



EM PAUTA

INFORMATIVO
DIGITAL
DO SESC-SC

Vem que o Sesc tem

Conte com o Sesc para colocar em prática as metas de 2023. Oferecemos diversas opções de atividades que proporcionam bem-estar e conhecimento e podem transformar a sua vida neste novo ano.



EDITORIAL

Notícias em destaque

CIDADANIA

Dicas para começar o ano com uma postura diferente

JANEIRO BRANCO

Mês de conscientização sobre a saúde mental e emocional

INSCRIÇÕES 2023

Vem que o Sesc tem bem-estar e qualidade de vida

TURISMO SOCIAL

Temporada de verão nos Hotéis Sesc-SC

SOLIDARIEDADE

Parceria transforma a ceia de Natal de famílias catarinenses

FORMATURAS

Escola Sesc forma 249 estudantes no Ensino Fundamental em sete cidades

DEPOIMENTO

Mãe de alunos da Escola Sesc Palhoça

ONDE ESTAMOS

Confira o mapa com os pontos de atendimento no estado



Confira os conteúdos em destaque na primeira edição do ano do Informativo Digital Sesc em Pauta.

Começamos 2023 com uma importante reflexão. Como eu posso contribuir para um mundo melhor? Nesta edição, compartilhamos um conteúdo audiovisual que traz algumas “Top Dicas” para começar o ano de forma diferente, com atitudes cidadãs e sustentáveis.

Mas lembre-se que para cuidar do outro e do planeta, primeiramente é preciso cuidar de si. Todos esses desafios que vêm pela frente, recomeços, resoluções e planos de mudanças no estilo de vida, podem aumentar a ansiedade. Por isso, novamente estamos juntos com o movimento Janeiro Branco, que conscientiza sobre saúde mental. Neste ano, promovemos a campanha “Quem Ama (se) Cuida”, para incentivar o autocuidado e a busca pelo equilíbrio emocional.

E seguimos do seu lado e de sua família proporcionando bem-estar físico e mental, desenvolvimento e qualidade de vida. Este período é propício para escolher uma atividade prazerosa para fazer parte de sua rotina ao longo do ano. Que tal praticar exercícios físicos, programar as próximas viagens, estudar ou desenvolver novas habilidades? Vem, que o Sesc tem!

E tem muito mais! Para ficar por dentro de tudo que oferecemos e notícias em destaque, acompanhe os nossos canais de comunicação e a edição mensal do Informativo Digital Sesc em Pauta.

Aos clientes, colaboradores e parceiros, o nosso Feliz 2023! Que o novo ciclo que se inicia neste mês seja cheio de esperança por dias melhores, realizações, superação de desafios e aprendizados.

Desejamos uma boa leitura!

**Informativo mensal do Serviço Social
do Comércio de Santa Catarina
Ano 13 N.º 141 Janeiro/2023**

Rua Felipe Schmidt, 785
Centro - Florianópolis/SC
CEP: 88.010-002
Fone: 0800 645 5454

**Presidente da Fecomércio SC,
Sesc e Senac:**
Hélio Dagnoni

Diretora Regional do Sesc-SC:
Simone Karla da Rocha Batista

Edição e Produção:
Diretoria de Comunicação
e Marketing Sesc-SC

**Diretora de Comunicação
e Marketing:**
Adriana Cadore

Jornalistas Responsáveis:
Sarah Goulart . MTB: 13.570
Verônica Pacheco . MTB: 6104



Dicas para começar o ano com uma postura diferente

A gerente de Saúde e Assistência do Sesc-SC, Jéssica da Luz Pereira Pucci fala sobre algumas ações do bem que podem transformar o seu 2023.



A virada do ano é um período propício para repensar as nossas atitudes e o modo como vivemos. São reflexões importantes para direcionar nossas intenções em prol de um mundo melhor. Que tal adotar uma nova postura começando agora?

No último episódio de 2022 do Top Dicas, publicado no YouTube Sesc Santa Catarina, a gerente de Saúde e Assistência do Sesc-SC, Jéssica da Luz Pereira Pucci, destaca algumas medidas simples, que podem transformar a sua vida e a da sua comunidade. Ao contribuir com a cidadania, a inclusão e a sustentabilidade do planeta, construímos um futuro melhor e uma sociedade mais justa.

