísticos, históricos e culturais, seguido de visita ao *Hotel Fazenda Arvoredo*, que foi criado para oferecer alegria e tranquilidade numa autêntica fazenda histórica do ciclo do café. O pacote inclui um delicioso almoço, feito em fogão à lenha e servido em panelas de barro. Além de recreação, caminhadas ecológicas e muitas outras atividades em uma enorme área verde.

NOVA IGUAÇU

**18/8** | Horário sob consulta na Unidade | Livre | R\$ 123 (habilitado Sesc), R\$ 154 (est., id., conv., < 21), R\$ 178 | Inclui transporte, guia de turismo, almoço, seguro e serviço de bordo.

## BARRA DO PIRAI – HOTEL FAZENDA RIBEIRÃO

Um hotel de lazer que conta com diversas opções de lazer para toda a sua família. A visita ao *Alambique* faz parte do circuito de atrações da *Fazenda Ribeirão*. Lá, é fabricada a cachaça que leva o nome do hotel. Durante a degustação, as crianças comem pastéis, cana picadinha e caldo de cana, enquanto os pais podem degustar a cachaça, que é especialidade da fazenda, em vários sabores. São diversas atividades para garantir a diversão para toda a família.

SÃO GONÇALO

**18/8** | 7h30 às 19h30 | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo.

## CASA MUSEU EVA KLABIN + CHÁ DA TARDE NO SESC COPACABANA

A *Casa Museu Eva Klabin* abriga a coleção reunida pela própria e é um dos mais importantes acervos de arte clássica dos museus brasileiros, contando com mais de duas mil peças que cobrem um arco de tempo de quase 50 séculos, do Egito Antigo ao Impressionismo. Em seguida, participaremos do *Chá da Tarde* no *Sesc Copacabana* onde poderemos desfrutar de chás, sucos, bolos e biscoitos, no ambiente agradável da Unidade e com muita música.

SÃO JOÃO  
DE MERITI

**19/7** | 12h30 às 19h30 | Livre | R\$ 71 (habilitado Sesc), R\$ 89 (est., id., conv., < 21), R\$ 103 | Inclui transporte, guia de turismo, ingressos, seguro e serviço de bordo.

## CIRCUITO TERÊ-FRI

A estrada que liga duas cidades serranas, Teresópolis – Friburgo, percorre um extenso vale marcado por montanhas famosas e formações curiosas, como o *Dedo de Deus*, a *Mulher de Pedra* e o *Cão Sentado*. Visitaremos também o *Doçuras da Suely*, a *Linguíça do Padre*, a *Queijaria e Chocolataria Suíça*, o *Apiário Amigos da Terra* e o *Horto Conquista*.

ENGENHO DE DENTRO

**3/8** | 7h30 às 19h30 | Livre | R\$ 86 (habilitado Sesc), R\$ 108 (est., id., conv., < 21), R\$ 125 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui refeição.

## CHÁ DA PRINCESA NA CIDADE IMPERIAL

Um chá inspirado nas preferências gastronômicas da Família Imperial, em especial da Princesa Isabel. Resgatando a magia dos chás da tarde, além de toda a gastronomia de alto padrão, os participantes são acolhidos pela Princesa Isabel e uma de suas amigas, Condessa de Barral, Amandinha Paranaguá, Adelaide Taunay ou Francisca Taunay.

SÃO GONÇALO

**10/8** | 12h às 20h | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

## CLUBE DA CAMINHADA COM PILATES NA PISTA CLÁUDIO COUTINHO

A pista localiza-se na Praia Vermelha. A fauna e a flora no local são ricas, com espécies nativas e exóticas. Passeando por algumas trilhas é possível ter acesso ao Morro da Urca. O grupo participará de uma aula especial de Pilates, ao pé do Pão de Açúcar, acompanhado por um professor do esporte. A atividade faz parte do projeto *Clube da Caminhada*, que contempla a prática esportiva em grupo e o reconhecimento das áreas de lazer e patrimônio cultural das cidades.

NOVA IGUAÇU

**13/7** | Horário sob consulta na unidade | Livre | R\$ 31 (habilitado Sesc), R\$ 39 (est., id., conv., < 21), R\$ 46 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui refeição.

MADUREIRA

**17/8** | 7h às 12h | Livre | R\$ 30 (habilitado Sesc), R\$ 37 (est., id., conv., < 21), R\$ 43 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

## CLUBE DA CAMINHADA NO PARQUE BOSQUE DA BARRA

O *Bosque da Barra* representa uma grande área de preservação ambiental com seus 50 hectares de natureza. Somando-se à vegetação nativa de restinga, que por si só atrai a atenção dos visitantes, o parque dispõe de um amplo espaço de lazer e educação ambiental.

DUQUE DE CAXIAS

**6/7** | 8h às 13h | Livre | R\$ 26 (habilitado Sesc), R\$ 32 (est., id., conv., < 21), R\$ 37 | Inclui transporte, guia de turismo, professor de esporte, seguro e serviço de bordo.

## CORSÁRIO CARIOCA

O *Corsário Carioca* é um passeio temático de saveiro pela baía de Guanabara. Atores caracterizados de corsários embarcam na nau, contando de forma teatral a história de fundação das cidades do Rio de Janeiro e de Niterói, além da batalha entre portugueses e franceses pela conquista do território carioca.

