

# VIRADA da Maturidade 2024



**VIRADA**  
da Maturidade

**25 a 27 de abril 2024**

**PROGRAMAÇÃO**  
**SÃO PAULO**

[www.viradadamaturidade.com.br](http://www.viradadamaturidade.com.br)  
**@viradadamaturidade**

Todas as atividades são gratuitas; no caso dos museus, consulte a política de meia-entrada e gratuidade de cada instituição, mas a participação nas atividades da Virada é livre.

## “Esquentas” da programação de 25 a 27 de abril

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
Parque da Água Branca (Av. Francisco Matarazzo, 455 - Água Branca - São Paulo - SP, 05001-900)	13h - 17h	BAILE: Instituto Núcleo da Melhor Idade – Estação Vida Bolero, forró, valsa, chachacha, samba e anos 60, 70 e 80
EternamenteSou (R. Barão de Itapetininga, 255 - República, São Paulo - SP, 01042-001)	14h - 15h	RODA DE CONVERSA Longevidade e a vida de longe - Bruno Borges Queiroz

## “Esquentas” e ABERTURA

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>Parque do Horto Florestal</b> (Av. Santa Inês, 3321 - Jardim Peri, São Paulo - SP, CEP 02631-000)	13h - 17h	<b>BAILE</b> Baile do Instituto Núcleo da Melhor Idade Estação Vida: chachacha, samba e mais!
<b>PUC-SP</b> (Rua Ministro Godói, 969 - Perdizes, São Paulo - SP, CEP 05015-000 - Auditório 239)	15h30 - 16h	<b>PALESTRA:</b> O segredo das Blue Zones: aprendendo com os centenários - Lilian Liang
<b>PUC-SP</b> (Rua Ministro Godói, 969 - Perdizes, São Paulo - SP, CEP 05015-000 - Auditório 239)	16h -17h	<b>APRESENTAÇÃO CORAL</b> Coral das alunas da Universidade Aberta
<b>AUDITÓRIO MUSEU DO FUTEBOL</b> Praça Charles Miller s/n	19h	<b>ABERTURA:</b> Cerimônia de Abertura: uma amostra inspiradora do evento e apresentação artística

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>Centro Educacional e Esportivo Joerg Brudes</b> (Avenida Padre José Maria, 555 – Santo Amaro, São Paulo – SP, CEP 04753-060)	7h	ATIVIDADE FÍSICA: Ginástica - SEME
<b>Centro Esportivo Jd. Celeste Balneário Mario Moraes</b> (Rua Edvard Camilo, 840 - Jd. Celeste, São Paulo – SP, CEP 05528-001)	7h30	ATIVIDADE FÍSICA: Ginástica - SEME
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - São Paulo-SP, CEP 08011-010 - 1º andar sala 05)	8h - 10h	AÇÃO SAÚDE - Avaliação de Equilíbrio e orientações na prevenção de quedas - Daniela Oliveira Motohiro Arruda
<b>Núcleo Walking Football Brasil São Paulo Colmeia</b> (Rua Marina Cintra, 97 - Jardim Europa - São Paulo - SP, CEP 01446-060)	8h - 10h	ATIVIDADE FÍSICA: Prática de Walking Football: futebol caminhando para uma longevidade ativa
<b>Clube Esportivo Thomaz Mazzoni</b> (Praça Pres. Jânio da Silva Quadros, 150 - Vila Maria, São Paulo – SP, CEP 02132-000)	8h - 8h45	ATIVIDADE FÍSICA: Aula especial de Dança da Maturidade - SEME
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - São Paulo-SP, CEP 08011-010- 1º andar sala 03)	8h - 12h	AÇÃO SAÚDE: Avaliação da Saúde Bucal - Claudio Massami Suzuki
<b>Casa de Cultura Chico Science</b> (Rua Abagiba, 20, Av. Pres. Tancredo Neves, 1265 - Vila Moinho Velho, São Paulo - SP, CEP 04287-100)	8h - 12h	OFICINA: Túnel do Tempo - Luzes dessa Idade: jogos, atividades diversas e apresentação artística - Fatec Ipiranga
<b>Centro Esportivo Jd. Celeste Balneário Mario Moraes</b> (Rua Edvard Camilo, 840 - Jd. Celeste, São Paulo – SP, CEP 05528-001 - quadra)	8h30	ATIVIDADE FÍSICA: Alongamento e Pilates - SEME
<b>NCI Nosso Lar - Centro de Assistência e Promoção Social</b> (Rua Jalisco, 158 - Vila Reg. Feijó, São Paulo - SP, CEP 03343-030)	9h - 10h	PALESTRA: Longevidade é... Hoje! - Angélica Alves de Araújo