Ela também convida você a fazer parte das redes do bem mobilizadas pelo Sesc Santa

Catarina! São ações em consonância com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU, que reforçam o nosso compromisso com a Agenda 2030.

Entre os projetos e programas sociais, o [Mesa Brasil Sesc](#) se destaca pela atuação no combate à fome e ao desperdício de alimentos. Temos no [Sesc Comunidade](#) um espaço democrático de inclusão e participação social, com uma programação articulada através de parcerias e voluntariado. Já o [Envolve-se](#) incentiva a economia circular, educa para o empreendedorismo sustentável, inspira uma cultura compartilhada e geração de renda.

Seja parceiro, voluntário, engaje-se em uma causa e contribua para um mundo melhor!

[Clique aqui para assistir ao vídeo.](#)



Campanha “Quem Ama (se) Cuida” marca o mês de conscientização sobre a saúde mental no Sesc

Aproveitando o período em que as pessoas estão mais focadas nas resoluções para o ano, o movimento “Janeiro Branco” incentiva o cuidado com a mente, na busca pelo equilíbrio emocional e bem-estar.

Em alusão ao movimento nacional “Janeiro Branco”, em prol da saúde mental e emocional, o Sesc-SC promove a campanha “Quem Ama (se) Cuida”. O objetivo é debater conjuntamente sobre este tema tão importante, direcionando o olhar para o autocuidado.

“Queremos reforçar a ideia de que, estar em dia com a saúde, vai além da ausência de doenças, pois, os sintomas de mal-estar associados às emoções, à subjetividade, às relações com outras pessoas (sociabilidade), traumas sociais, sofrimento psíquico, entre outras queixas e desgastes emocionais e psíquicos, merecem a devida e qualificada atenção”, reforça a equipe de Saúde do Sesc-SC.

De acordo com os dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), transtornos como a ansiedade e depressão, que já são comuns a realidade global, continuam aumentando e, uma em cada oito pessoas no mundo, sofre algum transtorno mental (2022). O relatório mundial “Transformar a saúde mental para todos”, elaborado e divulgado em junho de 2022, pela OMS, aponta que no primeiro ano da pandemia de Covid 19 houve um aumento de 25% nos casos de ansiedade e depressão no cenário mundial. Índice que, somado a outros transtornos mentais, acomete milhões de pessoas.

Cabe ressaltar que qualquer pessoa, em algum momento de sua vida, devido ao conjunto de diversos fatores individuais, familiares, comunitário, estruturais e socioterritoriais, pode sentir-se afetada apresentando mudanças e alterações no funcionamento mental, de maneira tanto positiva, como negativa. A campanha, portanto, busca a promoção de saúde por meio de ações de sensibilização e conscientização, somando esforços ao apresentar os benefícios de possíveis mudanças. Desta forma, reitera o compromisso com a saúde na sua integralidade, estimulando hábitos saudáveis, de autoconhecimento e autocuidado.

Fonte: “Transformar la salud mental para todos” (Organização Mundial da Saúde, 2022).



JANEIRO BRANCO 2023 A VIDA PEDE EQUILÍBRI

10ª edição do Janeiro Branco

Diante de mudanças cada vez mais desafiadoras e aceleradas que exigem novas atitudes, novas habilidades, novos entendimentos e novos comportamentos, a 10ª edição do Janeiro Branco traz o mote: “A vida pede equilíbrio”. Nos últimos anos, o movimento criado, em 2014, pelo psicólogo mineiro, Leonardo Abrahão, vem ganhando cada vez mais a adesão de instituições e da sociedade brasileira, para incentivar as pessoas a cuidarem da saúde mental e buscarem o que as faz felizes.

Sesc-SC apoia o movimento

A saúde e o bem-estar dos trabalhadores do comércio de bens, serviços e turismo e seus dependentes é uma prioridade no Sesc. No projeto “Cuidado Terapêutico” a Instituição oferece **atendimento psicológico de forma on-line e presencial**, em um consultório privativo, confortável e aconchegante. O atendimento pode ser individual ou coletivo, como em casos de terapia familiar, terapia de casais, pais e filhos (que são intercaladas com sessões individuais). O processo terapêutico permite transformações profundas, contribuindo para que o paciente possa lidar melhor com situações diversas.

