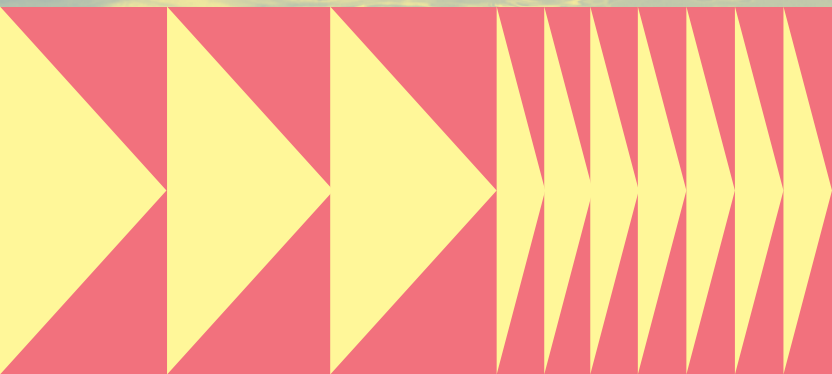


# Janeiro 2025

**Sesc Thermas de  
Presidente Prudente**



**Guia de Programação**



**Sesc**



Acesse a versão PDF do guia para pessoas com deficiência visual

### Classificação indicativa

Atribuída oficialmente ou autoclassificada

|    |     |    |     |         |
|----|-----|----|-----|---------|
| L  | AL  | 14 | A14 | 14 anos |
| 10 | A10 | 16 | A16 | 16 anos |
| 12 | A12 | 18 | A18 | 18 anos |

### Legendas de Acessibilidade



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

### Funcionamento

Terça a sexta, 8h às 20h.  
Sábados, domingos e feriados, 9h às 18h.  
Dia 20/1, segunda, feriado, a unidade funciona das 9h às 18h.  
Dia 21/1, terça, a unidade fecha.

### Ingressos

A venda de ingressos para shows e espetáculos no Sesc São Paulo tem início semanalmente, em dois lotes.  
On-line: às terças-feiras, a partir das 17h.  
Presencial, nas bilheterias das unidades: às quartas-feiras, a partir das 17h.

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

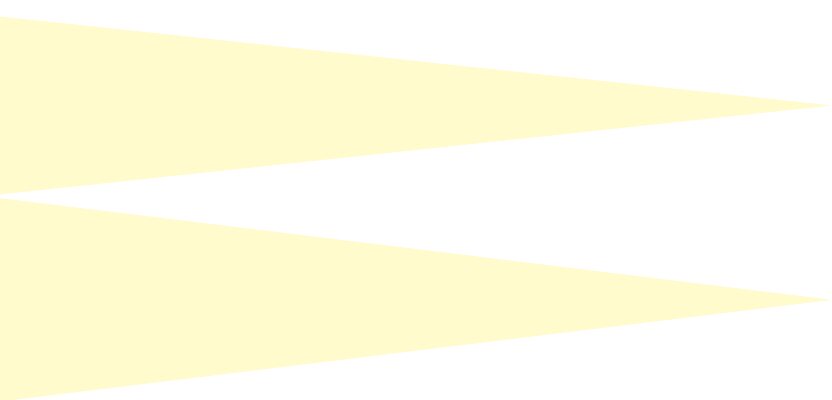


Este guia traz os destaques da programação da unidade de Presidente Prudente. Consulte a programação completa, inclusive das unidades da capital e litoral, em [sescsp.org.br](http://sescsp.org.br). Programação sujeita a alterações.

### Preços

- **Credencial Plena:** Pessoa trabalhadora do comércio de bens, serviços e turismo credenciada no Sesc e dependentes.
- **Meia-Entrada:** Pessoa aposentada, com mais de 60 anos, com deficiência, estudante e servidora de escola pública com comprovante.
- ▲ **Inteira.**

|    |   |
|----|---|
| 6  | <b>Florestar: Áreas Verdes Educadoras</b> |
| 10 | <b>Shows e Espetáculos</b>                |
| 14 | <b>Sesc Verão</b>                         |
| 20 | <b>Esporte e Atividade Física</b>         |
| 22 | <b>Exposições</b>                         |
| 26 | <b>Cursos, oficinas e encontros</b>       |
| 30 | <b>Crianças</b>                           |
| 38 | <b>Pessoas Idosas</b>                     |
| 39 | <b>Saúde</b>                              |
| 40 | <b>Agenda de Destaques</b>                |



# Editorial

Mais um ano se inicia e, com ele, a expectativa de ótimas experiências e oportunidades, certo? Muito certo! Aqui no Sesc Thermas muita coisa boa vai acontecer, ou melhor, continuar acontecendo.

Para iniciarmos os trabalhos em mais uma temporada, trazemos a 30ª edição do Sesc Verão, projeto que tem como objetivo incentivar e estimular as pessoas a praticarem esportes e atividades físicas. Pegando carona na edição anterior e desta vez com o tema “Segue o Jogo”, serão oferecidas muitas atividades gratuitas e abertas a toda comunidade ao longo de janeiro e fevereiro!

Neste primeiro mês do ano, teremos por aqui a presença do campeão olímpico de vôlei Dante Amaral, além de diversas aulas abertas e vivências gratuitas, como alongamento, boxe, stand up paddle, bumerangue, parkour, dança e até um miniarvorismo para a criançada. Também segue o jogo com as tradicionais práticas de yoga aos domingos e recreações orientadas de Beach Tennis, Vôlei de Areia, Basquete e Futsal, ganhando a companhia de recreações aquáticas nas piscinas.



**Sesc Thermas de Presidente Prudente**

Em janeiro, também acontece o Programa de Férias, repleto de atividades como brincadeiras e jogos, que visam estimular o desenvolvimento físico, cognitivo, motor e psicossocial das crianças, explorando cada cantinho do Sesc Thermas e apresentando um universo de possibilidades.

E quem nos conhece sabe: janeiro é tempo de dançar por aqui! Vem aí mais uma edição do tradicional projeto Sexta do Samba, com quatro shows gratuitos que celebram a pluralidade desse gênero, do samba de raiz à gafieira, passando pelo samba rock e pelo pagode.

O mês ainda nos reserva muito mais: aulas abertas de ritmos populares com a temática do samba rock; Feira de Pequenos Produtores; oficinas no Espaço de Tecnologias e Artes, enfim... Muita programação para todas as pessoas, de todas as idades.

O jogo segue, e seguimos com você!



## Florestar: Áreas Verdes Educadoras

O projeto tem como objetivo ampliar o caráter educativo das áreas verdes, por meio da contemplação, informação, experiências sensoriais e ações educativas regulares, no âmbito da Unidade, como também de sua vizinhança.