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090)	9h - 10h	ATIVIDADE FÍSICA: Pedal Sensorial - Ação interativa com realidade virtual - Quero Pedalar
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 Sala de Educação Física)	9h	ATIVIDADE FÍSICA: Dançaterapia - Daniela Gabriel
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - São Paulo-SP, CEP 08011-010 - 3º andar sala 05)	9h - 10h	RODA DE CONVERSA: Empoderamento de trajetórias e protagonismo da pessoa idosa - Vanderléa Lourenço Souza da Cruz
<b>NCI Sobei</b> (Rua Santo Antônio do Cântaro, 32 Jardim Bela Vista, São Paulo - SP, CEP 04829-090)	9h - 10h	ATIVIDADE FÍSICA: Oficina de Dança - Débora Lopes
<b>ILPI Grupo Vida Nova</b> (R. Zacarias de Gois, 1891 - Campo Belo, São Paulo - SP, CEP 04610-005)	9h - 11h	OFICINA: Encontro para um dia mais ativo - interação e socialização - Graduandos Fisioterapia PUC-SP
<b>Convita</b> (R. Pedro de Godói, 325 - Pq. Vila Prudente, São Paulo - SP, CEP 03138-010)	9h - 11h	ATIVIDADE FÍSICA: Biodança, tocando emoções e despertando alegria genuína e a expressão autêntica - Maria Teresa Bruno Daldon
<b>Núcleo de Convivência para Pessoa Idosa de Heliópolis</b> (Estrada das Lágrimas, 2385/2301 - São João Climaco, São Paulo - SP, CEP 04244-000 - Prédio da Biblioteca do Céu Heliópolis)	9h - 10h	OFICINA: Artesanato com a Oficina de Propósito a Essência do Cuidar
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - São Paulo-SP, CEP 08011-010 - 1º andar biblioteca)	9h30 - 10h	OFICINA - Sarau do IPGG - a importância da leitura - Fabiana Silva Duarte Vieira
<b>CRI Norte</b> (R. Voluntários da Pátria, 4301 - Santana, São Paulo - SP, CEP 02401-400)	10h	OFICINA: Padaria Artesanal - Andreia Tonini

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Sala de eventos 1o andar)	10h	PALESTRA: O que é importante saber sobre Tontura? - Dra. Alice Ramos
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - São Paulo-SP, CEP 08011-010 - 3º andar, ateliê 01)	10h - 12h	OFICINA: Pintura de Tecido - coordenação, socialização e criatividade - Franci José de Oliveira
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	10h - 12h	OFICINA: Turismo Social - Viver São Paulo - Marcelo Vilela
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - São Paulo-SP, CEP 08011-010 - 3º andar auditório)	10h - 11h	ATIVIDADE FÍSICA: Dança Sênior Sentada - Mônica Cristina Brugnaro dos Santos
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - São Paulo - SP, CEP 08011-010 - Térreo, salas 08 e 09)	10h - 11h	OFICINA: Idoso e seu protagonismo - Equipe IPGG
<b>CRECI R.</b> (Formosa, 215 - Anhangabau - Centro Histórico de São Paulo, São Paulo - SP, CEP 01049-000)	10h30 - 11h50	APRESENTAÇÃO ARTÍSTICA: Arte do Não Sofrer e poesias motivacionais - Benêh Mendes
<b>Centro Educacional e Esportivo Joerg Brudes</b> (Avenida Padre José Maria, 555 - Santo Amaro, São Paulo - SP, CEP 04753-060)	11h	ATIVIDADE FÍSICA: Ginástica - SEME
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, 05050-090 - Auditório 1o andar)	11h	OFICINA: Memória estratégia de compensação planejamento e organização - Rafaela Dias Lima
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	11h - 12h	ATIVIDADE FÍSICA: Dança de salão 60+