A **massoterapia** é outro serviço oferecido que beneficia o corpo e mente, ajudando no controle do estresse, das tensões, da irritabilidade e ansiedade,

alívio das dores musculares e fortalecimento do sistema imunológico. Contribui também para a eliminação de resíduos metabólicos no corpo, promovendo assim o bem-estar e a qualidade de vida.

Além de outros serviços de Saúde, como **acupuntura**, **nutrição clínica**, **odontologia**, com valores acessíveis, aliado à excelência na prestação de serviços e segurança.

Para consultar a programação do Sesc-Sc alusiva ao janeiro branco, clique aqui.





Vem que o Sesc tem bem-estar e qualidade de vida

Confira tudo que o Sesc tem para você aproveitar e transformar sua vida e de sua família em 2023.



Vem 
que o **Sesc**
tem!

Um novo ano inicia e, com ele, aquela tradicional listinha de tarefas e pendências que prometemos tirar do papel. Entre as metas da maioria das pessoas que procuram se desenvolver e ganhar qualidade de vida estão: praticar atividade física, cuidar da alimentação, conhecer lugares diferentes, estudar idiomas, aprender algo novo, como tocar um instrumento musical, participar de eventos culturais e de lazer, socializar, dançar e ser feliz.

E o melhor é que tudo isso tem no Sesc. Por isso, compartilhamos algumas sugestões de atividades, que oportunizam colocar em prática muitas dessas promessas feitas e refeitas.

Nossas portas estão abertas esperando você que pretende começar 2022 com o pé direito, praticando novas atividades. Estamos presentes em todas as regiões do Estado, com 33 Unidades operacionais, três meios de hospedagem e sete quadras do projeto Sesc Comunidade. Além das redes de escolas, restaurantes, clínicas, teatros, bibliotecas, academias entre outros espaços onde oferecemos nossos serviços e eventos.

As inscrições podem ser realizadas na área de Relacionamento com Clientes das Unidades Sesc-SC, com valores diferenciados aos trabalhadores do comércio de bens, serviços, turismo e seus dependentes. Lembrando que o Cartão Sesc é o passaporte de acesso a todas as programações. Aproveite!





Atividades físicas

Academia com Musculação e Treinamento Multifuncional (TMF), CrosSesc, Pilates Estúdio e Solo. Ginásticas em Grupo como Localizada, Jump, Máster, Mix, Ritmos, Ioga e Hidroginástica (nas Unidades com piscina).



Cursos

Cursos de Dança como Ballet, Dança Contemporânea, Urbana, de Salão, Sapateado. Cursos de Música como Violão, Guitarra, Baixo, Canto, Coral e Musicalização. Cursos de Teatro, Artes, Desenho e Pintura. Sesc Idiomas Inglês, Alemão e Robótica.



Esportes

Iniciação Esportiva, Esporte Específico, Esporte Total, Artes Marciais e Natação (nas Unidades com piscina).





Trabalho Social com Idosos

Mundo Digital Máster, Mente Ativa, Conecta 60+ e Dança Circular.



Turismo

Passeios e excursões para destinos regionais, nacionais e internacionais. Além de três meios de hospedagem em Florianópolis, Lages e Blumenau.



Escola

Projeto Criar Sesc (contraturno escolar), Educação Infantil, Ensino Fundamental, Educação de Jovens e Adultos (inscrições conforme Edital de Matrículas).



Hotéis Sesc-SC lançam programação especial para temporada 2023

Mais que hospedagem, os Hotéis Sesc oferecem uma experiência completa de turismo a seus hóspedes, com trilhas, áreas de recreação e uma programação intensa inspirada nas lendas folclóricas do Sul do país.



A Casa da Bruxa, no Hotel Sesc Cacupé, em Florianópolis, está movimentando a Ilha da Magia neste verão

Se tem um rodaminho perto das árvores, um ventinho ligeiro que não se sabe de onde vem... pode saber: isso é coisa do Saci. Mas não estranhe caso encontre a Cuca passeando pelo jardim de um dos nossos três meios de hospedagem em Blumenau, Florianópolis ou Lages. Está aberta a temporada de verão 2023 do Sesc Santa Catarina com novidades, surpresas e atrações para divertir o público de todas as idades.

