

DICAS DE FÉRIAS

Passeios culturais

Passeios divertidos

Teatro

Cinema

Parques

Brincadeiras

Ser criança é natural

Encontro com amigos

Sesc

Diário de Bordo

MUSEU DA IMAGINAÇÃO



Um espaço feito para as crianças explorarem o mundo com curiosidade e liberdade. No Museu da Imagemação, a criatividade ganha forma, som, cor e movimento.

O que você vai encontrar:

- Oficinas Criativas: construir brinquedos, brincar e criar histórias com diferentes materiais;
- Espaços Interativos: brinquedos gigantes, luzes, cores e texturas para explorar;
- Contação de Histórias: sábados às 15h, com personagens e muita fantasia;
- Circuitos Sensoriais: labirintos, sons suaves e objetos para tocar e descobrir com o corpo todo.



Rua Ricardo Cavatton, 251 – Lapa, São Paulo – SP



Terça a sexta: das 9h às 17h
Sábados e domingos (e feriados): das 9h às 18h

PINACOTECA DE SÃO PAULO



Realizada em parceria com a Haus der Kunst (Alemanha), a mostra convida os pequenos a tocar, brincar, desenhar no chão, montar instalações e participar ativamente da arte

- **Caixa de Areia:** Um espaço de brincadeira livre focado na primeira infância (15 meses a 5 anos).
- **Piscina de blocos de montar:** Uma obra com grandes blocos onde as crianças podem desmontar e montar estruturas à vontade.
- Paredes e chão para desenho: Espaço para intervenção livre com giz e tintas adaptadas.
- **Meia tonelada de Lego:** Instalação do artista Olafur Eliasson onde o público cria construções coletivamente



Edifício Pina Contemporânea (Grande Galeria) - Avenida Tiradentes, 273, Luz, São Paulo



Fica em cartaz até 18 de outubro de 2026, de quarta a segunda, das 10h às 18h (fechado às terças).

MUSEU DAS INVENÇÕES - INVENTOLÂNDIA

Descobrir que tudo foi inventado um dia é como dizer a uma criança: você também pode criar! Um espaço cheio de curiosidades, experiências e objetos criativos para explorar ciência, tecnologia e imaginação.



O que você vai encontrar:

- Mais de 300 invenções brasileiras — algumas estranhas, outras geniais, todas curiosas!
- Tocar nos objetos, experimentar mecanismos e descobrir como ideias se transformam em soluções;
- Brincar em estações interativas que mostram como nascem as invenções;
- Ouvir histórias cheias de curiosidades e descobertas nas visitas guiadas.



Segunda a sexta-feira: das 10h às 17h
Sábados, domingos e feriados: fechado



Rua Dr. Homem de Melo, 1109 – Bairro Perdizes.

FAROL SANTANDER

Exposição “Portais, por Nina Pandolfo

Uma exposição que convida crianças e adultos a atravessarem um universo de imaginação, cores e encantamento. Entre personagens delicados, elementos da natureza e cenários imersivos, cada espaço revela novas possibilidades de olhar, sonhar e explorar. As obras de Nina Pandolfo transformam o percurso em uma experiência sensorial, onde a arte se mistura à fantasia e desperta a curiosidade de visitantes de todas as idades.



Farol Santander – Rua João Bricola, 24 – Centro, São Paulo.



Terça a domingo, das 9h às 20h

CCBB - CENTRO CULTURAL BANCO DO BRASIL

O CCBB se transforma em espaço dedicado a primeira infância: seis espetáculos teatrais, cinema, oficinas e uma exposição sensorial, sempre com linguagem para crianças de 1 a 6 anos.

O que você vai encontrar:

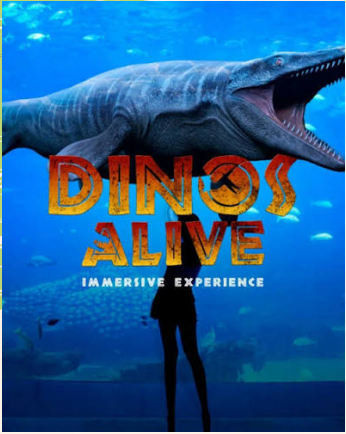
- Teatro “O Barquinho Amarelo” – sombra, canto e delicadeza (sábados, 11h);
- Espetáculo “Bebê e o Boi Babau” – bonecos e poesia popular (quinta a domingo, 15h);
- “Mergulho” – projeções digitais com interação (sábados, 17h);
- “Caixa Ninho” – brincar com caixas e imaginação (domingos, 11h);
- “PôIEMA” – poesia e imagem para os pequenos (domingos, 17h);
- Oficinas criativas – construção de bonecos, exploração de formas e movimento (sábados e domingos, 13h30).



