

## Terceira Idade de São Caetano encanta público com espetáculo de dança Volta ao Mundo

---

Redação



Os sete CISEs (Centros Integrados de Saúde e Educação) da Terceira Idade de São Caetano do Sul realizaram, nesta terça-feira, o tradicional espetáculo de dança de fim de ano, reunindo os alunos em uma apresentação emocionante e repleta de cultura. Com o tema Volta ao Mundo, os participantes levaram ao palco coreografias inspiradas em diferentes países, celebrando ritmos, trajes típicos e histórias que conectam povos e tradições.

O Teatro Paulo Machado de Carvalho ficou lotado para receber os 400 alunos que brilharam no palco, demonstrando dedicação, energia e alegria em cada movimento. As apresentações passaram por países como Brasil, Espanha, Grécia, entre outros, com figurinos a caráter e músicas que transportaram o público para diversas culturas.

Além do espetáculo, o evento reforçou a importância da dança como ferramenta de promoção da saúde e bem-estar na terceira idade. A prática contribui para o fortalecimento muscular, melhora da coordenação motora, equilíbrio, memória e socialização, que são fatores fundamentais para uma vida ativa e saudável.

A aluna Rosmari Sakamoto descreveu a emoção de participar. “Nunca imaginei me apresentar para um público tão grande. Quando as luzes acenderam e vi o teatro cheio, meu coração acelerou. Foi lindo e emocionante. A dança me devolve vitalidade, me faz sentir viva e capaz. Esse dia vai ficar marcado para sempre”, comentou.

O espetáculo Volta ao Mundo foi ensaiado pelos alunos durante o semestre e a dança está na programação dos CISEs com o intuito de ser uma das atividades que estimulam corpo, mente e integração social, valorizando o envelhecimento ativo e celebrando o talento dos idosos de São Caetano do Sul.

<https://jornalabc.com.br/terceira-idade-de-sao-caetano-encanta-publico-com-espetaculo-de-danca-volta-ao-mundo/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Jornal ABC

**Seção:** São Caetano