

Yoga para bebés regressa à Biblioteca de Ponte de Lima

written by O Cidadão | 5 de Junho, 2025



A **Biblioteca Municipal de Ponte de Lima** recebe no **sábado, 7 de junho, às 10:30**, uma nova sessão de **“Yogar com Histórias Baby”**, uma iniciativa pensada para **famílias com bebés dos 12 aos 36 meses**.

A sessão é dinamizada por **Manuela Gomes**, criadora do projeto **Yogar Comigo**, e pretende proporcionar um momento de ligação entre crianças e adultos, através de **movimentos suaves de yoga** que se conjugam com a **narração de histórias**.



Sessão desenvolvida por
Mariana Fernandes
Cláudia Cordeiro



yogar com histórias

Baby

07 Junho 2025
biblioteca municipal | 10h30
entrada livre

destinatários:
bebés e até 3 anos com os pais e famílias

inscrições gratuitas e obrigatórias:
0 famílias - 1 adulto e 1 criança

Município de Ponte de Lima
Rua da Liberdade, 100 - 4900-001 Ponte de Lima
T: 258 900 411 | F: 258 900 412
www.cm-pontedelima.pt



CMPL direitos reservados

Num ambiente preparado para estimular a imaginação e o bem-estar, os participantes são convidados a **explorar emoções e sensações**, promovendo a descoberta através de gestos simples e linguagem narrativa.

A iniciativa é de **participação gratuita**, mas **carece de inscrição prévia obrigatória**, disponível por e-mail (biblioteca@cm-pontedelima.pt) ou telefone (258 900 411). A **lotação é limitada**, respeitando a capacidade do espaço da biblioteca.

Segundo a organização, esta sessão ***“convida os participantes a mergulhar num ambiente de calma, imaginação e conexão, onde as histórias contadas se entrelaçam com movimentos suaves de yoga, promovendo momentos de partilha e bem-estar entre adultos e bebés”***.

A proposta insere-se na programação regular de promoção do livro e da leitura junto dos mais novos, através de abordagens inovadoras que envolvem as famílias e favorecem o contacto precoce com o universo literário e sensorial.

OC/FC