Os visitantes vão se encantar (e se surpreender) com as Lendas do Sul e os personagens folclóricos que farão parte da programação diária dos hotéis. A proposta diferenciada vai muito além de acomodar pessoas: oferece uma experiência gastronômica, de acolhida, entretenimento e descanso com total integração das acomodações à paisagem natural. Instalados em espaços com muito verde e áreas abertas para prática de esportes e recreação, os hotéis Sesc apresentam

diversas opções de ambientes e programação repleta de brincadeiras, histórias, jogos, oficinas e muito mais.

A equipe de Lazer pensou em atrativos para divertir toda a família e tornar essas férias de verão inesquecíveis. Nada como acordar com o canto dos passarinhos, seja em frente ao mar no [Hotel Sesc Cacupé](#), em Florianópolis; na linda paisagem serrana da [Pousada Rural Sesc Lages](#) ou no moderno complexo turístico rodeado de árvores, em [Blumenau](#). O café da manhã traz o melhor de cada pedacinho de Santa Catarina para todo mundo ficar cheio de energia e curtir as piscinas, passeios, trilhas e atividades ao longo do dia.

[Clique aqui e confira o que está previsto para cada uma das opções de hospedagem e corra para fazer sua reserva!](#)



Parceria entre o Mesa Brasil Sesc e BRF transformou a ceia de Natal de famílias catarinenses

Em Santa Catarina, 11.005 Chesters foram distribuídos para 230 instituições sociais atendidas pelo programa, em 49 cidades.

Pelo sétimo ano consecutivo, o Mesa Brasil Sesc é parceiro da Perdigão e do Instituto BRF, responsável pelos investimentos sociais da marca, na doação de seu mais tradicional produto natalino: o Chester. Este ano, as aves foram distribuídas em 18 estados, abarcando todas as regiões do país. Entidades sociais atendidas pelo programa receberam as doações, possibilitando que toda a família possa desfrutar do produto na ceia de Natal.

Em Santa Catarina foram entregues 11.005 aves, para 230 instituições, em 49 cidades. Desta forma, a parceria vai garantir a refeição especial para 34.835 pessoas em situação de vulnerabilidade.

Cidadania: O Mesa Brasil Sesc é a maior rede de bancos de alimentos da América Latina, atendendo aproximadamente 3 milhões de pessoas mensalmente, por meio das instituições assistenciais cadastradas. Nestes sete anos de parceria com a Perdigão, já foram distribuídas mais de 1,6 milhão de unidades de Chester, beneficiando milhares de famílias.

Mais do que proporcionar uma refeição com qualidade nutricional, levar à mesa dessas pessoas um produto tão representativo da época natalina, significa um fator de inclusão, que eleva a autoestima e o senso de cidadania.



Em Santa Catarina, o programa atua desde 2003, arrecadando alimentos excedentes ou fora dos padrões de comercialização, mas ainda próprios para consumo, nas sedes dos parceiros doadores para entrega em instituições sociais sem fins lucrativos. Desta forma, combate a fome e o desperdício de alimentos, contribuindo para a cidadania, sustentabilidade e realização do Direito Humano à Alimentação Adequada.

Escola Sesc forma 249 estudantes no Ensino Fundamental em sete cidades

As cerimônias realizadas em Chapecó, Criciúma, Itajaí, Jaraguá do Sul, Joinville, Palhoça e Rio do Sul foram emocionantes, com despedidas, agradecimentos e celebração pela conclusão deste ciclo repleto de aprendizados.

É com grande satisfação e orgulho que a Rede de Ensino Sesc-SC formou 249 alunos no Ensino Fundamental das escolas de Chapecó, Criciúma, Itajaí, Jaraguá do Sul, Joinville, Palhoça e Rio do Sul. Para celebrar a conclusão deste ciclo, cada Unidade realizou uma cerimônia solene de colação de grau, reunindo os familiares, amigos, professores e equipe Sesc.

