

Em Cantanhede

Biblioteca Municipal promove sessões de Yoga para Crianças



Mais de sete dezenas de crianças dos ATL da Santa Casa da Misericórdia de Cantanhede e de um centro de local de explicações assistiram nos passados dias 19 e 24 de julho, a três sessões de Yoga para Crianças. Dinamizada pela Biblioteca Municipal de Cantanhede, a iniciativa que decorreu no Parque de S. Mateus e teve por base o conto infantil “A que sabe a lua?”, de Michael Grejniec.

A ação Yoga para Crianças foi desenvolvida por Cândida Siegle, professora com formação em Yoga e Carla Neto, técnica superior de Bibliotecas. As formadoras responsáveis pela atividade, elementos da equipa das Bibliotecas Escolares de Mira, desenvolvem um projeto de Literacia do Ser no respetivo Agrupamento de Escolas.

No âmbito de uma permuta de atividades de promoção da leitura, realizada com a Biblioteca Municipal de Cantanhede, deslocaram-se a esta instituição para orientar as sessões de yoga para crianças, aliando a promoção da leitura com as técnicas ancestrais de concentração, foco e relaxamento do yoga e da meditação.