



Digite um termo que deseja encontrar

Buscar

05/04/2011



Parque Botânico Vale oferece programação no Dia Mundial da Saúde

A passagem do Dia Mundial da Saúde, comemorado nesta quinta-feira, dia 7 de abril, merecerá uma programação especial no Parque Botânico Vale de Vitória. Música clássica, aula de ioga, aferição de pressão, estações para massagem e dicas nutricionais são algumas das ações programadas para marcar a data. Gratuitas, as atividades serão realizadas tanto durante a manhã (das 9h às 12h), quanto no período da tarde (das 14h às 16h30). As inscrições deverão ser feitas na administração do Parque Botânico Vale no dia do evento.

A programação da manhã terá início com uma apresentação da Orquestra Filarmônica do Espírito Santo (OFES). Os músicos, que há um ano ensaiam diariamente no Parque Botânico Vale, darão as boas vindas ao público com um repertório variado de música clássica.

Dando sequência às ações do dia, uma palestra motivacional irá trabalhar a autoestima a partir do conceito de resiliência, habilidade que uma pessoa desenvolve para resistir, lidar e reagir de modo positivo em situações adversas. Como parte da atividade, os inscritos serão estimulados a criar uma mandala a partir da colagem de diferentes retalhos coloridos, onde cada pedaço de tecido representará um participante da oficina. Gratuita, a dinâmica terá capacidade para 130 pessoas e acontecerá em dois horários: às 10h30 e às 15h30.

Quem preferir participar da comemoração do Dia da Saúde no período da tarde será recebido com uma aula de ginástica motivacional no anfiteatro do Parque Botânico. Na atividade, os instrutores, caracterizados, utilizam elementos lúdicos para realizar exercícios de aquecimento e das ginásticas aeróbica e localizada. O objetivo é estimular a prática de atividades físicas de uma forma prazerosa. A atividade terá início às 14h e não há limite de vagas.

Também como parte das comemorações pelo Dia Mundial da Saúde, ao longo de todo o dia, quem passar pelo Parque Botânico Vale poderá fazer testes de aferição de pressão, receber orientações nutricionais e dicas sobre atividades físicas, além de participar de aulas de ioga ao ar livre e de caminhadas orientadas com instrutores especializados – nessa última, os visitantes farão exercícios de alongamento e receberão dicas sobre os benefícios dessa atividade física. Também será montada uma estrutura no anfiteatro do Parque, com massoterapeutas e diferentes aparelhos para os adeptos da massagem relaxante.

Parque Botânico Vale

Maior área verde de Vitória, com 33 hectares, o Parque Botânico Vale está localizado no cinturão verde do Complexo de Tubarão. O funcionamento é de terça a domingo, das 8h às 17h, e a entrada é gratuita.

Desde que foi inaugurado, em 2004, o local já recebeu quase 730 mil visitantes e realizou mais de 470 eventos abertos ao público. Mais de 4 mil instituições de ensino, principalmente as da Grande Vitória, levaram seus alunos para conhecer de perto a infraestrutura do local e participar das diversas atividades que o espaço oferece.

Quem visita o Parque tem ainda a oportunidade de conhecer o primeiro Jardim Sensorial permanente do Espírito Santo, estrutura que tem o objetivo de estimular os cinco sentidos do ser humano e promover uma forma diferenciada de interação com a natureza.

No Parque Botânico Vale está instalado também o único orquidário da Grande Vitória aberto à comunidade. O espaço conta hoje com mais de 450 mudas divididas em 150 espécies. No Parque o visitante pode ainda frequentar o parquinho e fazer trilhas ecológicas pela área de reflorestamento - que já possui mais de 140 tipos de espécies arbóreas de Mata Atlântica e alguns animais silvestres. Também é possível agendar uma visita guiada de ônibus às instalações da Vale, em Tubarão.

Serviço

Comemoração do Dia Mundial da Saúde

Onde: Parque Botânico Vale

Quando: nesta quinta-feira, dia 7 de abril

Atividades: apresentação da Orquestra Filarmônica do ES, dinâmica motivacional, aferição de pressão, estação massagem e quick massage, aulas de ioga ao ar livre, ginástica motivacional e caminhadas orientadas, entre outras.

Horário: das 9h às 12h e das 14h às 16h30

Mais informações: 3333-6200

Mais informações



Elaine Vieira

elaine.vieira@vale.com

Espírito Santo

+55 (27) 3333-3717/3633

Marta Moreira

marta.moreira@vale.com

Espírito Santo

+55 (27) 3333-3717