NITERÓI

**20/7** | 8h às 13h30 | Livre | R\$ 82 (habilitado Sesc), R\$ 102 (est., id., conv., < 21), R\$ 117 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo.

SÃO GONÇALO

**20/7** | 7h30 às 13h30 | Livre | R\$ 82 (habilitado Sesc), R\$ 102 (est., id., conv., < 21), R\$ 117 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo.

## CRAB E CENTRO DE TRADIÇÕES NORDESTINAS

Localizado na Praça Tiradentes, o *Centro Sebrae de Referência do Artesanato Brasileiro* (CRAB) é uma plataforma mercadológica para o reposicionamento e a qualificação do artesanato brasileiro, transformando-o em objeto de desejo e consumo e, consequentemente, aumentando seu valor de mercado. Já a *Feira de São Cristóvão*, localizada no Centro de Tradições Nordestinas, é uma opção carioca arretada para comprar, comer e se divertir, pois oferece artesanato, comida, bebida, folclore e muita música. O local sintetiza o Nordeste e oferece ao visitante tudo que a região dispõe.

**RAMOS** 20/7 | 10h às 19h | Livre | R\$ 55 (habilitado Sesc), R\$ 69 (est., id., conv., < 21), R\$ 80 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo.

## FAZENDA E BARRA DE SÃO JOÃO

*Barra de São João*, segundo distrito do município de Casimiro de Abreu, possui vários pontos turísticos charmosos, entre eles o *Rio São João*, *Prainha*, *Capela de São João Batista* e a *Praça das Primaveras*, onde se encontra a *Casa do Poeta Casimiro de Abreu*. Em seguida, os participantes poderão usufruir das comodidades da *Fazenda São João*, que possui infraestrutura de lazer com duas piscinas, cascata com água nascente, campos de futebol e vôlei, salão de jogos, pedalinho, caiaque, trilhas ecológicas, parquinho, passeio a cavalo e charrete.

**CAMPOS** 6/7 | 6h30 às 19h | Livre | R\$ 122 (habilitado Sesc), R\$ 151 (est., id., conv., < 21) e R\$ 210 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, serviço de bordo e seguro.

## FLORESTA DA TIJUCA

Visita guiada à Floresta da Tijuca. Entre os pontos de interesse destacam-se o *Açude da Solidão*, a *Gruta Paulo e Virgínia*, o *Lago das Fadas*, o *Largo da Capela Mayrink*, o *Bom Retiro*, *Excelsior* e as *cascatas Diamantina e Gabriela*.

**NOVA IGUAÇU** 13/7 | Horário sob consulta na unidade | Livre | R\$ 31 (habilitado Sesc), R\$ 39 (est., id., conv., < 21), R\$ 46 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui refeição.

## JARDIM BOTÂNICO DE NITERÓI + CENTRO LUIZ GONZAGA DE TRADIÇÕES NORDESTINAS (RJ)

Popularmente conhecido como *Horto do Fonseca*, o *Jardim Botânico de Niterói* ganhou novas áreas de lazer e cultura, transformando o espaço na maior área de convivência da cidade de Niterói. Com mais de um século de existência, o local conta com espécies de plantas e árvores como Jatobás, Jequitibás, Jacarandás e Sapucaias e também com espécies raras como o "Pau Mulato", só encontrado no Jardim Botânico do Rio de Janeiro e na Amazônia. A *Feira de São Cristóvão*, localizada no Centro de Tradições Nordestinas, é uma opção carioca arretada para comprar, comer e se divertir, pois oferece artesanato, comida, bebida, folclore e muita música. O local sintetiza o Nordeste e oferece ao visitante tudo que a região dispõe.

**MADUREIRA** 17/8 | 13h30 às 22h | Livre | R\$ 30 (habilitado Sesc), R\$ 37 (est., id., conv., < 21), R\$ 43 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui ingresso.

## FESTA JULINA NO SESC NOGUEIRA

Em uma área de 150 mil metros quadrados, cercado pelas montanhas da Região Serrana do Rio, está o *Sesc Nogueira*. A Unidade tem infraestrutura completa para atender os visitantes com opções de lazer, esporte e cultura, além de uma trilha ecológica, que permite que o visitante desfrute da exuberante natureza local. A *Festa Julina* da Unidade é imperdível e conta com uma programação repleta de atrações, gincanas, brincadeiras, danças e shows, além de barracas de comidas típicas.

<b>DUQUE DE CAXIAS</b>	<b>6/7</b>   14h às 21h   Livre   R\$ 52 (habilitado Sesc), R\$ 63 (est., id., conv., < 21), R\$ 75   Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo.
<b>NITERÓI</b>	<b>6/7</b>   12h às 22h   Livre   R\$ 65 (habilitado Sesc), R\$ 78 (est., id., conv., < 21), R\$92   Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo.
<b>NOVA IGUAÇU</b>	<b>6/7</b>   11h às 21h   Livre   R\$ 78 (habilitado Sesc), R\$ 96 (est., id., conv., < 21), R\$ 112   Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso, almoço e serviço de bordo.
<b>SANTA LUZIA</b>	<b>6/7</b>   9h às 20h   Livre   R\$ 77 (habilitado Sesc), R\$ 96 (est., id., conv., < 21), R\$ 111   Inclui transporte, guia de turismo, almoço, ingresso, seguro e serviço de bordo.
<b>TIJUCA</b>	<b>6/7 e 7/7</b>   9h às 22h   Livre   R\$ 76 (habilitado Sesc), R\$ 95 (est., id., conv., < 21), R\$110   Inclui transporte, guia de turismo, serviço de bordo, refeição e ingresso. O passeio acontece em dois dias com grupos diferentes.
<b>RAMOS</b>	<b>7/7</b>   8h às 21h   Livre   R\$ 72 (habilitado Sesc), R\$ 90 (est., id., conv., < 21), R\$ 104   Inclui transporte, guia de turismo, serviço de bordo e refeição. Não inclui ingresso.
<b>COPACABANA</b>	<b>7/7</b>   10h às 20h   Livre   R\$ 73 (habilitado Sesc), R\$ 92 (est., id., conv., < 21), R\$ 107   Inclui transporte, guia de turismo, refeição (almoço), ingresso, seguro e serviço de bordo.