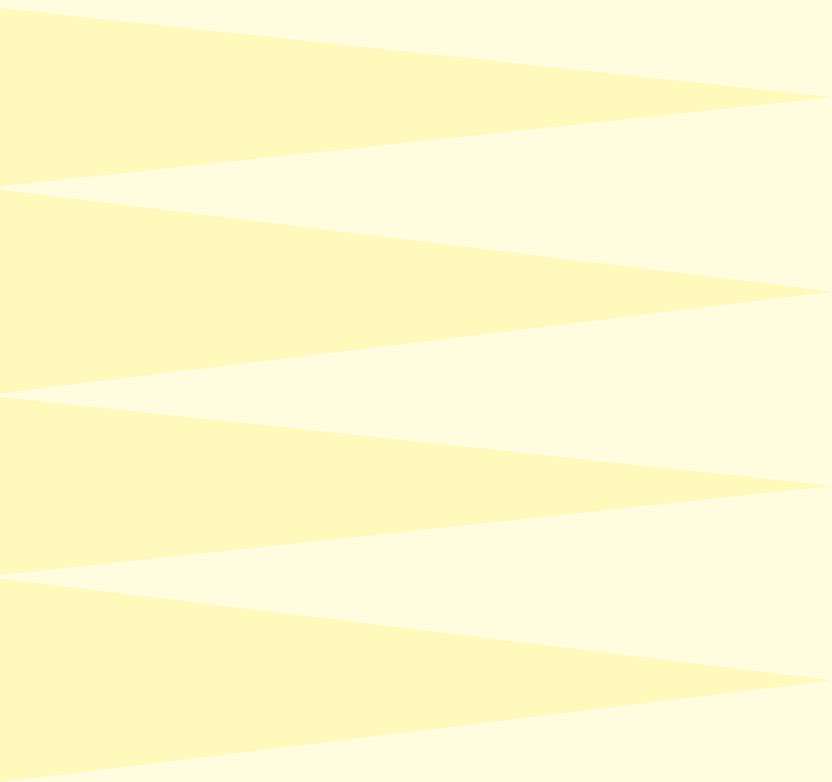




Foto: Divulgação

**Show** Orquestra Municipal de Viola Caipira de Presidente Bernardes

---

**FEIRA DE PEQUENOS PRODUTORES  
Com agricultoras(es) e produtoras(es)  
de Presidente Prudente e região**

Realizada mensalmente, visando fomentar a agroecologia e as principais iniciativas socioambientais da região. Cada produto ofertado é o ponto de partida para a criação de uma rede entre o rural e o urbano, aproximando produtores e consumidores, fortalecendo a agricultura familiar agroecológica e os artesãos e artesãs locais.

**Dia 18.  
Sábado,  
9h30 às 13h.**  
Quintal.  
Grátis. [AL](#)

---

Show  
**ORQUESTRA MUNICIPAL DE VIOLA  
CAIPIRA DE PRESIDENTE BERNARDES  
Show "As Mulheres e a Viola"**

Com protagonismo feminino, a apresentação busca difundir a cultura do sertão do Oeste Paulista e valorizar as violeiras e coralistas do município de Presidente Bernardes. O show retrata o cotidiano vivenciado no campo, saudando e respeitando a natureza, com repertório e arranjos cuidadosamente selecionados pelo maestro Willians Baker e pelas artistas violeiras, contando com composições de grandes nomes da música sertaneja caipira, como Inezita Barroso, Irmãs Galvão, Cascatinha e Nhana, Tonico e Tinoco, Almir Sater, Tião Carreiro e Pardinho, entre outros.

**Dia 18.  
Sábado,  
10h30.**  
Quintal.  
Grátis. [AL](#)





Foto: Thiago Luiz

**Curso** Guardiões de sementes ancestrais

Curso

**GUARDIÕES DE SEMENTES ANCESTRAIS  
Com Thiago Luiz, educador, guardião de  
sementes e agricultor agroflorestal**

O curso tem por objetivo promover a valorização e a preservação das sementes ancestrais e tradicionais, fundamentais para a segurança alimentar e conservação da biodiversidade. Os participantes poderão compreender a importância cultural, social e ambiental dessas sementes, além de dominar técnicas práticas de produção, seleção e conservação. O curso também busca incentivar a criação de uma rede regional de guardiões de sementes, promovendo autonomia e soberania alimentar nas comunidades e seus territórios.

**Dias 19 e 26.**

**Domingos,  
9h30 às 16h30.**

Quiosque.

Inscrições por meio do app Credencial Sesc SP, no site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou na Central de Relacionamento (mediante agendamento).  
Grátis. **A12**





Foto: Maila Alves

**Oficina** Passarinhada com as crianças

Oficina

**PASSARINHADA COM AS CRIANÇAS**

**Com os biólogos Silvério Hosomi e Johnny Silva.**

A observação de aves é uma atividade que transcende o simples ato de identificar espécies de pássaros. Trata-se de uma experiência imersiva na natureza, que convida os participantes a desacelerarem, a estarem atentos aos sons, movimentos e cores ao seu redor. No contexto infantil, essa prática ganha ainda mais valor, pois além de aproximar as crianças do meio ambiente, promove o desenvolvimento cognitivo, emocional e social.

**Dia 25.**

**Sábado,**

**9h30 às 11h30**

**(turma 1) e**

**15h às 17h**

**(turma 2).**

Quiosque.

Grátis. **AL**

**VISITA MEDIADA AO BOSQUE**

**Com agente de educação ambiental do Sesc**

O Sesc Thermas promove visitas mediadas nas quais os participantes são convidados a uma experiência de reconexão com a natureza. Por meio de atividades contemplativas, educativas e lúdicas, poderão conhecer mais sobre o caminho das águas, hortas, agrofloresta, meliponário, principais espécies da flora e da fauna que habitam nosso Bosque, assim como o contexto socioambiental no qual estamos inseridos. Os roteiros das visitas são estruturados de acordo com o perfil de cada grupo atendido. *Agendamento gratuito de visitas pelo e-mail: [agendamentos.prudente@sescsp.org.br](mailto:agendamentos.prudente@sescsp.org.br)*

**Terça a domingo,**

**9h às 18h.**

**Bosque.**

Grátis. **AL**



**Show** Vintage Pop

Foto: Divulgação

## Shows e Espetáculos

### MÚSICA

Pop

#### **VINTAGE POP**

Duo formado por Morgana Kurmann (voz) e Cleber Shimu (guitarra) há cinco anos, em Araraquara (SP). Destaca-se pelas versões criativas e inusitadas de hits da música pop, explorando gêneros como jazz, blues, rockabilly, bluegrass, rhythm and blues, funk e soul. No repertório, canções de Madonna, Michael Jackson, A-Ha, entre outros artistas.

**Dia 4.**

**Sábado, 16h.**

Área de Convivência.

Grátis. [AL](#)

Rock

#### **TIME MACHINE**

Formada na cidade de São Carlos (SP) no início dos anos 2000, a banda apresenta sucessos das décadas de 1970 a 1990, como canções de Elvis Presley, Eric Clapton e Creedence Clearwater Revival. Hoje integrada por Ederval Amaral (baixo e voz), Rogério Brunholi (guitarra e violão), Vinicius Scorza (guitarra e violão) e Felipe Moraes (bateria), entrega uma performance repleta de nostalgia e energia.

**Dia 11.**

**Sábado, 16h.**

Área de Convivência.

Grátis. [AL](#)



Foto: David Campbell

**Show** Dja Luz

Reggae

**DJA LUZ**

Cantor baiano, multi-instrumentista e compositor de músicas gravadas por Natiruts, Margareth Menezes, entre outros artistas, Dja Luz incorpora a musicalidade afrodiáspórica, se inspirando nas gerações passadas e prestando homenagem às encruzilhadas culturais.

