

Bebés e famílias juntam-se ao “Yogar com Histórias” em Ponte de Lima

written by O Cidadão | 2 de Maio, 2025



A **Biblioteca Municipal de Ponte de Lima** promove, amanhã, dia **3 de maio**, às **10:30**, a iniciativa **“Yogar com Histórias Baby”**, dirigida a famílias com bebés entre os 12 e os 36 meses. A atividade será orientada por **Manuela Gomes**, mentora do projeto **Yogar Comigo**.



Yoga e livros para bebés

Num formato que alia narrativas contadas a práticas suaves de yoga, a sessão pretende criar um espaço de vínculo entre adultos e crianças, num ambiente tranquilo e criativo, onde os gestos se misturam com palavras para proporcionar uma experiência sensorial partilhada.

“Yogar com Histórias Baby” convida os mais pequenos a explorar o corpo e as emoções, enquanto escutam palavras que embalam, despertam e inspiram. A proposta articula leitura, movimento e expressão emocional, promovendo também o contacto precoce com os livros, num espaço público de cultura.

A participação é gratuita e de entrada livre, mas está sujeita a inscrição obrigatória. Os interessados devem inscrever-se através do e-mail biblioteca@cm-pontedelima.pt ou do telefone 258 900 411, estando as vagas limitadas à capacidade do

espaço.

A atividade representa uma oportunidade única para momentos de convívio e ligação entre pais e filhos, com enfoque na importância das experiências físicas e emocionais na primeira infância, fomentando o gosto pela leitura e o bem-estar familiar.

OC/RCP