## FESTIVAL SESC DE INVERNO

O Festival Sesc de Inverno chega a sua 18ª edição, firmando-se como o maior evento cultural da Região Serrana no calendário oficial de Petrópolis, Teresópolis e Nova Friburgo.

<b>RAMOS</b>	<b>Petrópolis - 19/7</b>   9h às 20h   Livre   R\$ 55 (habilitado Sesc), R\$ 69 (est., id., conv., < 21), R\$ 80   Inclui transporte, seguro, guia de turismo e serviço de bordo.
--------------	---

<b>TIJUCA</b>	<b>Nova Friburgo - 20/7</b>   9h às 21h   Livre   R\$ 93 (habilitado Sesc), R\$ 117 (est., id., conv., < 21), R\$ 135   Inclui transporte, seguro, guia de turismo e serviço de bordo.
<b>TIJUCA</b>	<b>Petrópolis - 27/7</b>   9h às 20h   Livre   R\$ 51 (habilitado Sesc), R\$ 64 (est., id., conv., < 21), R\$ 74   Inclui transporte, seguro, guia de turismo e serviço de bordo.
<b>TIJUCA</b>	<b>Teresópolis - 27/7</b>   9h às 20h   Livre   R\$ 64 (habilitado Sesc), R\$ 81 (est., id., conv., < 21), R\$ 94   Inclui transporte, seguro, guia de turismo e serviço de bordo.
<b>RAMOS</b>	<b>Teresópolis - 21/7</b>   9h às 20h   Livre   R\$ 66 (habilitado Sesc), R\$ 83 (est., id., conv., < 21), R\$ 96   Inclui transporte, seguro, guia de turismo e serviço de bordo.
<b>RAMOS</b>	<b>Nova Friburgo - 27/7</b>   9h às 20h   Livre   R\$ 89 (habilitado Sesc), R\$ 111 (est., id., conv., < 21), R\$ 129   Inclui transporte, seguro, guia de turismo e serviço de bordo.
<b>NOVA IGUAÇU</b>	<b>Petrópolis - 28/7</b>   8h às 18h   Livre   R\$ 51 (habilitado Sesc), R\$ 63 (est., id., conv., < 21), R\$ 73   Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui refeição.

## ITAIPAVA COM FESTA JULINA NO SESC NOGUEIRA

No distrito de Petrópolis, cada recanto possui uma identidade própria, mas algumas características são comuns a todos eles: a tranquilidade, o conforto, o aconchego e a boa mesa. Visitaremos também a *Festa Julina do Sesc Nogueira*, um momento imperdível que conta com uma programação repleta de atrações, gincanas, brincadeiras, danças, shows e barracas de comidas típicas.

<b>SÃO JOÃO DE MERITI</b>	<b>6/7</b>   8h30 às 20h30   Livre   R\$ 74 (habilitado Sesc), R\$ 92 (est., id., conv., < 21), R\$ 107   Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, almoço, seguro e serviço de bordo.
---------------------------	--

MADUREIRA

**7/7** | 8h às 21h | Livre | R\$ 74 (habilitado Sesc), R\$ 93 (est., id., conv., < 21), R\$ 108 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, refeição e serviço de bordo. Não inclui ingresso.

## LUMIAR E SÃO PEDRO DA SERRA

Com um clima ameno e agradável ao longo do ano, e bastante frio no inverno, a região de *Lumiar e São Pedro da Serra* é reconhecida pela tranquilidade e pelas belezas naturais como a mata, poços e cachoeiras. O clima da região propicia o cultivo de flores. Visitaremos a *Fazenda de Flores* da família Heckert, com acesso a produção e seus campos de cultivo.

CAMPOS

**27/7** | 6h às 21h30 | Livre | R\$ 109 (habilitado Sesc), R\$ 160 (est., id., conv., < 21) e R\$ 189 | Inclui transporte, guia de turismo, serviço de bordo e seguro.

## MEMORIAL GETÚLIO VARGAS E CHÁ DA TARDE NO SESC COPACABANA

Visita guiada ao *Memorial Getúlio Vargas*. Construído pela prefeitura do Rio, o acervo do Memorial nasceu para preservar e facilitar a pesquisa sobre Getúlio Vargas. Em seguida, participaremos do *Chá da Tarde* no *Sesc Copacabana* onde poderemos desfrutar de chás, sucos, bolos e biscoitos, no ambiente agradável da Unidade e com muita música.

