



# A vida acontece com o Sesc



A photograph of four children, three boys and one girl, crawling on a sandy surface. They are all wearing white t-shirts and are smiling at the camera. The boy in the foreground is wearing denim overalls. The girl on the right is wearing a wide-brimmed hat. The background is slightly blurred, showing some wooden structures.

# Sesc

Criado em 1946, o Sesc promove bem-estar social e qualidade de vida aos **trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo e suas famílias.**

Oferecemos serviços de excelência a preços acessíveis ou de forma gratuita em todos os estados do país, nas áreas de **Educação, Saúde, Cultura, Lazer e Assistência.**

Somos o vetor de desenvolvimento social da Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC) e atuamos de forma integrada e em sinergia com demais instituições que compõem o Sistema Comércio.



# Nossa atuação



Educação



Saúde



Cultura



Lazer



Assistência





# Em todo o Brasil tem Sesc

**Aonde seu sonho te levar,  
tem um Sesc perto de você.**

Além de nossas unidades, atuamos em ruas, praças, parques e empresas, por meio de parcerias com instituições públicas e privadas.

Nossas **unidades móveis** ampliam a atuação do Sesc pelo Brasil, com atendimento a pessoas em situação de vulnerabilidade social em diversos municípios ou comunidades de difícil acesso.

+ de 2 mil  
municípios

642  
unidades fixas

151  
unidades móveis

42  
áreas naturais protegidas  
(a área total corresponde  
a 118,5 mil hectares)





Lazer

A vida acontece  
com experiências  
inesquecíveis



## Algumas iniciativas e projetos

Circuito Sesc de Corridas

Colônia de Férias

Campanhas internacionais de incentivo à prática de esportes (Dia do Desafio e Semana Move Brasil)

2,8 milhões  
de inscritos nas ações de Lazer

+ 51 mil  
ações/Turmas em DFE

+ 31 milhões  
atendimentos nas  
ações sistemáticas de DFE

+ de 261 mil  
inscritos em  
Formação Esportiva

+ 1 mil  
espaços esportivos  
em todo o Brasil



## Desenvolvimento Físico-Esportivo

O Sesc orienta a prática de exercícios físicos e atividades esportivas, propicia educação para o movimento e promove desenvolvimento físico-esportivo por meio de uma aprendizagem prazerosa.

**As atividades e ações são para pessoas de todas as idades** e acontecem em espaços como academias, piscinas, pistas de atletismo, ginásios, quadras poliesportivas e campos de futebol.

Quem frequenta o Sesc encontra uma estrutura bem equipada, acessível, sustentável e que estimula a socialização.

Os profissionais de Educação Física do Sesc utilizam metodologias eficientes para diferentes níveis de habilidade e de experiência físico-esportiva.



## Desenvolvimento Físico-Esportivo

Modalidades sistemáticas com grande adesão de idosos: Hidroginástica, pilates, yoga, tai chi chuan, musculação orientada.

Formação esportiva: **foco no esporte de participação**, não no rendimento. Exemplo: idosos em natação e modalidades adaptadas.

**Eventos nacionais de grande alcance:** Semana Move, Dia do Desafio e **Circuito Sesc de Corridas** (mais de 120 provas/ano - 60% com caminhada).

**Diferencial do Sesc:** academias e programas com **foco na qualidade de vida**, com **alta presença de idosos** em comparação ao mercado.







# Assistência

A gente acontece  
com cidadania





## Algumas iniciativas e projetos

Trabalho Social com Pessoas Idosas  
Trabalho Social com Grupos  
Sesc Mesa Brasil

2,3 milhões

de pessoas atendidas por mês  
pelo Sesc Mesa Brasil (em média)

+ de 63 mil

inscritos no Trabalho  
Social com Grupos

+ de 593 mil

inscritos no Trabalho  
Social com Pessoas Idosas



O bem-estar social passa pela **promoção da cidadania**.

As ações de Assistência vão desde o cuidado com as necessidades básicas da população até os projetos para fomentar a integração social e a troca de experiências, o empreendedorismo, a geração de renda e o protagonismo social.

Pioneiro na promoção de um envelhecimento ativo, o Sesc atua **há 60 anos**, por meio do Trabalho Social com Pessoas Idosas (TSPI), na **melhoria da qualidade de vida de pessoas idosas** a partir de ações em conjunto com as áreas de Educação, Saúde, Cultura e Lazer.

O protagonismo também é impulsionado em projetos de Desenvolvimento Comunitário e nos Cursos de Valorização Social, que propiciam formação cidadã e integração produtiva de pessoas de variadas comunidades em atuações diversas.

Já o **Sesc Mesa Brasil** atua no **combate à fome e ao desperdício de alimentos** há mais de 20 anos e atende pessoas em situação de vulnerabilidade social e nutricional.

**É a maior rede privada de bancos de alimentos da América Latina.**

## Dança Circular





## Trabalho Social com Pessoas Idosas

Propósito: valorização do envelhecimento ativo, saudável e participativo.

O movimento como princípio:

- Fortalece coordenação motora e autonomia.
- Gera vínculos sociais, autoestima e senso de pertencimento.