Foram momentos especiais e de muita emoção, marcados por despedidas, agradecimentos e expectativas para iniciar o Ensino Médio. Mas os formandos mostraram que estão preparados para as próximas etapas da vida e dispostos a conquistar seus sonhos.

Como destacaram as alunas Bianca Boller e Cecília Helena Kuhn, da Escola Sesc Chapecó: “Nosso desafio ainda está apenas começando, mas nos sentimos preparadas para enfrentar obstáculos graças ao apoio e ensinamento de vocês”.

Para a professora Raquel Cerbaro Barella, da Escola Sesc Jaraguá do Sul, “mais importante do que terminar o que se começa é estar sempre disposto a recomeçar”. Em seu discurso ela reforça que a vida é uma sequência de fins e começos. “O que nos torna especial é a capacidade de enfrentar, com coragem, humildade e fraternidade, os desafios que se apresentam a cada dia. Aqui cada um finaliza uma etapa, mas logo inicia uma nova com seus desafios, dificuldades e glórias”.

Muitos dos formandos passaram os nove anos do ensino fundamental no Sesc. Alguns, ficaram mais tempo ainda, pois vieram da Educação Infantil da Instituição.

A oradora do 9º ano A, da Escola Sesc Jaraguá do Sul, Victoria Nicolle Blanco de Freitas, mencionou que as vivências jamais serão esquecidas. “A Escola Sesc sempre estará em nossos corações. Claro que mudamos muito com os anos que se passaram, amadurecemos, apesar de não parecer, mudamos, não só como pessoas, mas como alunos, filhos e amigos. Podemos dizer que não só aprendemos matemática, português ou todas as outras matérias, aprendemos lições que vamos levar para vida, conhecemos pessoas que vamos levar para vida”.





FORMATURA

Parabéns aos estudantes! Nosso objetivo enquanto Escola é o de proporcionar uma aprendizagem plena em experiências para a vida, para que nossos alunos continuem trilhando um caminho repleto de conquistas em busca dos seus sonhos. E principalmente, para que sejam felizes!