NITERÓI

**30/8** | 13h às 20h | Livre | R\$ 70 (habilitado Sesc), R\$ 88 (est., id., conv., < 21), R\$ 102 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo.

## MUSEU CIÊNCIA E VIDA + SESC NOVA IGUAÇU COM FESTA JULINA

No coração de Duque de Caxias, o *Museu Ciência e Vida* possui diversas exposições temporárias, planetário e salas para oficinas, estimulando os visitantes e despertando o gosto pela ciência. Os visitantes também participarão da *Festa Julina* do Sesc Nova Iguaçu.

MADUREIRA

**20/7** | 12h30 às 21h30 | Livre | R\$ 51 (habilitado Sesc), R\$ 64 (est., id., conv., < 21), R\$ 74 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui ingresso.

## MUSEU DA IMIGRAÇÃO DA ILHA DAS FLORES E SESC SÃO GONÇALO COM FESTA JULINA

A *Ilha das Flores* foi inaugurada pelo Governo Imperial em 1883, e se tornou um dos principais locais de recepção dos imigrantes. Operou por mais de 80 anos recebendo milhares de imigrantes de diversas nacionalidades. Atualmente, sedia a Tropa de Reforço da Força de Fuzileiros Navais e muitas de suas edificações originais estão bem preservadas. O *Museu da Imigração* é administrado pela Marinha do Brasil e possui, em seu roteiro de visita ao ar livre, o Espaço de Exposições e a Casa do Intérprete. Os visitantes também participarão da *Festa Julina* do Sesc São Gonçalo.

MADUREIRA

**6/7** | 12h30 às 21h30 | Livre | R\$ 51 (habilitado Sesc), R\$ 64 (est., id., conv., < 21), R\$ 74 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui ingresso.

## MUSEU IMPERIAL + FESTA JAPONESA (BUNKA SAI)

O *Museu Imperial* está localizado no centro histórico da cidade de Petrópolis. Seu acervo é constituído por peças ligadas à monarquia brasileira, incluindo mobiliário, documentos, obras de arte e objetos pessoais de integrantes da família imperial, tendo como grandes expoentes as coroas de Dom Pedro I e Dom Pedro II.

*Bunka Sai* é um festival em homenagem à cultura japonesa e acontece nos arredores do *Palácio de Cristal*. A festa conta com uma programação cultural composta por danças folclóricas, shows de música japonesa, oficinas de mangá, pipa, Ikebana (arranjos florais) e origami, além de artes marciais, palestras, festival de *Cosplay*, gincanas japonesas para as crianças e concurso de fotografia.

NOVA IGUAÇU

**10/8** | Horário sob consulta na Unidade | Livre | R\$ 61 (habilitado Sesc), R\$ 76 (est., id., conv., < 21), R\$ 87 | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, seguro e serviço de bordo.

## NITERÓI CULTURAL

A cidade encanta pelas belas paisagens que a rodeiam. Neste passeio, vamos visitar locais que são a cara da cidade: o *Museu de Arte Contemporânea de Niterói*, desenhado por Oscar Niemeyer, o bairro de *Boa Viagem* e sua incrível paisagem, o histórico prédio do *Solar do Jambeiro*, além da *Fortaleza de Santa Cruz*, com meio século de história e estrategicamente localizada na entrada da Baía de Guanabara.

NOVA FRIBURGO

**14/7** | 7h às 19h30 | Livre | R\$ 104 (habilitado Sesc), R\$ 131 (est., id., conv., < 21), R\$ 152 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, serviço de bordo e ingressos (exceto para a Fortaleza de Santa Cruz). Não inclui refeição.

## OI FUTURO + CHÁ DA TARDE SESC COPACABANA

O espaço *Oi Futuro* tem como objetivo impulsionar as pessoas por meio das artes, estimulando a cocriação e promovendo o acesso à cultura na era digital. O projeto mantém um centro cultural no Rio de Janeiro, com uma programação que valoriza a produção de vanguarda e a convergência entre arte contemporânea e tecnologia. O *Chá da Tarde* é uma maneira de passar o tempo conversando ao sabor de chá, sucos, bolos e biscoitos no ambiente agradável do *Sesc Copacabana*, que fica a uma quadra de uma das praias mais famosas do mundo.

ENGENHO DE DENTRO

**19/7** | 13h às 19h | Livre | R\$ 57 (habilitado Sesc), R\$ 71 (est., id., conv., < 21), R\$ 82 | Inclui transporte, guia de turismo, lanche da tarde, ingresso, seguro e serviço de bordo.

SÃO GONÇALO

**26/7** | 13h às 19h | Livre | R\$ 57 (habilitado Sesc), R\$ 71 (est., id., conv., < 21), R\$ 82 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, chá da tarde e serviço de bordo.

## ORQUIDÁRIO BINOT + SESC NOGUEIRA (RJ)

Local de exposição e venda de orquídeas, o *Orquidário Binot* foi fundado em 1870 por Jean Baptiste Binot, idealizador dos jardins do Palácio Imperial, sendo administrado até hoje por seus descendentes. De renome internacional, possui inúmeras variedades de orquídeas e exporta para outros países, sendo seu principal mercado os Estados Unidos, Alemanha e Japão. Neste dia realizaremos uma visita ao *Sesc Nogueira* onde há muito verde, ar puro e uma excelente infraestrutura de lazer.