Relação direta com outras áreas do Sesc:

- Lazer (atividade física e esportiva).
- Cultura (dança, artes).
- Saúde (prevenção, bem-estar).

Modalidades adaptadas TSPI/DFE

- Biribol (vôlei aquático adaptado).
- Walking Football (futebol caminhado).
- Hip Hop 60+.
- Dança Circular















Futebol caminhado







**“O movimento é vida. No Sesc, cada passo, cada jogo e cada dança representam saúde, autonomia e alegria para as pessoas idosas, fortalecendo não apenas o corpo, mas também os laços sociais e a confiança em viver com qualidade.”**



# **Sesc | Serviço Social do Comércio**

## **Presidência do Sistema CNC-Sesc-Senac**

José Roberto Tadros

## **DEPARTAMENTO NACIONAL**

### **Direção-Geral**

José Carlos Cirilo

### **Diretoria de Programas Sociais**

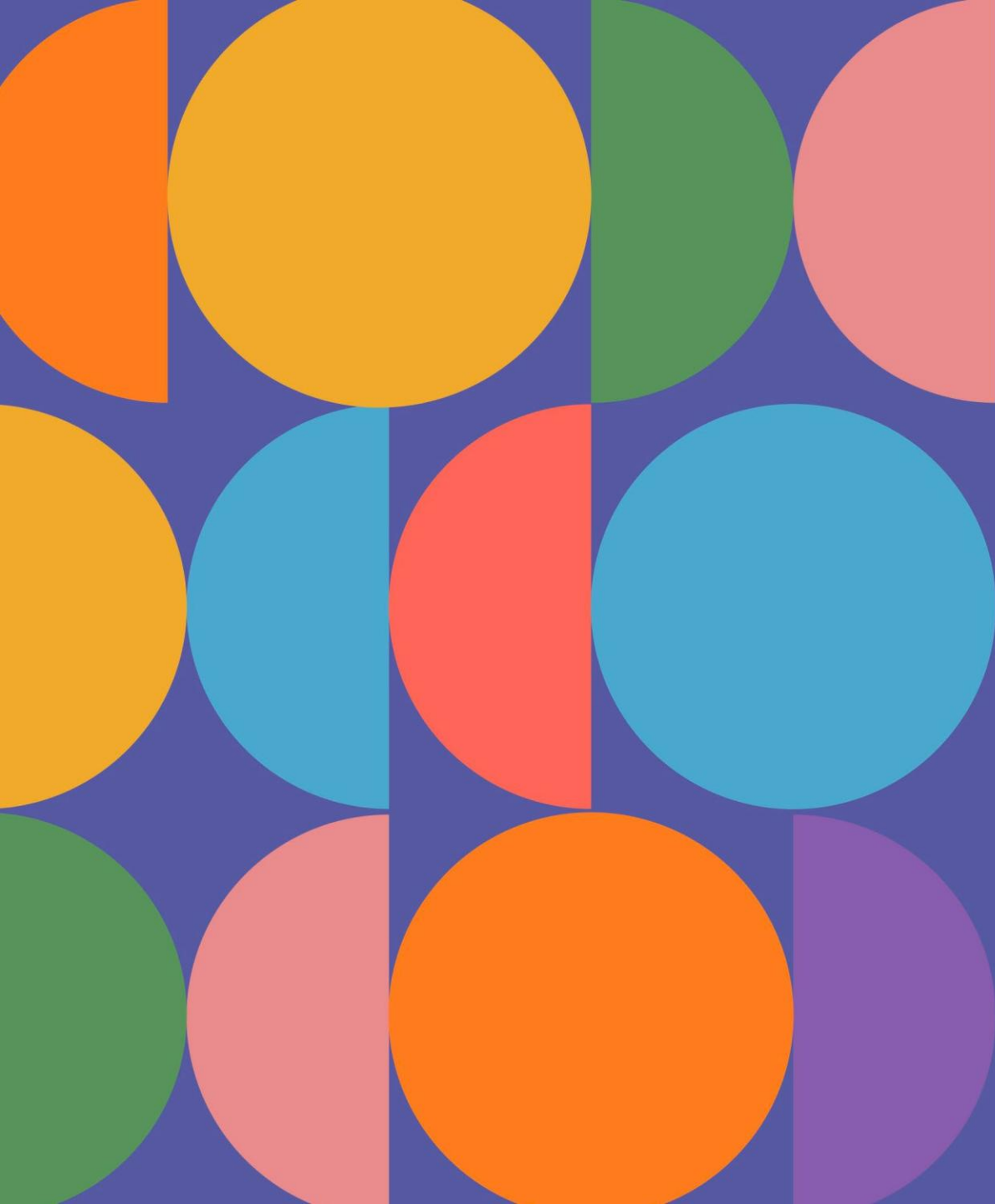
Janaina Helena Cunha Melo

### **Diretoria de Operações Compartilhadas**

Maria Elizabeth Martins Ribeiro

Todos os dados apresentados são referentes ao ano de 2024.





A vida  
acontece  
com o Sesc