R. Álvares Penteado, 112 - Centro Histórico de São Paulo, São Paulo.



 Fechado às terças-feiras



DINOS ALIVE - EXPERIÊNCIA IMERSIVA

Mais de 40 replicas animadas de dinossauros em tamanho real (T-Rex, Velociraptors e outros), além de um aquário virtual jurássico. Percurso livre, sem mediação obrigatória.



Parque Ibirapuera - Av. Pedro Álvares Cabral, s/n - Vila Mariana



De segunda a sexta das 14 às 22; sábado e domingo das 09h às 22h



PARQUE DA MÔNICA

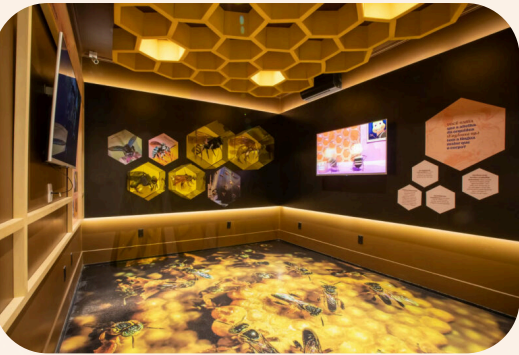
O maior parque coberto da America Latina, com brinquedos tematicos da Turma da Monica, monitores treinados e estrutura pensada para familias com crianças pequenas -- ótimo programa de dia de chuva.



10h30 às 16h durante dias úteis e 11h00 às 18h aos finais de semana.



Av. das Nações Unidas, 22.540 - Jurubatuba, São Paulo - SP (Shopping SP Market).



PLANETA INSETO

O Planeta Inseto é a única exposição do Brasil totalmente dedicada ao mundo.

O que você vai encontrar:

- **Colmeias** vivas com abelhas em plena atividade;
- **Insetos gigantes** em modelos ampliados para tocar e brincar;
- **Túneis sensoriais** e jogos interativos sobre formigas, joaninhas, borboletas e baratinhas;
- **Vitrines vivas** com insetos que se movem, comem e vivem ali mesmo.



Av. Dr. Dante Pazzanese, 64 – Vila Mariana



Terça a domingo, das 9h às 16h.



INSTITUTO BUTANTAN

O Instituto Butantan é mais do que um centro de pesquisa: é um espaço amplo, arborizado, cheio de caminhos tranquilos e museus interativos. Ideal para um passeio calmo, educativo e surpreendente com crianças pequenas.

O que ver e viver:

- **Museu Biológico** – com animais vivos como serpentes, lagartos, aranhas e sapos, todos em ambientes seguros e iluminados para observação;
- **Museu de Microbiologia** – com jogos, imagens ampliadas e um túnel sensorial que encanta até os pequenos;
- **Museu Histórico** – com peças antigas, objetos científicos e curiosidades sobre a história da ciência;
- **Serpentário e Réptilário ao ar livre** – para ver de perto cobras e tartarugas em recintos bem cuidados;
- **Espaços com sombra e natureza** – perfeitos para uma pausa com lanche ou para brincar na grama.



Av. Vital Brasil, 1500 – Butantã, SP.



Todos os dias: das 7h às 17h



JARDIM BOTÂNICO

Um refúgio de natureza no meio da cidade!

O que fazer por lá com as crianças?



Fazer piquenique nos gramados arborizados.



Caminhar entre as palmeiras imperiais.



Visitar o Bromeliário e o Orquidário.



Ver os lagos com vitórias-régias.



Explorar o túnel de bambu.



Avenida Miguel Estéfano, 3031 – Água Funda, São Paulo – SP



Terça a domingo, das 9h às 17h.