MADUREIRA

**31/8** | 8h às 19h | Livre | R\$ 74 (habilitado Sesc), R\$ 93 (est., id., conv., < 21), R\$ 108 | Inclui transporte, guia de turismo, refeição, seguro e serviço de bordo.



## PARQUE CREMERIE + MOMENTO PARA DANÇAR NO QUITANDINHA

A antiga *Crémérie Buisson*, fábrica de queijos de Jules Buisson, foi fundada em 1845. Seus produtos já foram reconhecidos em todo Brasil graças à sua excelente qualidade. O local é um espaço de lazer desde os verões da sociedade da Belle Époque até os dias atuais. Possui quadras de esporte, piscina, lago com pedalinhas e área verde. Os visitantes também irão ao *Sesc Quitandinha*, onde participarão do *Momento para Dançar*, um encontro com música ao vivo que proporciona um momento de lazer, socialização e bem-estar por meio da dança. O baile ainda conta com dançarinos para animar e serviço de buffet.

**NOVA IGUAÇU** **31/8** | Horário sob consulta na Unidade | Livre | R\$ 50 (habilitado Sesc), R\$ 63 (est., id., conv., < 21), R\$ 73 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui refeição e ingresso.

## PARQUE GAROTA DE IPANEMA + CHÁ DA TARDE NO SESC COPACABANA

O *Parque Garota de Ipanema* é indicado para aqueles que gostam de ambientes com belas paisagens e espaço para a prática de esportes. O local possui uma quadra poliesportiva, rинque de patinação e uma ciclovia, que segue em direção ao *Forte de Copacabana*. O espaço conta ainda com playground e mirante, integrando a área de proteção ambiental das Pontas de Copacabana e do Arpoador, nas quais são permitidas apenas atividades que não afetem o ecossistema local. Em seguida, participaremos do *Chá da Tarde* no *Sesc Copacabana* onde poderemos desfrutar de chás, sucos, bolos e biscoitos, no ambiente agradável da Unidade e com muita música.

**MADUREIRA** **30/8** | 12h às 20h | Livre | R\$ 71 (habilitado Sesc), R\$ 89 (est., id., conv., < 21), R\$ 103 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, ingresso e serviço de bordo.

## PETRÓPOLIS COM BUNKA SAI (FESTA JAPONESA - RJ)

A chamada “Cidade Imperial”, nasceu do sonho do Imperador Dom Pedro I, que descobriu os valores climáticos e belezas naturais da região serrana. Baseada no turismo histórico e cultural, possui diversos atrativos turísticos relacionados ao império, além de outros como o *Sesc Quitandinha*, *Palácio de Cristal* e a *Catedral de São Pedro de Alcântara*. Bunka Sai é um festival em homenagem à cultura japonesa e acontece nos arredores do *Palácio de Cristal*. A festa conta com uma programação cultural composta por danças folclóricas, shows de música japonesa, oficinas de mangá, pipa, ikebana (arranjos florais) e origami, além de artes marciais, palestras, festival de *Cosplay*, gincanas japonesas para as crianças e concurso de fotografia.

**MADUREIRA** **11/8** | 8h às 19h | Livre | R\$ 55 (habilitado Sesc), R\$ 68 (est., id., conv., < 21), R\$ 79 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro e serviço de bordo. Não inclui refeição. Ingresso de visitação ao Sesc Quitandinha: 2 kg de alimentos não perecíveis (por pessoa), que serão revertidos para o projeto Mesa Brasil.

## REAL GABINETE PORTUGUÊS DE LEITURA E CHÁ DA TARDE NO SESC COPACABANA

Pelo seu prestígio nos meios intelectuais, pela beleza arquitetônica do edifício da sua sede, pela importância do acervo bibliográfico e ainda pelas atividades que desenvolve, o *Real Gabinete Português de Leitura* é, a todos os títulos, uma instituição notável e que muito dignifica Portugal no Brasil. Participaremos do *Chá da Tarde* no *Sesc Copacabana* onde poderemos desfrutar de chás, sucos, bolos e biscoitos, no ambiente agradável da Unidade e com muita música.

**NOGUEIRA** **26/7** | 12h às 18h30 | 15 anos | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, ingresso, buffet de chá da tarde, serviço de bordo e seguro.

## TERESÓPOLIS

A cidade de Teresópolis possui lindas paisagens como rios e cachoeiras, 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. Visitaremos a *Fonte Judite* e o *Mirante do Soberbo*.

QUITANDINHA

**+ FESTIVAL DE INVERNO >**  
**21/7** | 8h às 19h30 | Livre |  
 R\$ 104 (habilitado Sesc),  
 R\$ 130 (est., id., conv.,  
 < 21), R\$ 151 | Inclui almoço  
 e serviço de bordo.

NOVA  
FRIBURGO

28/7 | 8h às 20h | Livre |  
 R\$ 72 (habilitado Sesc),  
 R\$ 89 (est., id., conv., < 21),  
 R\$ 104 | Inclui transporte, guia  
 de turismo, seguro e serviço  
 de bordo. Não inclui refeição.

## VALENÇA COM FAZENDA SANTO ANTÔNIO DO PAIOL

*Valença* é um município brasileiro localizado no Sul do estado do Rio de Janeiro. Além de promover grande contato com a natureza, é uma cidade histórica cheia de cultura, com atrativos turísticos como a *Casa Léa Pentagna*, *Catedral de Nossa Senhora da Glória* e a *Praça Visconde do Rio Preto*. Visitaremos a histórica *Fazenda Santo Antônio do Paiol*, onde será servido um delicioso almoço.