**Dia 18.****Sábado, 16h.**

Área de Convivência.  
Grátis. [AL](#)

Black music

**FABIÃO E OS COMETAS**

Na estrada desde 2018, a banda, composta por Fabião (voz), Denis Castro (guitarra e voz), Fábio Russi (baixo), Paulo Russi (teclados) e Alex Correia (bateria), apresenta clássicos de Ed Motta, Djavan entre outros, propiciando ao público uma experiência musical repleta de energia, groove e diversão.

**Dia 20.****Segunda (feriado), 16h.**

Área de Convivência.  
Grátis. [AL](#)

**RODRIGO RÉGIS****Show “Brasilidades”**

O cantor, compositor e produtor musical apresenta repertório que vai de Caetano, Gil, Alceu Valença a BaianaSystem, Gilsons e Duda Beat.

**Dia 25.****Sábado, 16h.**

Área de Convivência.  
Grátis. [AL](#)

**Sexta do Samba**

Foto: Divulgação

---

## SEXTA DO SAMBA

Tradição do Sesc Thermas no início do ano, o projeto enaltece o mais popular dos ritmos brasileiros, com shows que são um convite para dançar. Nesta edição, a pluralidade do samba é celebrada por meio de apresentações de estilos variados, do samba de raiz à gafieira, passando pelo samba rock e pelo pagode.

Ingressos gratuitos (até 2 por pessoa) disponíveis a partir das 12h do dia do show, por meio do app Credencial Sesc SP, do site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou na Central de Relacionamento.

---

Show

### **LUÍZ RAMOS: 50 ANOS DE SAMBA E CHORO**

Homenagem aos 50 anos de vida musical de Luiz Ramos. Nascido e radicado em Pirapozinho, o músico autodidata toca cavaquinho, bandolim e violão de 7 cordas. No repertório, clássicos do samba de raiz e do choro - músicas dançantes, que estão gravadas na memória do povo e foram trilha sonora da vida do homenageado, importante figura para o samba e o choro na região de Presidente Prudente.

---

**Dia 10.**

**Sexta,  
20h30.**

Área de Convivência. **A16**



**Show** Bela Batucada

Foto: Divulgação

Show

**GAFIEIRA ESTAMOS AÍ**  
**Show "A volta da gafeira"**

Com 12 integrantes, a banda lembra a magia dos bailes do passado, com um toque moderno que combina músicas atuais ao repertório clássico das antigas gafeiras.

**Dia 17.**

**Sexta,**  
**20h30.**

Área de  
Convivência. **A16**

Show

**BELA BATUCADA**  
**Show "Elas no Pagode"**

Formado por seis mulheres em Sorocaba (SP), o grupo apresenta desde clássicos do pagode dos anos 1990 que marcaram época - canções de Salgadinho, Belo e Só pra Contrariar - até músicas de artistas da cena atual, como Ludmilla e Menos é Mais.

**Dia 24.**

**Sexta,**  
**20h30.**

Área de  
Convivência. **A16**

Show

**FLOR DE ABÓBORA**

O grupo, formado em 2008 em Araraquara (SP), lança mão de arranjos criativos para relembrar nesse show clássicos do samba rock - canções conhecidas na interpretação de Jorge Ben Jor, Tim Maia, Wilson Simonal entre outros.

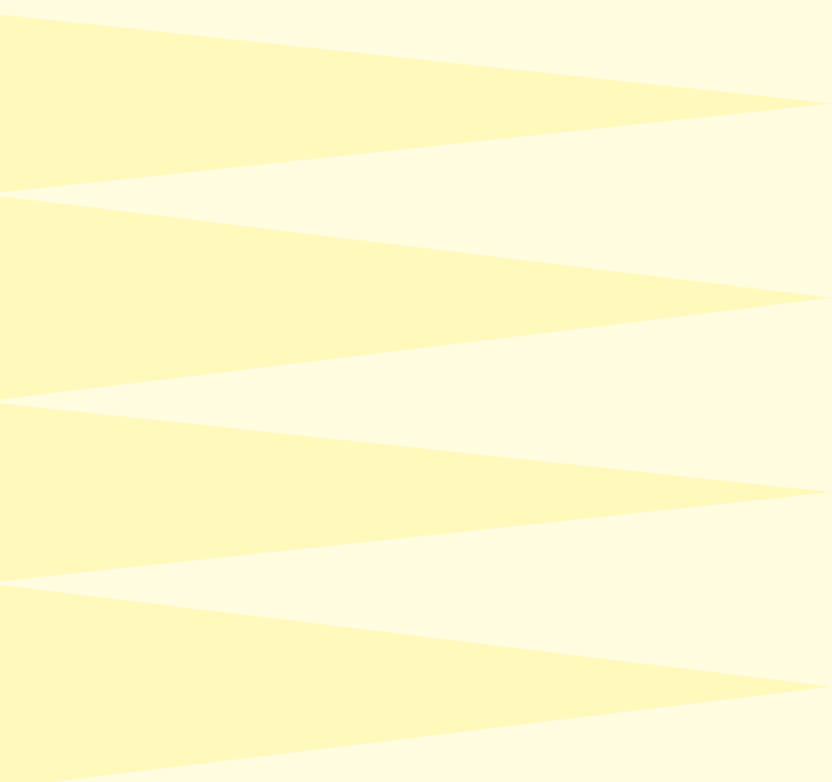
**Dia 31.**

**Sexta,**  
**20h30.**

Área de  
Convivência. **A16**

## Sesc Verão

De 4 de janeiro a 16 de fevereiro, o Sesc São Paulo realiza a 30ª edição do Sesc Verão, com atividades abertas e gratuitas em todas as Unidades. Participe e Segue o Jogo!

The bottom half of the page features a decorative graphic consisting of four horizontal, overlapping triangles pointing to the right. The triangles are a light yellow color and are arranged in a staggered, overlapping fashion, creating a sense of movement and depth.





**Vivência** Miniarvorismo

Foto: Acervo Sesc

Intervenção

## SEGUE O JOGO!

**Com BellaCia**

Dando início às atividades do Sesc Verão 2025, seguimos o jogo com muito esporte, atividade física e... palhaçaria! Venha se divertir e interagir com esta trupe, que percorrerá os espaços da nossa Unidade entreterendo e, com certeza, jogando!

**Dia 4.**

**Sábado,  
9h às 11h.**

**Dia 5.**

**Domingo,  
15h às 17h.**

Diversos Espaços.  
Grátis. **AL**

Vivência

## BATE-BOLA COM MEDALHISTA

Neste bate-papo seguido de bate-bola, o atleta de vôlei Dante Amaral divide histórias e técnicas da modalidade com o público. O ponteiro foi medalhista de ouro nos Jogos Olímpicos de Atenas (2004), bem como prata em Pequim (2008) e Londres (2012), além de tricampeão mundial com a Seleção.

**Dia 4.**

**Sábado,  
15h às 16h.**

Quadra de Areia.  
Grátis. **A12**

Vivência

## MINIARVORISMO

**Com Altitude Escalada**

Venha conhecer e praticar o miniarvorismo, uma versão para crianças do tradicional esporte de aventura na natureza, que consiste em se deslocar de um ponto a outro em estruturas presas a árvores.