Passeios culturais

Passeios divertidos

Teatro



Cinema

Parques

Brincadeiras

Ser criança é natural

Encontro com amigos

Sesc

Diário de Bordo

FESTIVAL DE FÉRIAS DO TEATRO UOL

Passeios culturais

Passeios divertidos

Teatro

Cinema

Parques

Brincadeiras

Ser criança é natural

Encontro com amigos

Sesc

Diário de Bordo



ESCOLA DE MAGIA
SHOW DE MÁGICA
Sáb. e Dom.,
às 14h30

Espetáculo imersivo que mistura teatro e ilusionismo. As crianças se tornam protagonistas e "aprendem magia" ao vivo no palco.



**OS TRÊS
PORQUINHOS**
Qua., às 16h

Releitura interativa e moderna do clássico infantil, com classificação livre.



O REI LEÃO
Sáb. e Dom.,
às 16h

Com o Teatro de Panela: a história de um menino colorido que nasce em um mundo preto e branco, onde todos são iguais



**O MENINO
MALUQUINHO**
Seg., às 16h

É a linda trajetória de Simba. Jovem leão que nasce destinado a ocupar o trono, mas precisa fugir de seu reino depois de ser vítima de uma perda devastadora.



Minions e Monstros
Os Minions se unem para salvar o dia após libertarem monstros em um mundo que não suspeita de nada.



Toy Story 5

Os brinquedos estão de volta em Toy Story 5, da Disney e Pixar e, desta vez, eles conhecerão a tecnologia. Woody, Buzz Lightyear, Jessie e o restante da turma veem sua missão de brincar ameaçada quando se deparam com Lilypad, um tablet que chega com ideias inovadoras e disruptivas sobre o que é melhor para sua criança, Bonnie. Com a tecnologia transformando a forma de brincar, os brinquedos precisarão encarar uma nova realidade. Será que tudo voltará a ser como antes?



Moana

Moana segue a corajosa jovem polinésia que atende ao chamado do oceano. Para salvar o futuro de seu povo e reverter um desequilíbrio na natureza, ela parte em uma jornada épica. Pelo caminho, ela encontra o semideus Maui e juntos navegam por águas perigosas para restaurar o coração místico da deusa Te Fiti.

PARQUE DA INDEPENDÊNCIA

Avenida Nazaré, s/n – Ipiranga, São Paulo, SP, 04263-200

Dicas do que fazer:

- Olhar as nuvens e dizer com o que se parecem;
- Procurar dentes de leão e fazer pedidos;
- Observar as teias de aranhas;
- Abraçar uma árvore.

CLUBE RECREATIVO CERET



Rua Canuto Abreu, s/n – Jardim Anália Franco, São Paulo – SP, 03336-060

Dicas do que fazer:

- Construir casa de insetos;
- Ler um livro embaixo de uma árvore;
- Encher um cesto com gravetos, folhas, fores e pedras, para depois brincar com esses elementos;
- Coletar lixos que estão na natureza.

PARQUE VILLA-LOBOS



Av. Professor Fonseca Rodrigues, 1365 – Alto de Pinheiros, São Paulo – SP, 05461-010

Dicas do que fazer:

- Observar insetos;
 - Fazer um piquenique;
 - Construir pontes com pedras, gravetos, folhas, sementes;
 - Desenhar figuras na terra, areia, ou no pó que se formam nas superfícies.
- ATENÇÃO:** Até 6 de julho, a Decolar realiza um evento gratuito para incentivar o sonho de viajar ao Walt Disney World Resort, na Flórida. Com atividades e interativas, a proposta é tornar o planejamento das férias mais divertido e inesquecível.

PARQUE DO CARMO



Avenida Afonso de Sampaio e Sousa, 951 – Itaquera, São Paulo – SP

Dicas do que fazer:

- Escorregar em um morro de grama ou areia;
- Pintar usando tons variados de terra;
- Pular em poças de água;
- Pular em um morro de folhas.