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista -CEP 08011-010 São Paulo-SP - 3º andar, lanchonete)	11h - 12h	OFICINA: Cozinha Saudável com reaproveitamento - Vanderléa Lourenço Souza Cruz
<b>Centro Educacional e Esportivo Joerg Brudes</b> (Avenida Padre José Maria, 555 – Santo Amaro, São Paulo – SP, CEP 04753-060)	12h	ATIVIDADE FÍSICA: Ginástica - SEME
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista -CEP 08011-010 São Paulo-SP - 1º andar sala 03)	12h - 17h	AÇÃO DE SAÚDE: AVALIAÇÃO DE SAÚDE BUCAL - Claudio Massami Suzuki
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 Sala de Eventos 1o andar)	13h	APRESENTAÇÃO ARTÍSTICA: Teatro AMEIO
<b>Núcleo de Convivência para Pessoa Idosa de Heliópolis</b> (Estrada das Lágrimas, 2385/2301 - São João Climaco, São Paulo - SP, CEP 04244-000 - Prédio da Biblioteca do Céu Heliópolis)	13h-14h	PALESTRA: Letramento Digital: Prevenção de golpes na internet - Instituto Velho Amigo
<b>Parque da Água Branca</b> (Av. Francisco Matarazzo, 455 - Água Branca, São Paulo - SP, CEP 05001-900)	13h - 17h	BAILE: Baile do Instituto Núcleo da Melhor Idade Estação Vida Com bolero, forró, valsa, chachacha, samba e mais
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista -CEP 08011-010 São Paulo-SP - Térreo, salas 08 e 09)	13h - 13h30	OFICINA: Yura Ritmos - Elisangela Avanzo Ruiz
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - CEP 08011-010 São Paulo-SP - Térreo, salas 08 e 09)	13h30 - 14h	OFICINA: Musicoterapia - Elisangela Avanzo Ruiz
<b>Instituto Presbiteriano Mackenzie</b> (Rua Itambé, 135 – Prédio 1 - Campus Higienópolis - São Paulo-SP -CEP 01239-001)	13h30 - 15h30	RODA DE CONVERSA: Memórias Vivas: Uma Jornada de Conexão e Afeto - Susi Mary de Souza Fernandes

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>Convita</b> (R. Pedro de Godói, 325, cep 03138010 Pq. Vila Prudente, São Paulo - SP, CEP 03138-01)	13h30 - 14h30	ATIVIDADE FÍSICA: Aulão de Zumba - Professor Wesley
<b>AME Idoso Oeste:</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090)	13h45	PALESTRA: Como lidar com a dor crônica - Carolina Venturini
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000 - Auditório vermelho Entrada pelo Portão 1)	14h	CINE DEBATE: "Além do Aposento" com Gabriel Martinez
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090)	14h	PALESTRA: Rede de Atenção em Saúde e Assistência Social do Município de São Paulo - Fernanda Rebolças
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	14h - 16h	PALESTRA: Práticas de negociação - Tania Christopoulos
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - CEP 08011-010 São Paulo-SP - Térreo, salas 08 e 09)	14h - 14h30	OFICINA: Oficina de Sabores com Receitas Cardioprotetoras - Elisangela Avanzo Ruiz
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - CEP 08011-010 São Paulo-SP - 3º andar, auditório)	14h - 15h	ATIVIDADE FÍSICA: Alongamento - Alexandre Moriktasu Ogido
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - CEP 08011-010 São Paulo-SP - 3º andar, ateliê 01)	14h - 16h	OFICINA: Biscuit - Franci José de Oliveira



LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>EternamenteSou</b> (R. Barão de Itapetininga, 255 - República, São Paulo - SP, CEP 01042-001)	14h - 15h	RODA DE CONVERSA: Colchas de memórias - Adriana Navarro Nabeiro e Thais de Souza Gomes
<b>Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes"</b> (Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34 - São Miguel Paulista - CEP 08011-010 São Paulo-SP - Térreo, salas 08 e 09)	14h30 - 15h	OFICINA: QUIZ PASSA OU REPASSA - DIREITOS DA PESSOA IDOSA - Elisangela Avanzo Ruiz
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo, CEP 05050-090 Auditório 1º andar)	15h	AÇÃO SAÚDE: Workshop Higiene Bucal Acessórios e Técnicas - Dr. Luis Barros
<b>Museu da Imagem e do Som (MIS)***</b> (Avenida Europa, 158 – Jardim Europa, SP CEP 01449-000)	14h às 16h	AÇÃO CULTURAL: Visita especial à exposição "A tragédia do Holocausto: a vida de Julio Gartner"
<b>CAEI Casa de Simeão</b> (ação online)	19h15-20h	ATIVIDADE FÍSICA ONLINE: Corpo Ativo: uma experiência de exercício intuitivo
<b>Museu da Imigração***</b> (R. Visc. de Parnaíba, 1316 - Mooca, São Paulo - SP, CEP 03164-300)	Todo o período	AÇÃO CULTURAL: História familiar em cartão-postal
<b>Museu da Língua Portuguesa***</b> Praça da Luz, s/n – Centro Histórico, São Paulo São Paulo, SP, CEP 01120-010	Tarde	BAILE: Baile da Melhor Idade - Jogo das Cores - Denny Tavares