**De 4/1 a 23/2.**

**Sábado e domingo,  
9h às 17h30.**

**Terça a sexta,  
8h às 19h30.**

Bosque.  
Grátis. Indicado  
para crianças de  
até 10 anos.



---

Recreação orientada

## **BASQUETE**

**Com o professor Anderson Nascimento**

---

**De 4/1 a 23/2.**

**Sábados e domingos, 9h às 12h.**

**Dia 20/1.**

**Segunda (feriado), 9h às 12h.**

Quadra Esportiva.

Grátis. **A12**

---

---

Recreação orientada

## **BEACH TENNIS**

**Com o professor Carlos Campos**

---

**De 4/1 a 23/2.**

**Sábados e domingos, 9h às 12h.**

**Dia 20/1.**

**Segunda (feriado), 9h às 12h.**

Quadra de Areia.

Grátis. **A12**

---

---

Recreação orientada

## **FUTSAL**

**Com a professora Francione Souza**

---

**De 4/1 a 16/2.**

**Sábados e domingos, 15h às 17h30.**

**Dia 20/1.**

**Segunda (feriado), 15h às 17h30.**

Quadra Esportiva.

Grátis. **A12**

---

---

Recreação orientada

## **VÔLEI DE AREIA**

**Com a professora Marcia Felix**

---

**De 4/1 a 26/1.**

**Sábados e domingos, 15h às 17h30.**

**Dia 20/1.**

**Segunda (feriado), 15h às 17h30.**

Quadra de Areia.

Grátis. **A12**

---

---

Vivência

## **BRINCADEIRAS AQUÁTICAS**

**Com o professor Murilo Cruz**

Brincar é bom, mas brincar na piscina é ainda melhor! Venha se divertir em nosso Parque Aquático com jogos e brincadeiras planejados e desenvolvidos para atender as crianças - e à toda a família. Afinal, brincar nunca é demais!

*Para acessar as piscinas, é necessário possuir credencial e exame dermatológico válidos, assim como os trajes de banho adequados.*

---

**Dia 4.**

**Sábado, 9h30 às 11h30.**

**Dias 5, 12, 19 e 26.**

**Domingos, 9h30 às 11h30.**

Parque Aquático.

Grátis. **AL**



Aula aberta Boxe

Foto: Acervo Sesc

Aula aberta

**ACROYOGA**

**Com Cinthia Carolina Caldeira Dias e Matheus Augusto Toninato**

Ao longo de janeiro, venha vivenciar esta prática que alia posturas da yoga com movimentos acrobáticos. Essa variação da tradicional prática milenar ajuda a desenvolver autoconfiança e segurança, além de estimular a colaboração entre as pessoas participantes, criando um ambiente de apoio mútuo e aprendizado coletivo.

**De 5 a 26.****Domingos, 10h às 11h.**

Quintal.

Grátis. **A12**

Aula aberta

**CINE DANCE**

**Com a professora Márcia Felix**

Já imaginou aprender as coreografias e dançar ao som de clássicos do cinema? Neste Sesc Verão você terá essa oportunidade! Venha dançar, se divertir e relembrar ótimos momentos do passado aqui no Sesc Thermas!

**De 7 a 30.****Terças e quintas, 18h30 às 20h.**

Área de

Convivência.

Grátis. **A12**

Aula aberta

**BOXE**

**Com o instrutor Hugo Leonardo**

Conhecido como "nobre arte", o boxe é um esporte de combate que possui cada vez mais pessoas adeptas em todo o mundo, buscando não só aprender técnicas de autodefesa, mas, principalmente, aprimorar o condicionamento físico. Venha conhecer e praticar a modalidade ao longo de janeiro.

**De 8 a 31.****Quartas e sextas, 19h às 20h.**

Quintal.

Grátis. **A12**



Foto: Acervo Sesc

### Aula aberta Danças circulares

Aula aberta

#### **DANÇAS CIRCULARES**

**Com educadora de atividades físico-esportivas do Sesc**

A prática oportuniza o encontro com a cultura de vários povos, com rica diversidade de ritmos e sons. Desperta a consciência corporal e espacial, incentivando a cooperação entre as pessoas.

**Dia 18.**

**Sábado,**

**10h às 11h.**

Bosque.

Grátis. **A12**

Vivência

#### **STAND UP PADDLE**

**Com Jakaré Ki Pira**

Prática derivada do surfe, na qual as pessoas remam em pé sobre uma prancha, tem como filosofia um estilo de vida saudável, atrelando a atividade física com a natureza.

*Para acessar as piscinas, é necessário possuir credencial e exame dermatológico válidos, assim como os trajes de banho adequados.*

**Dias 18 e 19.**

**Sábado e domingo,**

**10h às 12h e**

**15h às 17h.**

Parque Aquático.

Grátis. **AL**



Foto: Acervo Sesc

**Aula aberta** Parkour para crianças

---

Vivência

**BUMERANGUE****Com Ricardo Marx**

Conheça diversos modelos de bumerangue, customize o seu de forma criativa e aprenda técnicas para lançá-los.

---

Aula aberta

**PARKOUR PARA CRIANÇAS****Com Cet Kids**

Vivencie o parkour no Bosque do Sesc Thermas! De forma segura e divertida, teste suas habilidades em meio à natureza.

---

**Dia 25.**

**Sábado,****10h às 12h.**

Quintal. Entrega gratuita de senhas no local com 30 minutos de antecedência. **AL**

---

**Dia 25.**

**Sábado,****15h às 17h.****Dia 26.****Domingo,****10h às 12h.**

Bosque.

Grátis. **AL**



**Esporte Jovem** Basquete Feminino

Foto: Maíla Alves

## Esporte e Atividade Física

### PROGRAMA SESC DE ESPORTES

Ensino e treino das modalidades esportivas pautados na educação e formação do cidadão, com metodologia adequada a cada faixa etária.

|  | Terças e quintas | Quartas e sextas    | Quintas e domingos |
|--|------------------|---------------------|--------------------|
| <b>ESPORTE CRIANÇA</b><br>6 a 10 anos                                  |                  | Recesso até 18/2/25 |                    |
| <b>ESPORTE JOVEM</b><br><b>Basquete Feminino</b><br>13 a 16 anos       |                  | Recesso até 19/2/25 |                    |
| <b>ESPORTE ADULTO</b><br><b>Clube do Futsal</b><br>A partir de 16 anos |                  | Recesso até 19/2/25 |                    |
| <b>Clube do Tênis de Mesa</b><br>A partir de 16 anos                   |                  | Recesso até 19/2/25 |                    |
| <b>Clube da Corrida</b><br>A partir de 16 anos                         |                  | Recesso até 20/2/25 |                    |

Grátis.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física. Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante disponibilidade de vagas.

\* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)



Foto: Estevão Salomão

## Ginástica Multifuncional

### GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL

Programa desenvolvido nas academias do Sesc SP que oferece treinos individuais, aulas em grupo e treinos coletivos.

#### Terças a sextas

8h às 13h e 15h às 20h

#### Sábados

9h às 15h

#### Domingos e feriados

9h às 13h

● R\$ 48 ▲ R\$ 105 **Grátis:** 12 a 16 anos **Desconto de 50%:** a partir de 60 anos  
A partir de 12 anos.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.  
Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante disponibilidade de vagas.

