

16 de  
fevereiro

16h00

Oficina de Dança



## “Dançar a Brincar”

Orientada por Camila Fernandes

Dançar a brincar consiste numa experiência através da dança com jogos e brincadeiras com os quais dinamizamos movimentos, ritmos e levamos a nossa imaginação mais além. Inspirados em jogos tradicionais como salto ao eixo, escondidas, jogo do caracol, jogo da estátua, macaquinho do chinês entre outros.

Através de exercícios em formato de jogos enriquecidos com pormenores, diferentes estímulos e objetos desenvolver-se-ão capacidades de movimento do nosso corpo, assim como diferentes competências cognitivas, motoras e de coordenação.

Um momento destinado à diversão utilizando o corpo, desenvolvendo a motricidade, a consciência corporal, a coordenação, a nossa mente e ainda a imaginação. Dançando a jogar e a brincar!

Classificação etária: 5 aos 10 anos

Limite Participantes: 16 crianças e 1 acompanhante por criança

Duração: 90 min.

23 de  
fevereiro

16h00

Oficina de Música



## “Sons de Berço”

Orientada por Lucília Jesus

Quando o bebé nasce inicia um longo caminho na descoberta e apropriação de sons e gestos, reagindo emotivamente a estímulos com o olhar, o riso, o balbucio, os movimentos de mãos e pés.

Através de jogos e brincadeiras partilhados com os pais, os bebés descobrem de onde vem o som, como nasce o ritmo e como as lengalengas e as histórias se transformam em Música.

Esta oficina pretende proporcionar momentos de descontração e harmonia, escutando sons da natureza, experimentado instrumentos musicais ou explorando sons corporais, a par com canções acompanhadas à guitarra.

A Música enriquece e estimula. Porque o seu bebé é o seu mais que tudo!

Classificação etária: 6 aos 36 meses

Limite Participantes: 12 bebés e até 2 acompanhantes por bebé

Duração: 45 min.

2 de  
março

16h00

Oficina Interativa  
de Música



## “Ké Iz Tuk”

Orientada por Carolina Gaspar e Marilyn Brito

Se olharmos mais perto para a terra, chegamos à aldeia dos bicharocos, onde o nascimento de uma flor irá causar uma enorme euforia junto de todos os bichos! Que sons habitam naquela terra? E o que irá acontecer enquanto as estações do ano passam? Inspirado no livro *Ké Iz Tuk* de Carson Ellis.

Classificação etária: 3 aos 9 anos

Limite Participantes: 20 crianças e 1 acompanhante por criança

Duração: 45 min.

30 de  
março

16h00

Oficina de Teatro/  
/Expressão Corporal  
sobre as Emoções



## “O Pássaro da Alma”

Orientada por Catarina Loureiro

No fundo do nosso corpo mora um pássaro que sente tudo o que nós sentimos. Este pássaro é feito de gavetas. A gaveta da alegria, da tristeza, do medo, do mimo, do vazio. A gaveta dos segredos mais escondidos. E há mais gavetas. Nesta oficina, somos convidados a abrir as nossas gavetas, através de jogos de exploração da expressão corporal. E, brincando, escutamos os sentimentos que estão guardados nessas gavetas, dentro de nós.

*Por isso vale a pena*

*Talvez tarde pela noite, quando o silêncio nos rodeia,*

*Escutar o pássaro da alma que mora dentro de nós,*

*No fundo, lá bem no fundo do corpo.*

Classificação etária: M/3

Limite Participantes: 20 crianças e 1 acompanhante por criança.

Duração: 45 min.