\*\*\*Todas as atividades são gratuitas; no caso dos museus, consulte a política de meia-entrada e gratuidade de cada instituição, mas a participação nas atividades da Virada é livre.

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>Centro Educacional e Esportivo Joerg Brudes</b> (Avenida Padre José Maria, 555 – Santo Amaro, São Paulo – SP, CEP 04753-060)	7h	ATIVIDADE FÍSICA: Ginástica - SEME
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	8h - 9h45	PALESTRA: Pesquisa em Ciência Ambiental - Helene Mariko Ueno
<b>Casa de Simeão</b> (R. Assunção, 480 - Brás - São Paulo - SP, CEP 03003-020)	8h-12h	AÇÃO SAÚDE: Funcionalidade 60+ com a equipe de Fisioterapia HCFMUSP
<b>Clube da Comunidade Santa Bárbara</b> (Avenida Satélite, 616 – Cidade Satélite Santa Bárbara, São Paulo – SP, CEP 08331-200)	8h30 - 9h30	ATIVIDADE FÍSICA: Aula de Ginástica com dança e alongamento - SEME
<b>CRI Norte</b> (R. Voluntários da Pátria, 4301 - Santana, São Paulo - SP, CEP 02401-400)	8h30	ATIVIDADE FÍSICA: Caminhada e Lian Gong - Paulo dos Anjos
<b>Centro Esportivo Arthur Friedenreich</b> (Avenida Jacinto Menezes Palhares, 148 - Jardim Avelino, São Paulo – SP, CEP 03227-170)	9h - 9h45	ATIVIDADE FÍSICA: Aula Especial da Maturidade - SEME
<b>Núcleo de Convivência para Pessoa Idosa de Heliópolis</b> (Estrada das Lágrimas, 2385/2301 - São João Climaco, São Paulo - SP, CEP 04244-000 - Prédio da Biblioteca do Céu Heliópolis)	9h - 10h	OFICINA: A importância do Autocuidado - Instituto Velho amigo
<b>NCI Sapopemba</b> (Rua Dona Belica Barbosa lima, 59 - São Paulo - SP, CEP 03264000)	9h - 10h30	OFICINA: Prevenção de declínio cognitivo - jogos, música e histórias improvisadas - 50+ Ativo
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090)	9h - 11h	ATIVIDADE FÍSICA: Biodança, tocando emoções e despertando alegria genuína e a expressão autêntica - Maria Teresa Bruno Daldon

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>SENAC Santo Amaro</b> (Av. Eng. Eusébio Stevaux, 823 - Santo Amaro, São Paulo - SP, CEP 04696-000)	9h - 11h	AÇÃO SAÚDE: Limpeza de Pele Facial em Idosos - André Nessi
<b>Núcleo Walking Football Brasil Itapevi</b> (Av. Cesário de Abreu, 915 Bairro - Dos Abreus, Itapevi - SP, CEP 06653-02100)	9h-11h	Palestra: Bem Estar 60+
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - 1º andar, Auditório)	10h	OFICINA: Memória estratégia de compensação planejamento e organização - Rafaela Dias Lima
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Sala de Educação Física)	10h	OFICINA: Jogos Cognitivos - Daniela Gabriel
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	10h - 12h	PALESTRA: Inteligência Artificial - Você sabe o que é? - Lilian Cliquet e Meire Cachioni
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	10h15 - 12h	PALESTRA: Envelhecimento e Aparência: Com que roupa eu vou? - Andrea Lopes
<b>Mopi Reciclázaro</b> (Rua Vespasiano, 592 - Vila Romana - São Paulo - SP, CEP 05044-050)	10h30 - 11h30	ATIVIDADE FÍSICA: Pedal Sensorial - Ação interativa com realidade virtual - Parceria Quero Pedalar
<b>Pinacoteca de São Paulo***</b> (Praça da Luz, 2 - Luz, São Paulo - SP, CEP 01120-010)	10h30 - 12h	AÇÃO CULTURAL: Visita educativa para pessoas idosas com atividade plástica - Gabriela Aidar
<b>Centro Dia para Idosos Unibes</b> (R. Rodolfo Miranda, 287 - Bom Retiro, São Paulo - SP, CEP 01121-010)	10h-11h	RODA DE CONVERSA: Como criar um plano de vida pós aposentadoria - Dimas Barros Moura