### PROGRAMA DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

Desenvolve competências para possibilitar a segurança do praticante na água, o condicionamento físico, a autonomia e o bem-estar.

### Condicionamento Físico Aquático (CFA)

Atividade em grupo que utiliza a água como resistência aos movimentos. Os exercícios estimulam o desenvolvimento da força, da capacidade cardiorrespiratória e a autonomia no meio aquático.

#### Terças e quintas

8h10 e 18h40

#### Quartas e sextas

8h10, 9h10 e 18h

● R\$ 17 ▲ R\$ 38 **Grátis:** 12 a 16 anos e pessoas a partir de 60 anos  
A partir de 12 anos.

Pessoas a partir de 70 anos, é necessário apresentar Atestado de Aptidão Física.  
Inscrições na Central de Relacionamento\* mediante disponibilidade de vagas.

\* O atendimento presencial na Central de Relacionamento ocorre mediante agendamento prévio no app aplicativo Credencial Sesc SP ou no site [centralrelacionamento.sescsp.org.br](http://centralrelacionamento.sescsp.org.br)





Foto: Maíla Alves

**Intervenção artística** Bora? Ver do Alto no Muro

## Exposições

Intervenção artística

**BORA? VER DO ALTO NO MURO**

**Com a artista plástica e educadora, Bianca Habib**

Através de elementos gráficos, reproduzidos pela técnica de stencil, a artista coloca no mural voltado para o Bosque do Sesc Thermas bichos, palavras e representações da cidade que convidam a deslocar o olhar e o sentir para a forma de viver dos animais nativos, dentre eles pássaros, capivaras, macacos, tatus e outros bichos.

*Bianca Habib é arquiteta e urbanista pelo IAU-USP, artista, educadora, mãe e mestre em teoria da cidade.*

**Terça a sexta,  
8h às 20h.**

**Sábados,  
domingos  
e feriados,  
9h às 18h.**

Bosque.

Grátis. **AL**





Foto: Maila Alves

**Instalação** Parede Ocupada - Narrativas do Imaginário

Instalação

**PAREDE OCUPADA -  
NARRATIVAS DO IMAGINÁRIO**  
Com a artista visual Lizis

Este conjunto de obras assinadas pela artista visual Lizis é composto por três murais em diferentes espaços do Sesc Thermas: o túnel dos vestiários; o exterior do Espaço de Tecnologias e Artes; e a parede do estacionamento interno, visível ao público no acesso ao Bosque. Em um exercício de provocação e reflexão, a artista cria um intercâmbio entre arte e tecnologia, estabelecendo conexões ao mesclar técnicas digitais de arte-colagem, e manuais, como o cortar, colar e entintar, além de intervenções em caneta, spray, stencil e linhas. As técnicas e temas trazem narrativas imaginárias no processo de construção de uma mensagem visual de onde partem as possibilidades de (re)pensar o uso da tecnologia no seu cotidiano. Sincronicamente, os elementos escolhidos pela artista dialogam com as atividades e práticas de lazer que são propostas pelo Sesc Thermas, fazendo um convite à imersão no mundo real a partir de narrativas poéticas surreais, na tentativa de insurgir artisticamente contra a lógica do esgotamento.

**Terça a sexta,  
8h às 20h.  
Sábados,  
domingos  
e feriados,  
9h às 18h.**

Em vários espaços da Unidade Grátis. [AL](#)



Foto: Mailia Alves

## Intervenção artística Poética das Águas

### ENTRE ÁRVORES

No Sesc Thermas, as exposições de arte acontecem ao ar livre, entre as árvores do Bosque. Em contato com a natureza, as obras ganham novos significados e possibilitam outros diálogos com o público.

Intervenção artística

#### POÉTICA DAS ÁGUAS

##### Com a artista plástica Ivonete Alves

Nesta intervenção, obras que se interligam para ilustrar o desejo de proteção das águas e da Terra, com o uso da técnica da Kizombagem, criada pela artista plástica Ivonete Aparecida Alves. A artista em espírito, no passado de vários povos negros, sem saber a origem de sua linhagem, trouxe em tecidos, contas, agulhas e arames torcidos as histórias, respostas, palha da costa, búzios, acolhidas e caminhos. As cores das sobras sem tantos espinhos. A kizombagem, uma festa de surpresas arranjadas. Sobre as mesas, terrenos e muros. Sem lamentações, preenche fissuras e repõe beleza. Kizombagem é uma técnica que usa elementos. Terra, cores, sobras e até cimento. Sobre qualquer superfície abandonada. É a coleta do desprezo, de tudo que a Terra não pode se nutrir. *Ivonete Aparecida Alves (Garça/SP) é mãe, matriarca e Agbà. Aprendeu a ler o mundo muito antes de ler as palavras. Sempre em harmonia com o ritmo das águas, da terra, do ar e das nuvens. Mestre em Educação e da cultura popular. Fez doutorado em Educação e na vida.*

Até 5/1.

De terça a sexta,  
8h às 20h.

Sábados,  
domingos e  
feriados,  
9h às 18h.

Bosque.

Grátis. [AL](#)



Foto: Maila Alves

**Instalação Gamela**

Instalação

**GAMELA**

**Com a artista e arquiteta paisagista, Ciça Gorski**

Uma obra instigante que traz acolhimento, diversão, sociabilização, exploração e fruição estética na relação com as formas orgânicas da natureza. "Frutas, cabaças, legumes?".

Dispostas como se estivessem contidas numa gamela - utensílio comumente utilizado para guardar alimentos -, os volumes agigantados, moldados em fibra de vidro, estarão distribuídos de modo a estimular o brincar sob a sombra do bosque do Sesc Thermas.

A instalação, composta por 30 módulos escultóricos, reúne elementos de características familiares, a serem vivenciados e explorados por todas as faixas etárias.

Convidamos crianças, jovens e adultos a uma experiência lúdica, sensorial e interativa, a se movimentarem, se amoldarem, se encaixarem ou descansarem no espaço escultórico.

*Ciça Goszki é artista e arquiteta paisagista com uma extensa experiência em projetos de planejamento paisagístico, lazer e recreação em espaços abertos e parques públicos.*

**Terça a sexta,  
8h às 20h.**

**Sábados,  
domingos e  
feriados,  
9h às 18h.**

Bosque.

Grátis. **AL**



**Oficina** Marionete de sobras

Foto: Divulgação

## Cursos, oficinas e encontros

### TECNOLOGIAS E ARTES

Oficina

#### **MARIONETE DE SOBRAS**

#### **Com o grupo Teatro de Sobras**

Hora de dar vida às sobras! Com rolos de papel higiênico, outros descartáveis, tintas e barbante, diferentes animais divertidos e animados serão construídos de forma criativa e autoral.

**Dia 11.**

**Sábado, 15h.**

**Dia 12.**

**Domingo, 16h30.**

Quiosque.

Entrega gratuita de senhas no local com 30 minutos de antecedência. [AL](#)



Foto: Manuel Clemente

**Oficina** Técnicas de dobradura e cartões pop-up

Oficina

## **TÉCNICAS DE DOBRADURA E CARTÕES POP-UP**

**Com o educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc**

Utilizando as técnicas do kirigami – arte de cortar e dobrar papéis – e uma série de referências criativas, nesta oficina você aprenderá a fazer cartões que, ao serem abertos, criam a ilusão de imagens que saltam do papel.