CONFIRA TAMBÉM OUTROS PARQUES INCRÍVEIS PARA VISITAR:

Parque Ecológico do Tietê

Rodovia Parque, 8055 – Vila Santo Henrique, São Paulo - SP

Parque Estadual Cantareira - Núcleo Pedra Grande

Rua do Horto, 1799 - Horto Florestal, São Paulo - SP

Parque da Água Branca (Parque Dr. Fernando Costa)

Av. Francisco Matarazzo, 455 - Água Branca, São Paulo

Parque Burle Marx

Av. Dona Helena Pereira de Moraes, 200 - Vila Andrade, São Paulo - SP

Parque Estadual Jaraguá

Rua Antônio Cardoso Nogueira, 539 - Vila Chica Luisa, São Paulo - SP

Parque Tenente Siqueira Campos – Trianon

Rua Peixoto Gomide, 949 - Cerqueira César, São Paulo

Parque Estadual Alberto Löfgren - Horto Florestal

Rua do Horto, 931 – Horto Florestal, São Paulo

Parque Alfredo Volpi

Rua Engenheiro Oscar Americano, 480 - Morumbi, São Paulo – SP

Parque Aclimação

Rua Muniz de Sousa, 1.119 - Aclimação, São Paulo - SP

Parque Prefeito Mário Covas

Avenida Paulista, 1853 - Bela Vista, São Paulo - SP

Parque Ecológico Guarapiranga

Estrada da Riviera, 3286 - Riviera Paulista, São Paulo - SP

Parque Ecológico Chico Mendes

Rua Cembira, 1201 - Vila Nova Curuca, São Paulo - SP



Passeios culturais

Passeios divertidos

Teatro

Cinema

Parques

Brincadeiras

Ser criança é natural

Encontro com amigos

Sesc

Diário de Bordo

ÁRVORE GENEALÓGICA

Rever as origens é ótimo para lembrar sua história. Faça uma árvore genealógica com nomes, fotos, figuras, desenhos e não esqueça de contar histórias e pedir ajuda dos mais velhos na família.



POTE DE BRINCADEIRAS

Você pode fazer uma lista de brincadeiras e atividades, como pintar, desenhar, jogar um jogo específico (memória, quebra-cabeça, etc), ler um livro e assim por diante. Conte com a ajuda das crianças na elaboração da lista, pedindo para elas citarem as brincadeiras favoritas.

Quando já tiver várias sugestões, recorte a lista em papéis menores e dobre. Coloque tudo em um pote, que será o pote da brincadeira. Assim, quando as crianças não souberem o que fazer você pode sugerir que elas tirem um papel com uma ideia, em uma espécie de sorteio.

DESMANCHE UM VELHO EQUIPAMENTO ELETRÔNICO

Sabe aquele computador velho e quebrado que ficou na estante e não tem mais uso? Ou aquele aparelho de fita cassete dos anos noventa? Que tal deixar a curiosidade correr solta e permitir que as crianças desmanchem e vejam como eles funcionavam e como são seus componentes? Só não esqueça de avisar que eles não podem fazer isso com todos os eletrodomésticos da casa!



FEIRA DO LIVRO

Pode ser no condomínio, na vizinhança, com os colegas de escola ou em família.

Cada um leva um ou mais livros que possa trocar e a festa está garantida! Não se esqueça de incluir uma de troca de gibis.



ACAMPE DENTRO DE CASA

Cabanas de lençol, contar histórias iluminadas só por lanternas e o que mais vier à mente.



OBSERVE AS ESTRELAS

Pode ser difícil nas grandes cidades, mas na praia ou em cidades menores, é viável.

Além disso, visitas a planetários e observatórios são um programa bem interessante.



DÊ UM BANHO NOS BRINQUEDOS

Além de deixar os brinquedos (e ursinhos) mais limpos, a brincadeira ajuda a criar um senso de responsabilidade, pelos objetos.



PREPARE UM DESFILE DE MODA

Com as criações próprias ou com combinações do guarda-roupa (da criança ou dos pais), a graça é fazer um evento e pensar em tudo. Local, decoração, figurinos, modelos, trilha sonora, maquiagem e penteado.



COZINHE

Atividade trivial para os adultos, só o fato de poder ajudar na tarefa já o torna especial. Uma dica é pensar em refeições temáticas como o dia do sanduíche, da pizza, das saladas, das frutas. Pais que trabalham podem pedir para que os filhos separem os ingredientes durante o dia, a fim de gerar expectativa em relação ao evento.

FAÇA UMA PISTA DE OBSTÁCULOS DENTRO DE CASA (OU NO QUINTAL)



Atravessar por debaixo da mesa, ir sentando nas cadeiras enfileiradas sem tocar os pés no chão, pular uma montanha de almofadas e ter que desviar do caminho repleto de panelas sem encostar em nenhuma. Vale montar o circuito que puder imaginar em uma competição de tempo cronometrado.