\*\*\*Todas as atividades são gratuitas; no caso dos museus, consulte a política de meia-entrada e gratuidade de cada instituição, mas a participação nas atividades da Virada é livre.

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>Convita</b> (R. Pedro de Godói, 325 - Pq. Vila Prudente, São Paulo - SP, CEP 03138010)	10h - 11h	ATIVIDADE FÍSICA: Aulão de Dança de Salão - Professor Valter
<b>Centro Educacional e Esportivo Joerg Brudes</b> (Avenida Padre José Maria, 555 – Santo Amaro, São Paulo – SP, 04753-060)	11h	ATIVIDADE FÍSICA: Ginástica - SEME
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Sala de Eventos)	11h	PALESTRA: A importância do Autocuidado - Edna Pereira Mendes
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Sala de Educação Física)	11h	OFICINA: Jogos Cognitivos - Marcelle Severo
<b>Faculdade de Saúde Pública da USP - Ambulatório de promoção à saúde de pessoas trans 40+</b> (Av. Dr. Arnaldo, 715 - Cerqueira César, São Paulo - SP, CEP 01246-904)	11h - 12h	RODA DE CONVERSA: Você tem o direito de envelhecer ou você é trans? - Milton Roberto Furst Crenitte
<b>Centro Educacional e Esportivo Joerg Brudes</b> (Avenida Padre José Maria, 555 – Santo Amaro, São Paulo – SP, CEP 04753-060)	12h	ATIVIDADE FÍSICA: Ginástica - SEME
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	12h30 - 14h	OFICINA: Yura-atividade com música na USP60+
<b>CRI Norte</b> (R. Voluntários da Pátria, 4301 - Santana, São Paulo - SP, CEP 02401-400)	14h	APRESENTAÇÃO ARTÍSTICA: Teatro Corpo e Alma Apresenta: Homus Eretos Feme Liberadas - Hugo Oskar

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000 - Auditório Verde)	14h-15h	APRESENTAÇÃO ARTÍSTICA: Se Vira nos 50 - Apresentação de stand up
<b>Abuelos Centro Dia para Idosos</b> (Rua Bom Pastor, 1273 - Ipiranga, São Paulo - SP, CEP 04203-051)	14h -15h	RODA DE CONVERSA: Envelhecer é bom? Os tabus e desafios da maturidade - Denise Ribeiro
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	14h30 - 15h45	ATIVIDADE FÍSICA: Dança Senior na USP60+
<b>Museu das Culturas Indígenas***</b> (Rua Dona Germaine Burchard, 451, Água Branca, São Paulo - SP - CEP 05002-060)	15h - 17h	AÇÃO CULTURAL: Acolhimento e roda de conversa para público idoso, conduzidos pelos Mestres dos Saberes - educadores indígenas do Museu.
<b>Residencial Lar da Lili</b> (Av. Dom Pedro I, nº 727 - Vila Monumento, São Paulo - SP, CEP 01552-001)	16h - 18h	AÇÃO SAÚDE: SPA das mãos e Massagem facial em idosos em ILPIS - Instituto Nessi
<b>EACH-USP</b> (Rua Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, São Paulo - SP, CEP 03828-000)	19h - 20h45	PALESTRA: Pesquisa em Ciência Ambiental - Helene Mariko Ueno
<b>Museu da Imigração***</b> (R. Visc. de Parnaíba, 1316 - Mooca, São Paulo - SP, CEP 03164-300)	Todo o período	AÇÃO CULTURAL: História familiar em cartão-postal

\*\*\*Todas as atividades são gratuitas; no caso dos museus, consulte a política de meia-entrada e gratuidade de cada instituição, mas a participação nas atividades da Virada é livre.