**Dia 11.**

**Sábado, 10h30 às 12h.**

Espaço de Tecnologias e Artes.

Inscrições a partir das 14h, do dia 3/01, por meio do app Credencial Sesc SP, do site [sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente) ou na Central de Relacionamento (mediante agendamento).  
Grátis. **A14**



Foto: Maíla Alves

**Ateliê** Laboratório têxtil

Ateliê

**LABORATÓRIO TÊXTIL****Com o educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc e parceiros locais**

Ateliê livre de práticas têxteis, estéticas, artísticas e de processos criativos e ações coletivas que valorizem o fazer manual, os saberes ancestrais e a prática artística para a transformação social com autonomia. A cada mês, uma nova técnica será trabalhada. Os participantes terão à disposição materiais e suporte para realizar o projeto do dia ou desenvolver a sua própria ideia.

**Dias 11 e 18.****Sábados,  
14h30 às 16h.**

Espaço de  
Tecnologias  
e Artes.  
Participação  
limitada à  
capacidade do  
espaço. **A16**





Foto: Maíla Alves

**Aula aberta** Ritmos populares: samba rock

## DANÇA

Aula aberta

### **RITMOS POPULARES: SAMBA ROCK**

**Com o professor de dança Chico Luz**

O samba rock é um estilo musical e de dança que combina o samba brasileiro com a black music norte-americana. Participe e aprenda os passos desse ritmo, símbolo da cultura negra. *Chico Luz é professor de dança há mais de 20 anos, buscando sempre novos conhecimentos na área de dança. Representante do renomado professor de samba rock, Inacio Loiola, em Presidente Prudente e região.*

**De 8 a 29.**

**Quartas,  
19h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis. **A14**





**Espetáculo** Vale a pena

Foto: Ricardo Avellar

## Crianças

Espetáculo

### **VALE A PENA**

#### **Com a Cia. Circo dos Tortos**

Quem nasceu primeiro? O ovo ou a galinha? Com essa questão, Palhita acorda todos os dias com as galinhas, pega os ovos e os leva para o povo. Pouco importa quem nasceu primeiro, mas para o que se nasceu. E ela acredita que nasceu para ser artista. Entre um ovo e uma galinha, de grão em grão, vai brincando de viver seus sonhos.

**Dia 5.**

**Domingo,  
15h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis. **AL**

Oficina

### **MARIONETE DE SOBRAS**

#### **Com o grupo Teatro de Sobras**

Hora de dar vida às sobras! Com rolos de papel higiênico, outros descartáveis, tintas e barbante, diferentes animais divertidos e animados serão construídos de forma criativa e autoral.

**Dia 11.**

**Sábado,  
15h às 16h.**

**Dia 12.**

**Domingo,  
16h30 às 17h30.**

Quiosque.  
Entrega gratuita  
de senhas no  
local com 30  
minutos de  
antecedência. **AL**



**Espetáculo** Mundo sonha mundo

Foto: Aloander

Espetáculo

## **MUNDO SONHA MUNDO**

**Com o grupo Teatro de Sobras**

Pétala é uma jovem cientista conhecedora das máquinas e filha da tecnologia de sua era. Concentrada em seu laboratório, passa horas na construção de uma máquina do tempo e, assim que realiza seu primeiro teste, é transportada para o futuro. Ao chegar lá, descobre que o mundo como o conhecemos hoje está em ruínas e dominado por montanhas de lixo.

**Dia 12.**

**Domingo,  
15h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis.

**AL**

Oficina

## **QUEM QUER SER UM ARQUEÓLOGO?**

**Com a bióloga Rita de Cássia Prando**

Atividade lúdico-cultural que aborda desde o "quem somos e de onde viemos?" até as escavações arqueológicas. Simularemos uma escavação na qual as crianças serão capazes de evidenciar artefatos pré-históricos e históricos (originais), conhecendo como funciona o trabalho do arqueólogo e seu importante papel na preservação do patrimônio.

**Dia 18.**

**Sábado,  
10h às 12h.**

Quiosque.  
Entrega gratuita  
de senhas no local  
com 30 minutos  
de antecedência.

**AL**

Show

## BRINCA

### Com o Duo Badulaque

Misturando músicas autorais, brincadeiras, cantigas populares e uma sonoridade intrigante produzida pelo uso de dispositivos eletrônicos e instrumentos inusitados, o Duo Badulaque convida o público para fazer parte do espetáculo, cantando, tocando e refletindo sobre os temas das canções.

**Dia 19.**  
**Domingo,**  
**15h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis.

AL

Espectáculo

## SHAKESPIRANDO

### Com a Cia. Canta Circo & Teatro

Os palhaços Cuíca e Batatinha encontram um livro que estava perdido e o utiliza como inspiração para contar e encenar muitas histórias, interagindo com a plateia. Usando a linguagem da música, acrobacias e mágica, os palhaços contam sobre a vida, obra e legado de Shakespeare.

**Dia 26.**  
**Domingo,**  
**15h.**

Área de  
Convivência.  
Grátis.

AL



Espectáculo Shakespirando



Curumim

Foto: Matia Alves

## **CURUMIM**

As vagas são limitadas e as turmas serão preenchidas a partir da análise de perfil, com base na renda familiar e/ou tipo de Credencial do Sesc do Sesc São Paulo.

### **Pré-inscrição:**

Credencial Plena Sesc: de 14 a 19/01/2025

Público geral: 28 e 29/01/2025

Nesta etapa, a família preenche uma ficha de interesse, que não garante a vaga para o Programa. A partir desse documento, as famílias serão chamadas para uma entrevista. A pré-inscrição é feita presencialmente no Sesc Thermas, de terça a sexta, das 8h às 19h30, sábado e domingo, das 9h às 17h30.

### **O que inclui:**

Uniforme, lanche, acompanhamento odontológico e materiais para as atividades.

### **Início das atividades:**

11 e 12/02/2025

### **Turma 1:**

**Terças e quintas,  
8h às 12h.**

### **Turma 2:**

**Quartas e sextas,  
8h às 12h.**

Grátis.

**AL**

## **CURUMIM**

O programa contribui para o desenvolvimento integral das crianças de 7 a 12 anos, por meio de experimentações, brincadeiras, convivência e novas amizades. Atividades educativas estimulam autoestima, pensamento crítico, ética, solidariedade e autonomia. As crianças são acompanhadas por uma equipe de educadoras e educadores. Consulte as unidades para informações de acesso. Saiba mais em [sescsp.org.br/curumim](https://sescsp.org.br/curumim)



Foto: Estevão Salomão

## Programa de férias

### PROGRAMA DE FÉRIAS

O objetivo é promover o acesso das crianças a diversas práticas culturais, esportivas, de saúde, lazer e socioambientais, por meio de oficinas e vivências, favorecendo o processo de criatividade e educação.

Inscrições mediante agendamento prévio na Central de Relacionamento:

**2 e 3/1** - Exclusivas para alunos dos programas Curumim e Esporte Criança

**4 a 9/1** - Para Credencial Plena Sesc

**10/1 a 11/1** - Público em geral, se houver disponibilidade de vagas. Neste caso, é necessário trazer os documentos pessoais do responsável legal e da criança, como RG ou CPF.