DUQUE DE  
CAXIAS

**27/7** | 7h30 às 18h | Livre |  
 R\$ 64 (habilitado Sesc),  
 R\$ 80 (est., id., conv., < 21),  
 R\$ 93 | Inclui transporte,  
 guia de turismo, seguro  
 e serviço de bordo.

SÃO JOÃO  
DE MERITI

**27/7** | 7h30 às 19h30 | Livre |  
 R\$ 143 (habilitado Sesc),  
 R\$ 179 (est., id., conv., < 21),  
 R\$ 207 | Inclui transporte, guia  
 de turismo, seguro, almoço na  
 fazenda e serviço de bordo.

ENGENHO  
DE DENTRO

**10/8** | 8h às 20h | Livre |  
 R\$ 160 (habilitado Sesc),  
 R\$ 199 (est., id., conv., < 21),  
 R\$ 231 | Inclui transporte,  
 guia de turismo, almoço  
 (com bebida e sobremesa),  
 seguro e serviço de bordo.

NOGUEIRA

**11/8** | 6h30 às 19h | Livre |  
 Valor sob consulta na Unidade |  
 Inclui ônibus, visitação à  
 fazenda com almoço e  
 sobremesa, guia de turismo,  
 serviço de bordo e seguro.

# COM O SESC POR AÍ EXCURSÕES

## ÁGUAS DE SÃO PEDRO COM THERMAS WATER PARK E BROTAS (SP)

A cidade de *Águas de São Pedro* é conhecida como *cidade-saúde* e é a única estância brasileira construída com a finalidade específica de ser um local de cura e lazer, garantindo qualidade de vida a seus habitantes e turistas. Um de seus principais parques aquáticos, o *Thermas Water Park*, é garantia de diversão para toda a família. O parque conta com 13 piscinas, sendo 3 delas com águas quentes, parque aquático infantil e 12 pistas de tobogãs, entre outras atrações. As condições naturais fazem de *Brotas* uma das poucas regiões do interior de São Paulo que ainda concilia ambiente natural, com os aspectos de uma área quase toda ocupada pela atividade rural, garantindo-lhe uma forte beleza paisagística, além de apresentar aspectos culturais típicos da comunidade local.

SÃO GONÇALO

**10/7 à 14/7** | Livre | R\$ 779 (habilitado Sesc), R\$ 974 (est., id., conv., < 21), R\$ 1.129 | Inclui transporte, guia de turismo, ingressos, seguro e serviço de bordo.

NITERÓI

**10/7 à 14/7** | Livre | R\$ 779 (habilitado Sesc), R\$ 974 (est., id., conv., < 21), R\$ 1.129 | Inclui transporte, guia de turismo, ingressos, seguro e serviço de bordo.

## CAXAMBU COM SÃO TOMÉ DAS LETRAS (MG)

*Caxambu* é um ótimo destino para os que buscam escapar da rotina, um local privilegiado pela natureza, tranquilo, seguro e aconchegante para toda a família. Localizado na região do Circuito das Águas, no sul de Minas Gerais, é uma cidade rica em águas minerais, gasosas e medicinais. O roteiro inclui visita às cidades de *São Lourenço*, *São Tomé das Letras* e *Baependi* com seus atrativos naturais e culturais. Visitaremos também Fazenda Centenária em Baependi, participando de sua festa junina, típica repleta de quitutes e muita animação.

SANTA LUZIA

**31/7 a 4/8** | Livre | R\$ 944 (habilitado Sesc), R\$ 1.180 (est., id., conv., < 21), R\$ 1.369 | Inclui transporte, hospedagem em apto duplo com pensão completa (café da manhã, almoço e jantar), guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

## ROTA DOS BANDEIRANTES: ITU, SALTO E PORTO FELIZ (SP)

Itu é conhecida como a “Terra do Exagero”, denominação que exalta a “grandiosidade” da cidade e as coisas exageradamente grandes que nela existem, como o orelhão gigante da *Praça Matriz*, um dos principais pontos turísticos. Na *Praça Central*, fica a Igreja *Matriz*, uma construção de 1780. A *Estância Turística de Salto*, com suas belezas naturais, se destaca por oferecer também um turismo pedagógico, onde os visitantes têm contato com a história nacional e local. *Porto Feliz* guarda em suas terras muita história. A cidade começou a ser povoada em 1693, como rota de passagem dos bandeirantes.

**NIITERÓI**

**1/8 a 5/8** | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, hospedagem, guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

## SÃO PAULO CULTURAL (SP)

A cidade de São Paulo oferece aos visitantes diversidade e intensidade de atrativos culturais. A maior cidade do país é o destino certo de quem procura por compras, gastronomia variada e opções culturais. São Paulo, com quase 12 milhões de habitantes, recebeu influência de diversos povos ao longo de sua história, entre eles, italianos, árabes e japoneses. Visitaremos o *Parque do Carmo* com suas belas cerejeiras e o *Sesc Itaquera*, o *Mercado Municipal*, o *Sesc Consolação*, a *Japan House*, o *MASP*, a cidade de *Embu das Artes* e o *Centro Histórico*.

