



PONTO DE LEITURA SESC VERÃO

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 10h às 16h | Livre | GRÁTIS.

Local de acolhimento e de refresco das ideias neste Verão, com leituras animadas pelos HQs, Literatura Infanto-juvenil que nos trazem momentos de lazer junto aos familiares. Assim, apresentar uma mostra das Bibliotecas SESC RJ.

CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS DE IALODÊ

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 15h | Livre | GRÁTIS

Histórias de Ialodê – humanizar e difundir o olhar, por meio das lentes da Arte Ancestral Africana Griô, que destaca as múltiplas expressões artísticas como ferramenta de Contação de Histórias. Narrativas dos textos autorais: “Sonho” e “Tá Chovendo Poemas”. Com o objetivo de expandir os horizontes imaginativos e cognitivos do público, sensibilizando sobre a relevância das leituras em obras literárias.

INTERVENÇÃO LITERÁRIA - BANHO DE POESIA

04/02 | Sábado | Livre | GRÁTIS

Intervenção poética itinerante, onde o ator, caminha por entre o público, e convida as pessoas para entrar em um box com um a chuveiro poético e ao entrar no chuveiro, escolhe uma gota de poema para se refrescar, o ator declama e o participante a leva consigo como presente.

EXPOSIÇÃO PLANETA PET

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 10h às 16h | Livre | GRÁTIS

Exposição voltada à sensibilização por meio de material visual e do diálogo sobre a poluição por plástico no mundo em que vivemos. A programação terá coleta seletiva de materiais recicláveis - Pet.

CUIDADO COM A PELE

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 10h às 16h | Livre | GRÁTIS

Instalação tipo arara com informações sobre cuidados com a exposição solar para a pele.

ORIENTAÇÃO CUIDADO COM A SAÚDE

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 10h às 16h | Livre | GRÁTIS

Instalação tipo inflável com orientação de saúde (Coração e Pulmão)



SHIATSU

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 10h às 16h | Livre | GRÁTIS

A massagem Shiatsu é uma técnica terapêutica muito eficaz que serve para combater o estresse físico.

INTERVENÇÃO ARTÍSTICA CUIDADOS COM A SAÚDE NO VERÃO

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 13h às 16h | Livre | GRÁTIS

Intervenção artística itinerante com proposta de chamar atenção de forma lúdica para o autocuidado.

PENSAMENTO E LINGUAGENS - OFICINAS MAKER E ROBÓTICA COM LÍNGUA ESTRANGEIRA

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 10h às 16h | Livre | GRÁTIS

Oficinas de educação tecnológica, cultura Maker e Robótica Educacional, oportunizando experiências de aprendizagem que efetivamente contribuem para o desenvolvimento acadêmico, social e cognitivo de seus alunos, utilizando a língua estrangeira para vivência e aprendizados.

SESC+ VIDA - VERÃO SÊNIOR - INTERVENÇÕES INFORMATIVAS E ATIVIDADES COM CIRCUITO ANTIQUEDAS: COMO PREVENIR ACIDENTES COM PESSOAS IDOSAS

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 10h às 16h | Livre | GRÁTIS

Oficinas e vivências objetivando fomentar a reflexão e atenção do público participante sobre os riscos de quedas e múltiplos fatores que podem ocasioná-las, bem como maneiras de prevenir estes tipos de ocorrências. Serão realizadas experiências práticas de atividades físicas e de vida diária, além do circuito antiquedas do SESC+ Vida, com distribuição de material informativo ao público.

SESC+ VIDA - VERÃO SÊNIOR - REALIDADE VIRTUAL APLICADA AO IDOSO: PASSEIO E CULTURA NA BAIXADA COMO DIREITO

04 e 05/02 | Sábado e domingo, 11h às 15h | Livre | GRÁTIS

Oficinas objetivando democratizar o acesso às atividades virtuais para pessoas idosas terem o primeiro ou mais um contato com as mesmas; será proporcionada uma experiência imersiva de Cultura e Turismo com Realidade Virtual focando na região da baixada fluminense e locais pelo mundo a serem escolhidos pelos participantes utilizando óculos de realidade virtual e participando de rodas de conversa sobre acesso à cultura e para discussão, dirimir dúvidas, trocar experiências com aprendizado de maneira lúdica, criativa e prazerosa.