*Cada criança poderá ser inscrita em apenas uma das turmas (manhã ou tarde), optando por participar das duas semanas do projeto ou em apenas uma.*

#### Turmas da manhã:

**De 14 a 17.**

**Terça a sexta,  
9h às 12h.**

**De 22 a 24.**

**Quarta a sexta,  
9h às 12h.**

#### Turmas da tarde:

**De 14 a 17.**

**Terça a sexta,  
14h às 17h.**

**De 22 a 24.**

**Quarta a sexta,  
14h às 17h.**

Grátis.

**AL**

Vivência

## JOGOS E BRINCADEIRAS

Integração das crianças no primeiro dia do Programa de Férias.

**Dia 14.**

**Terça.**

Atividade para crianças inscritas no Programa de Férias.

Oficina

## QUEM QUER SER UM ARQUEÓLOGO?

**Com a bióloga Rita de Cássia Prando**

Atividade lúdico-cultural que aborda desde o "quem somos e de onde viemos?" até as escavações arqueológicas. Simularemos uma escavação na qual as crianças serão capazes de evidenciar artefatos pré-históricos e históricos (originais), conhecendo como funciona o trabalho do arqueólogo e seu importante papel na preservação do patrimônio.

**De 15 a 17.**

**Quarta a sexta.**

Atividade para crianças inscritas no Programa de Férias.



**Oficina** Quem quer ser um arqueólogo?



**Vivência** Judô

Foto: Divulgação

Vivência

**STAND UP PADDLE****Com Jakaré Ki Pira**

Prática derivada do surfe, na qual as pessoas remam em pé sobre uma prancha, tem como filosofia um estilo de vida saudável, atrelando a atividade física com a natureza.

**De 15 a 17.****Quarta a sexta.**

Atividade para crianças inscritas no Programa de Férias.

Vivência

**JUDÔ****Com o professor Paulo Costa Jr**

Esporte de combate milenar que desenvolve agilidade, equilíbrio, velocidade, coordenação e flexibilidade.

**De 15 a 17.****Quarta a sexta.**

Atividade para crianças inscritas no Programa de Férias.



Foto: Divulgação

**Vivência** Recreação aquática

---

Vivência

**PARKOUR**

De forma segura e divertida, as crianças testam suas habilidades num circuito montado em meio ao Bosque do Sesc Thermas.

---

**De 22 a 24.**

**Quarta a sexta.**

Atividade para crianças inscritas no Programa de Férias.

---

Vivência

**RECREAÇÃO AQUÁTICA****Com professor Murilo Cruz**

Brincar é bom, mas brincar na piscina é ainda melhor! As crianças vivenciam jogos e brincadeiras no Parque Aquático do Sesc Thermas.

---

**De 22 a 24.**

**Quarta a sexta.**

Atividade para crianças inscritas no Programa de Férias.

---

Vivência

**BUMERANGUE****Com Ricardo Marx**

As crianças conhecem diversos modelos de bumerangue, customizam o seu de forma criativa e aprendem técnicas para lançá-los.

---

**De 22 a 24.**

**Quarta a sexta.**

Atividade para crianças inscritas no Programa de Férias.



Foto: Maíla Alves

**Curso** Beabá do celular

## Pessoas Idosas

Curso

### **BEABÁ DO CELULAR - BÁSICO** Com o educador do Espaço de Tecnologias e Artes do Sesc

Possibilita a ampliação dos conhecimentos das pessoas idosas sobre os recursos básicos do celular, como configurações e uso de aplicativos.

**De 14/1 a 25/3.**  
**Terças,**  
**14h30 às 16h.**

Espaço de  
Tecnologias  
e Artes.

Inscrições de 3  
a 10/1, exceto  
aos finais de  
semana, das 14h  
às 17h, no Espaço  
de Tecnologias e  
Artes.

Grátis. A partir  
de 60 anos.



Foto: Acervo Sesc

**Aula aberta** Alongamento para corredores e caminhantes

## Saúde

Aula aberta

### **ALONGAMENTO PARA CORREDORES E CAMINHANTES**

**Com a equipe de fisioterapia do Sesc Thermas**

A atividade física e o alongamento são essenciais para uma vida saudável. Nesta ação, os participantes recebem orientações sobre alongamentos, visando um melhor desempenho durante a prática da corrida e caminhada.

**Dias 4 a 5.**

**Sábado e domingo, 10h.**

Área de Convivência.

Grátis. **A12**

Aula aberta

### **ALONGUE-SE!**

**Com a equipe de fisioterapia do Sesc Thermas**

A prática do alongamento é essencial para quem visa o bem-estar, trazendo inúmeros benefícios para o organismo, como a prevenção de lesões e dores, além de auxiliar no processo de relaxamento muscular. No Sesc Verão, venha aprender e vivenciar diferentes formas de alongamento com nossa equipe de Fisioterapia.

**De 7 a 10.**

**Terça a sexta, 10h e 15h.**

Quintal.