**SANTA LUZIA**

**15/8 a 18/8** | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, hospedagem em apto duplo com café da manhã, guia de turismo, ingressos, seguro e serviço de bordo.

## SESC ALPINA – TERESÓPOLIS (RJ)

A cidade de 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. Visitaremos a *Fonte Judite* e o *Mirante do Soberbo*. A hospedagem será no novo hotel da rede Sesc RJ, o *Sesc Alpina*. Situado próximo à Serra dos Órgãos, o hotel fica a 90 km do Rio de Janeiro e possui uma localização privilegiada. A Unidade dispõe de restaurante para hóspedes (pensão completa), lounge bar, piscina térmica com cachoeira, sauna a vapor e salão de jogos, entre outras atividades de lazer.

**RAMOS**

**23/8 a 25/8** | Livre | Valor sob consulta na Unidade | Inclui transporte, guia de turismo, city tour, serviço de bordo, seguro e hospedagem.

**COPACABANA**

**25/7 a 28/7** | Livre | R\$ 600 (habilitado Sesc), R\$ 750 (est., id., conv., < 21), R\$ 870 | Inclui transporte, hospedagem, guia de turismo, refeições, ingresso, seguro e serviço de bordo. Durante o período, acontece a 18ª edição do Festival de Inverno, que conta com diversas programações.

## SESC COPACABANA

Copacabana é considerado um dos pontos turísticos mais famosos e prestigiados do Brasil e do mundo. Seu calçadão é um dos símbolos mais conhecidos do Rio Janeiro. O bairro oferece vários atrativos culturais, históricos e naturais. O roteiro inclui visitas ao *Forte de Copacabana* e à *Confeitaria Colombo* para assistir o pôr do sol, caminhada turística no calçadão, visita noturna ao *Centro Luiz Gonzaga de Tradições Nordestinas*, além de visitas ao *Museu do Amanhã*, *AquaRio*, *Jardim Botânico* e *Planetário da Gávea*.

**BARRA MANSA**

**5/7 a 7/7** | Livre | R\$ 496 (habilitado Sesc), R\$ 620 (est., id., conv., < 21), R\$ 749 | Inclui transporte, hospedagem com café da manhã, guia de turismo, seguro, serviço de bordo e ingressos para Museu do Amanhã, AquaRio, Jardim Botânico e Planetário da Gávea. Não inclui refeições.

## SESC DOMINGOS MARTINS (ES)

Com características únicas, o Sesc Domingos Martins encontra-se em uma área arborizada, com mata nativa das montanhas capixabas, onde os visitantes podem aproveitar a natureza em cada detalhe e sentir um ambiente aconchegante e tranquilo. O hotel está localizado a apenas 2 km da sede da cidade de Domingos Martins, uma região rodeada de atrações turísticas e da cultura alemã, e a 49 km da capital do estado. Visitaremos a *Rota do Lagarto* com vista da *Pedra Azul e Campinho*. Participaremos também do *Festival de Inverno de Domingos Martins*.

**CAMPOS**

**13/7 a 14/7** | Livre | R\$ 295 (habilitado Sesc), R\$ 385 (est., id., conv., < 21) e R\$ 485 | Inclui transporte, hospedagem com café-da-manhã, noite de buffet de caldos, guia de turismo, seguro e serviço de bordo.

**TRÊS RIOS**

**17/7 a 21/7** | Livre | R\$ 845 (habilitado Sesc), R\$ 795 (habilitados com idades entre 7 e 11 anos), R\$ 1.100 (est., id., conv., < 21), R\$ 1.370 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro viagem, hospedagem com café da manhã e buffet de caldos à noite no Sesc Domingos Martins e serviço de bordo. Não inclui ingressos e demais refeições.

## SESC GRUSSAÍ – SÃO JOÃO DA BARRA (RJ)

A praia, localizada na cidade fluminense de São João da Barra (RJ), é contornada por lagoas, bares e quiosques, e conhecida por abrigar a unidade *Sesc Mineiro Grussaí*. A Unidade se encontra junto a uma bela e tranquila praia e oferece ampla infraestrutura de lazer. Os visitantes poderão aproveitar a tradicional *Festa Julina* do Sesc Mineiro Grussaí.

**RAMOS**

**24/7 a 28/7** | Livre | R\$ 670 (habilitado Sesc), R\$ 838 (est., id., conv., < 21), R\$ 972 | Inclui transporte, guia de turismo, city tour em São João da Barra e Atafona, serviço de bordo, seguro e hospedagem com café da manhã no Sesc Grussaí. Não inclui ingressos e demais refeições.

**MADUREIRA**

**25/7 a 28/7** | Livre | R\$ 637 (habilitado Sesc), R\$ 796 (est., id., conv., < 21), R\$ 923 | Inclui transporte, guia de turismo, seguro, hospedagem no Sesc Mineiro Grussaí em apto duplo ou triplo com café da manhã. Não inclui as demais refeições e ingressos de visitação.

## SESC NOGUEIRA - PETRÓPOLIS (RJ)

Hospedagem no *Hotel Sesc Nogueira*, onde há muito verde, ar puro e uma infraestrutura de lazer excelente. Além disso, várias opções de atividades promovidas pela equipe do hotel.