+ Sobre a Escola Sesc-SC: www.sesc-sc.com.br/escola



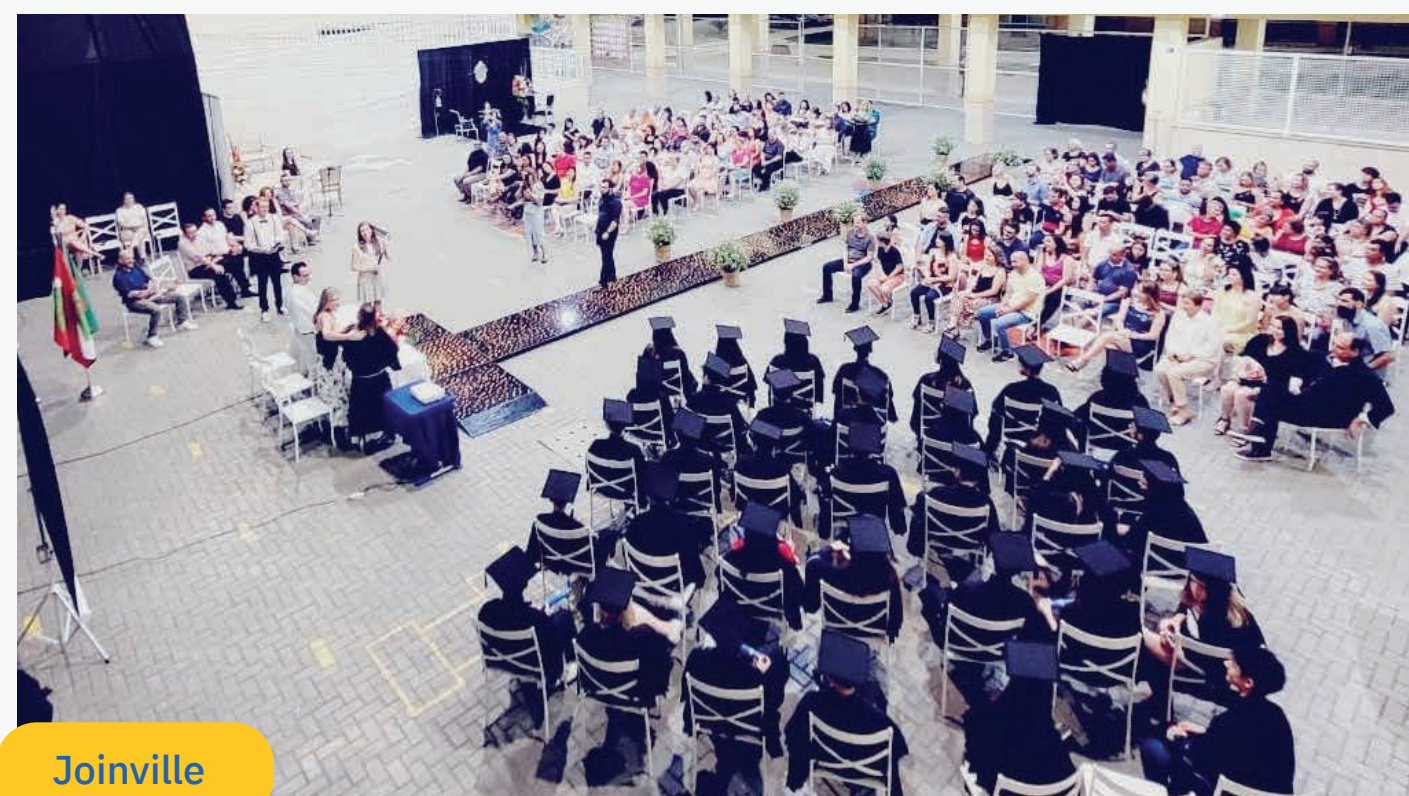
Chapecó



Itajaí



Criciúma



Joinville



Palhoça



Rio do Sul



Mariana Noceti Martins

Mãe dos alunos Luan e Nathan, formados no Ensino Fundamental da Escola Sesc Palhoça no final de 2022.



Mariana Martins à direita, com os filhos e a educadora Regiane Pereira no centro.

“Penso que o maior prazer de nós, pais, é vermos os filhos vivendo sua vida estudantil numa instituição de qualidade, que nos faz acreditar que o caminho está sendo traçado da forma ideal. Mas o Sesc, para nós, foi mais que isso. Sem deixar um minuto a ética e o profissionalismo de lado, o Sesc Palhoça acolheu nossos filhos de forma afetiva e realmente próxima, como se fôssemos uma grande família.

Desde as gestões que passaram, até as de hoje, assim como todos os professores e funcionários, nossos filhos foram tratados com amor.

A grande satisfação é vermos nossos filhos não serem tratados como mais um número de matrícula. Cada aluno no Sesc é único, com suas personalidades respeitadas. Isto não tem preço! Fora a parte técnica, o ensino em si, que fez dos meus filhos