Grátis. **A12**

---

**SEGUNDA**

---

**TERÇA**

---

**QUARTA**

---

**QUINTA**

---

**1****2**

---

**6**

---

**7**

---

**Sesc Verão**  
**18h30 -**  
*Aula aberta*  
Cine Dance

---

**8**

---

**Sesc Verão**  
**19h - Aula aberta**  
Boxe

---

**9**

---

**Saúde**  
**10h e 15h -**  
*Aula aberta*  
Alongue-se!

---

**13**

---

**14**

---

**Sesc Verão**  
**18h30 -**  
*Aula aberta*  
Cine Dance

---

**15**

---

**Dança**  
**19h - Oficina**  
Ritmos populares:  
samba rock

---

**16**

---

**Sesc Verão**  
**18h30 -**  
*Aula aberta*  
Cine Dance

---

**20 (feriado)**

---

**21**

---

**Música**  
**16h - Show**  
Fabião e Os  
Cometas

---

**Pessoas Idosas**  
**14h30 - Curso**  
Beabá do Celular -  
Modo Básico

---

**22**

---

**Sesc Verão**  
**19h - Aula aberta**  
Boxe

---

**23**

---

**Sesc Verão**  
**18h30 -**  
*Aula aberta*  
Cine Dance

---

**27**

---

**28**

---

**Pessoas Idosas**  
**14h30 - Curso**  
Beabá do Celular -  
Módulo Básico

---

**29**

---

**Sesc Verão**  
**19h - Aula aberta**  
Boxe

---

**30**

---

**Sesc Verão**  
**18h30 -**  
*Aula aberta*  
Cine Dance

**SEXTA****3**

**Sexta do Samba**  
**20h30** - *Show*  
 Luiz Ramos - 50  
 anos de samba e  
 choro

**17**

**Sexta do Samba**  
**20h30** - *Show*  
 Gafieira Estamos  
 Aí

**24**

**Sexta do Samba**  
**20h30** - *Show*  
 Bela Batucada

**31**

**Sexta do Samba**  
**20h30** - *Show*  
 Flor de Abóbora

**SÁBADO****4**

**Sesc Verão**  
**15h** - *Vivência*  
 Bate-bola com  
 medalhista

**Música**  
**16h** - *show*  
 Vintage Pop

**11**

**Música**  
**16h** - *show*  
 Time Machine

**18**

**Florestar**  
**9h30** - *Feira*  
 Feira de Pequenos  
 Produtores

**Música**  
**16h** - *show*  
 Dja Luz

**25**

**Sesc Verão**  
**10h** - *Vivência*  
 Bumerangue

**Música**  
**16h** - *show*  
 Rodrigo Régis

**DOMINGO****5**

**Sesc Verão**  
**10h** - *Aula aberta*  
 Acroyoga

**Crianças**  
**15h** - *espetáculo*  
 Vale a Pena

**12**

**Crianças**  
**15h** - *espetáculo*  
 Mundo Sonha  
 Mundo

**19**

**Sesc Verão**  
**10h e 15h** -  
*Vivência*  
 Stand Up Paddle

**Crianças**  
**15h** - *show*  
 Brinca

**26**

**Sesc Verão**  
**10h** - *Aula aberta*  
 Parkour

**Crianças**  
**15h** - *espetáculo*  
 Shakespirando





## Sesc.digital

A plataforma de conteúdos digitais sob demanda do Sesc São Paulo reúne mais de 24 mil itens de diferentes áreas, em vídeos, imagens, áudios e publicações.

Disponível gratuitamente em [sescsp.org.br/sescdigital](http://sescsp.org.br/sescdigital)

## SescTV

Disponível via satélite em todo o Brasil, em operadoras de TV por assinatura e serviços de streaming. Mais de 1.300 títulos sob demanda, entre documentários, filmes, shows e séries.

Assista também em [sescsp.org.br/agoranatv](http://sescsp.org.br/agoranatv)

## Edições Sesc

As Edições Sesc São Paulo publicam livros em diversas áreas no campo da cultura, sempre em conexão com a programação do Sesc.

[sescsp.org.br/edicoes](http://sescsp.org.br/edicoes)

## Selo Sesc

O Selo Sesc traz a público álbuns que atestam a amplitude da produção artística brasileira, tanto em obras contemporâneas quanto naquelas que recuperam a memória cultural, estabelecendo diálogos entre a inovação e o histórico.

[sescsp.org.br/selosesc](http://sescsp.org.br/selosesc)

## Loja Sesc

As Lojas Sesc estão presentes em 40 unidades no estado de São Paulo, com produtos que prolongam a experiência vivida dentro do Sesc além de seus limites físicos.

[sescsp.org.br/loja](http://sescsp.org.br/loja)

---

### Faça sua Credencial Plena

**Para fazer ou renovar a Credencial Plena** de maneira on-line, baixe o aplicativo Credencial Sesc SP ou acesse o site **centralrelacionamento.sescsp.org.br**. Se preferir, nesses mesmos canais, é possível agendar horários para realização desses serviços presencialmente, nas Centrais de Atendimento das unidades.



Consulte a relação de documentos necessários

---

### Sobre o Sesc São Paulo

Com mais de 77 anos de atuação, o Sesc - Serviço Social do Comércio conta com uma rede de mais de 43 unidades operacionais no estado de São Paulo e desenvolve ações para promover bem-estar e qualidade de vida aos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo, além de toda a sociedade.

Mantido por empresas do setor, o Sesc é uma entidade privada que atende cerca de 30 milhões de pessoas por ano. Hoje, aproximadamente 50 organizações nacionais e internacionais do campo das artes, esportes, cultura, saúde, meio ambiente, turismo, serviço social e direitos humanos contam com representantes do Sesc São Paulo em suas instâncias consultivas e deliberativas.

---

## Informações e horários

### Central de relacionamento

Tel.: 18 3226-0400

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,  
9h15 às 17h30.

Emissão e renovação de credenciais,  
inscrições em atividades, Turismo  
Social, bilheteria e informações.

O atendimento presencial ocorre  
mediante agendamento prévio,  
que pode ser realizado no site  
centralrelacionamento.sescsp.org.br  
ou no aplicativo Credencial Sesc SP  
(disponível nas lojas Google Play  
e App Store).

### Loja Sesc

Terça a sexta, 8h15 às 19h30.

Sábados, domingos e feriados,  
9h15 às 17h30.

Venda de CD's, DVD's, livros,  
camisetas e souvenirs.

### Espaço de tecnologias e artes

Destinado à realização de atividades  
como oficinas e cursos ligados à prática  
artística ou à vivência tecnológica,  
desenvolvendo diferentes linguagens  
e estimulando a prática do criar.

### Quadras

Terça a sexta, 8h às 19h30.

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

Espaço aberto para todos os  
públicos visando a prática recreativa  
de diversas modalidades.

O Sesc Thermas possui uma quadra  
esportiva e uma quadra de areia.

### Bosque e pista de caminhada

Com mais de 30 mil m<sup>2</sup>, o Bosque  
do Sesc Thermas possui uma área  
amplamente arborizada com uma  
pista de aproximadamente 1 km  
que convida o público a praticar  
diferentes atividades físicas como  
caminhada, corrida, skate, patins.

### Bicicletário

Terça a sexta, 8h às 19h45.

Sábados, domingos e feriados,  
das 9h às 17h45. Permanência da  
bicicleta somente durante horário  
de funcionamento da unidade.

---

## Parque aquático

Terça a sexta das 8h às 19h30.

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

Composto por três piscinas de águas  
quentes naturais, o Parque Aquático  
do Sesc Thermas é abastecido por  
um poço de águas termais naturais.  
Para frequentar a piscina, é  
necessário apresentar credencial  
e exame dermatológico válidos,  
traje de banho (maiô, biquini ou  
sunga, não transparentes).

### Exame dermatológico

Terça a quinta, 15h15 às 18h30.

Sexta: não há exame.

Sábados, domingos e feriados,  
9h15 às 12h30.

Valores:

R\$ 11 (Credencial Plena)

R\$ 22 (Credencial Atividade)

Menores de 16 anos e acima de  
60 anos são isentas do pagamento

### Cafeteria

Terça a sexta, 9h às 19h.

Sábados, domingos e feriados,  
das 10h às 17h40.

Nossa cafeteria oferece opções de  
salgados, doces, frutas, bolos e  
bebidas quentes e frias.

### Odontologia

Tel.: 18 3226-0413

Terça a sexta, 11h às 19h30.

Sábados, 9h às 17h30.

Exclusivo para trabalhadores no comércio  
de bens, serviços e turismo credenciados  
e dependentes. Atendimento com  
inscrição prévia que acontece anualmente  
pelo site [sescsp.org.br/odontologia](http://sescsp.org.br/odontologia)  
O atendimento prioriza  
indivíduos e/ou famílias com  
maior vulnerabilidade social.

### Brigada de incêndio

Para sua segurança o Sesc Thermas  
possui Brigada de Incêndio treinada com  
equipamentos de segurança e extintores  
de acordo com a legislação vigente.


faça sua  
credencial  
sesc



DISTRIBUIÇÃO GRATUITA **VENDA PROIBIDA**

**SESC THERMAS DE PRESIDENTE PRUDENTE**

Rua Alberto Peters, 111  
Tel.: 18 3226-0400

 [/sescthermas](#)

 [/sescthermasprudente](#)

[sescsp.org.br/prudente](http://sescsp.org.br/prudente)