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>Museu do Futebol***</b> (Praça Charles Miller, s/n - Pacaembu, São Paulo - SP, CEP 01234-010)	11h -12h	OFICINA: Jogo Super Técnico
<b>SENAC Santo Amaro</b> (Av. Eng. Eusébio Stevaux, 823 - Santo Amaro, São Paulo - SP, CEP 04696-000)	9h - 11h	AÇÃO SAÚDE: Drenagem Linfática Facial - André Nessi
<b>Museu da Imigração***</b> (R. Visc. de Parnaíba, 1316 - Mooca, São Paulo - SP, CEP 03164-300)	9h -11h	OFICINA: Resgatando nossa origem: O mistério por trás dos sobrenomes - Marília Sanches e Eliza Ota
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Auditório)	9h	PALESTRA: Nutrição: Os perigos escondidos nos alimentos processados. O vilão silencioso da sua saúde. -Harriet White
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Sala de Terapia Ocupacional 1º andar)	9h	OFICINA: Origami - Sandra Nonaka
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Sala de Educação Física)	9h	OFICINA: Fuxico - João Paulo Almeida
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Sala de Eventos)	10h	PALESTRA: Sentido da vida na velhice e sua relação com a dor existencial - Daniela Bernardes
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Auditório)	10h	PALESTRA: Nutrição: Os perigos escondidos nos alimentos processados. O vilão silencioso da sua saúde. -Harriet White

\*\*\*Todas as atividades são gratuitas; no caso dos museus, consulte a política de meia-entrada e gratuidade de cada instituição, mas a participação nas atividades da Virada é livre.

LOCAL	HORÁRIO	ATIVIDADE
<b>Museu Catavento***</b> (Avenida Mercúrio, Parque Dom Pedro II, s/n, São Paulo, CEP 03003-060)	10h - 12h	AÇÃO CULTURAL: Catavento MaturAção - visita guiada com atividade lúdica, socialização para autoestima e qualidade de vida - Lalê Cardoso
<b>AME Idoso Oeste</b> (Rua Roma, 466 - Lapa, São Paulo - SP, CEP 05050-090 - Sala de Eventos)	11h	OFICINA: Aula Aberta de Teatro - Celso Cardoso
<b>MIS Experience***</b> (Rua Cenno Sbrighi, 250, Água Branca, São Paulo - SP, 05036-050)	14h às 16h	AÇÃO CULTURAL: Serigrafia na Vila do Chaves: visita à exposição com oficina - Francine Raquel Sanches Fernandes
<b>Parque da Água Branca</b> (Av. Francisco Matarazzo, 455 - Água Branca - São Paulo SP, CEP 05001-900)	13h - 17h	Baile do Instituto Núcleo da Melhor Idade – Estação Vida Baile da Água Branca com bolero, forró, valsa, chachacha, samba e anos 60, 70 e 80
<b>Museu do Futebol***</b> (Praça Charles Miller, s/n - Pacaembu, São Paulo - SP, 01234-010)	14h	AÇÃO CULTURAL: Jogo Escala a sua Seleção - monte sua seleção dos sonhos com ídolos e personalidades brasileiras - Ellen Nicolau
<b>Museu do Futebol - AUDITÓRIO</b> (Praça Charles Miller, s/n - Pacaembu, São Paulo - SP, 01234-010)	14h - 17h	APRESENTAÇÃO ARTÍSTICA: A tradicional Mostra de Talentos vai surpreender em 2024 e celebrará o evento com encerramento com chave de ouro.
<b>Museu do Futebol - AUDITÓRIO</b> (Praça Charles Miller, s/n - Pacaembu, São Paulo - SP, 01234-010)	17h	Encerramento
<b>Museu da Imigração***</b> (R. Visc. de Parnaíba, 1316 - Mooca, São Paulo - SP, CEP 03164-300)	Todo o período	AÇÃO CULTURAL: História familiar em cartão-postal

\*\*\*Todas as atividades são gratuitas; no caso dos museus, consulte a política de meia-entrada e gratuidade de cada instituição, mas a participação nas atividades da Virada é livre.