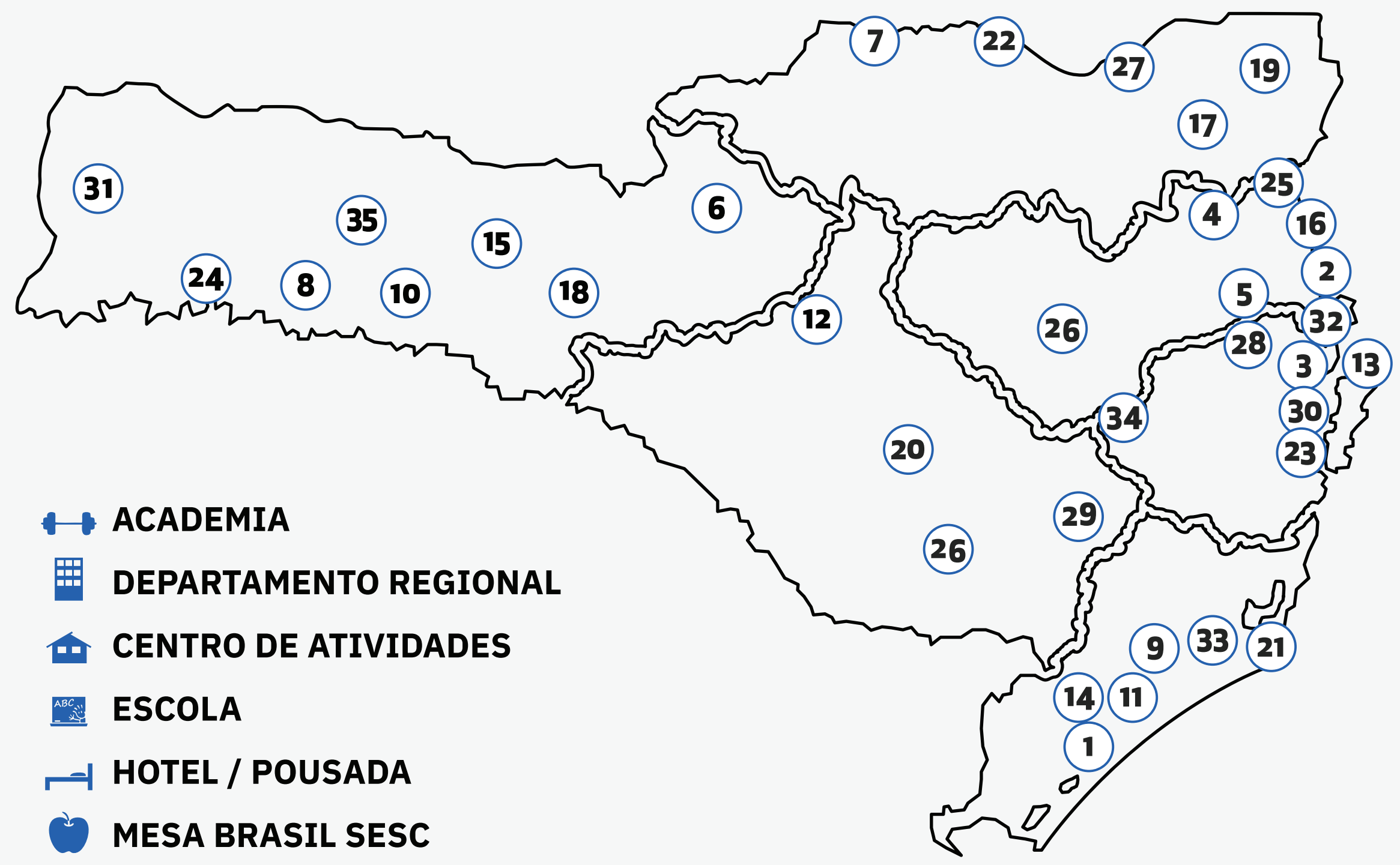
grandes debatedores, excelentes pensadores, curiosos, contadores de histórias e com um vasto vocabulário bonito de se ver.

Sou grata ao Universo por nos apresentar o Sesc Palhoça. Sem dúvida, foi a melhor decisão que tomamos na vida dos nossos filhos amados. Gratidão aos professores, gestores e funcionários por todo AMOR destinado aos meus.





ONDE ESTAMOS



- ACADEMIA**
- DEPARTAMENTO REGIONAL**
- CENTRO DE ATIVIDADES**
- ESCOLA**
- HOTEL / Pousada**
- MESA BRASIL SESC**
- QUADRA COMUNITÁRIA**
- RESTAURANTE**
- UNIDADE MÓVEL**

- 1. Araranguá
- 2. Balneário Camboriú
- 3. Biguaçu
- 4. Blumenau
- 5. Brusque
- 6. Caçador
- 7. Canoinhas
- 8. Chapecó
- 9. Cocal do Sul
- 10. Concórdia
- 11. Criciúma
- 12. Curitibanos
- 13. Florianópolis
- 14. Forquilha
- 15. Irani
- 16. Itajaí
- 17. Jaraguá do Sul
- 18. Joaçaba
- 19. Joinville
- 20. Lages
- 21. Laguna
- 22. Mafra
- 23. Palhoça
- 24. Palmitos
- 25. Penha
- 26. Rio do Sul
- 27. São Bento do Sul
- 28. São João Batista
- 29. São Joaquim
- 30. São José
- 31. São Miguel do Oeste
- 32. Tijucas
- 33. Tubarão
- 34. Urubici
- 35. Xanxerê

sesc-sc.com.br
0800 645 5454

Acompanhe as informações do “Em Pauta” no blog sesc-sc.com.br/blog

@sesc_sc @SescSC