**ENGENHO DE DENTRO**

**5/7 a 7/7** | Livre | R\$ 409 (habilitado Sesc), R\$ 529 (est., id., conv., < 21), R\$ 592 | Inclui transporte, guia de turismo, pensão completa (café da manhã, almoço e jantar), hospedagem em aptos duplos ou triplos, seguro e serviço de bordo.

## SESC OURO PRETO COM CIDADES HISTÓRICAS (MG)

O roteiro das *Cidades Históricas de Minas Gerais* passa pelos principais municípios do Ciclo do Ouro. *Ouro Preto* é uma daquelas cidades que respiram história. Entre os importantes fatos que aconteceram na cidade, destaca-se a Inconfidência Mineira. *Mariana*, que tem como cenário um período de descobertas, religiosidade, projeção artística e a busca pelo ouro, é marcada também pelo pioneirismo de uma região, que há três séculos guarda riquezas que nos remetem ao tempo do Brasil Colônia. *Congonhas* faz parte do *Caminho da Velha da Estrada Real* e tem como principal cartão postal o *Santuário do Bom Jesus de Matosinhos*, com seus 12 profetas esculpidos em pedra sabão pelas mãos do artista barroco Antônio Francisco Lisboa, mais conhecido como Aleijadinho.

**NOGUEIRA**

**17/7 a 21/7** | Livre | R\$ 930 (habilitado Sesc), R\$ 1.163 (est., id., conv., < 21) e R\$ 1.349 | Inclui transporte, guia de turismo, hospedagem no Sesc Ouro Preto com café da manhã, almoço (exceto dia 19/7) e jantar, serviço de bordo e seguro.

**MADUREIRA**

**21/8 a 25/8** | Livre | R\$ 650 (habilitado Sesc), R\$ 812 (est., id., conv., < 21), R\$ 942 | Inclui transporte, guia de turismo, hospedagem no Sesc Ouro Preto com café da manhã, city tour em Ouro Preto, Mariana e Congonhas, seguro e serviço de bordo. Não inclui ingressos e demais refeições.

# 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 | HOTELEIRA

Rua Domingos Ferreira, 160 – Copacabana

#### ENGENHO DE DENTRO

Av. Amaro Cavalcanti, 1.661 – Engenho de Dentro

#### MADUREIRA

Rua Ewbanck 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

#### ALPINA | HOTELEIRA

R. Cândido Portinari, 837 – Golf, Teresópolis

#### 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 Calembé, 2.000 – Petrópolis

#### NOVA FRIBURGO | HOTELEIRA

Av. Presidente Costa e Silva, 231 – Duas Pedras

#### NOVA IGUAÇU

Rua Dom Adriano Hipólito, 10 – Moquetá

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

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

#### 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.

#### SESC SAÚDE MULHER

Caminhão equipado para realizar exame mamográfico e preventivo, além de promover ações de Educação em Saúde.

### FALE COM A GENTE

(21) 4020-2101


[falecomagente@sescrj.org.br](mailto:falecomagente@sescrj.org.br)

## VEJA MAIS #AGENDASESC

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

 SescRJ

 sescrj

 portalsescrj

#### SERVIÇO SOCIAL DO COMÉRCIO – DEPARTAMENTO REGIONAL DO SESC NO RIO DE JANEIRO

Presidente do Sistema Fecomercio:

Antonio Florencio de Queiroz Junior

Diretora Regional: Regina Pinho da Costa

Diretor de Programas Sociais: Gilson dos Santos

Programação: Unidades Sesc RJ

Produção: Área de Comunicação do Sesc RJ

# SESC NA → FLIP<sup>19</sup>

**PARATY**  
**10 a 14 JUL**

**O ENCONTRO DA  
LITERATURA COM  
O BEM-ESTAR.**

A FLIP 2019 está ainda mais especial. Nesta edição, que homenageia o escritor Euclides da Cunha, o festival terá uma programação infanto-juvenil completa, e gratuita, no Espaço Sesc: contação de histórias, oficinas, intervenções poéticas, circo e muito mais. Participe! Vem viver a FLIP. Vem viver o Sesc.

Confira a programação completa:  
[www.sescrrio.org.br](http://www.sescrrio.org.br)



# SOM DO SESC

TEATRO  
SESC GINÁSTICO

SEMPRE ÀS  
TERÇAS

Conheça a mais nova opção cultural do Centro:  
o **Som do Sesc**. Artistas da cena carioca sobem ao  
palco para grandes shows no Teatro Sesc Ginástico.  
**Não perca!**



Danyan Dornelles

**HYLDON** convida

**CARLOS DAFÉ E FERNANDA ABREU**  
O Som do Black Rio

**9 JUL | 19h**



Flavio Pereira

**MARLON SETTE**

**E A MELHOR BANDA  
DE TODOS OS MUNDOS**

convidam **PEPEU GOMES**

**16 JUL | 19h**



Divulgação




**JOÃO CAVALCANTI**  
E SEGUNDA LAPA

**30 JUL | 19h**

Av. Graça Aranha, 187 - Centro, Rio de Janeiro

Bilheteria: 3ª a domingo, das 13h às 20h.

R\$ 30 | R\$ 15 (meia-entrada\*) | R\$ 7,50 (habilitado Sesc).

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

\*Mediante doação de 1kg de alimento não perecível.

Nº do Alvará de Funcionamento P Municipal: 7861145 /  
Validade: indeterminada | CR 00211/18 / Validade: 30/11/2019

**Sesc**