ESCREVA UMA CARTA (E ENVIE PELO CORREIO)

Hoje em dia quase ninguém escreve cartas, mas que tal lembrar os velhos tempos e sair com a missão de escrever e enviar uma carta para uma pessoa querida? Pode até ser da mesma cidade.



Passeios culturais

Passeios divertidos

Teatro

Cinema

Parques

Brincadeiras

Ser criança é natural

Encontro com amigos

Sesc

Diário de Bordo



O programa Ser Criança é Natural surgiu em 2013, inspirado pelas pesquisas e vivências de Ana Carol Thomé. Desde então, atua em duas frentes complementares, família e educação, promovendo experiências significativas para as crianças e oferecendo formações que inspiram e transformam a prática dos adultos.

VOCÊ SABIA?

SEGUEM ALGUMAS SUGESTÕES:



www.sercriancaenatural.com

Passeios culturais

Passeios divertidos

Teatro

Cinema

Parques

Brincadeiras

Ser criança é natural

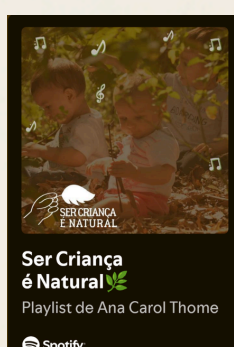
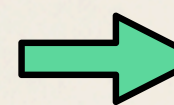
Encontro com amigos

Sesc

Diário de Bordo



Saiba mais em:



Enquanto se divertem, aproveitem uma boa música relaxante.



@sercriancaenatural

Proben
PROJETO BENEDICTUS
EDUCAÇÃO INFANTIL BILÍNGUE

Dola A

Ter momentos com os amigos fora do ambiente escolar é muito saudável e prazeroso.

Vejam algumas sugestões:

1 – PIQUENIQUE NO PARQUE

O que levar?

Uma toalha bem linda para forrar na grama, frutas, carboidrato, proteínas... É importante priorizar os alimentos leves, porque as crianças vão brincar e correr. Não se esqueçam do protetor solar (para reduzir os raios UVA e UVB) e de levar água para manter o corpo hidratado.

2 – BRINCADEIRAS EM CASA

Chá da tarde de bonecas

Separem as bonecas especiais, o kit de cozinha e deixem que essa brincadeira simbólica tome conta da imaginação das pequenas.

Pista de carrinhos / corrida

Organizem uma pista de carrinhos na sala ou no quarto. Se as crianças não têm esse brinquedo, vocês podem improvisar utilizando alguns materiais, como fita crepe ou caixa de papelão.

3 – CONDOMÍNIO

Explore os espaços divertidos que o condomínio oferece, tais como: playground, brinquedoteca, área verde, entre outros.

4 – TARDE DE CINEMA COM PIPOCA

Para dias chuvosos e frios, um cineminha em casa com pipoca vai bem!

Selecione três opções de filmes e deixem que as crianças escolham.

DICAS:

- Envolvam os pequenos na organização prévia, permitam que separem os objetos necessários e organizem os ambientes que utilizarão;
- Deixem que as crianças façam o convite, por meio de um áudio no WhatsApp, ou um bilhetinho escrito com a orientação de um adulto, vejam o exemplo:

QUERIDO JOÃO!

QUER ASSISTIR UM FILME NA MINHA CASA?

DIA 07/07 ÀS 15h.

SERÁ MUITO DIVERTIDO!

COM CARINHO,
MARIA

- Aproveitem o tempo de qualidade, se divirtam, tirem muitas fotos e marquem o nosso perfil do Instagram **@escolaproben**.

Passeios culturais

Passeios divertidos

Teatro

Cinema

Parques

Brincadeiras

Ser criança é natural

Encontro com amigos

Sesc

Diário de Bordo

📍 Sesc Avenida Paulista

Endereço: Av. Paulista, 119 – Bela Vista, São Paulo/SP, CEP 01311-903
Telefone: (11)3170-0800

E-mail: email@avenidapaulista.sescsp.org.br

Horário: Ter a sex, das 9h às 21h

📍 Sesc 24 de Maio

Endereço: Rua Dom José de Barros, 178 (esquina com a Rua 24 de Maio)
– Centro, São Paulo/SP, CEP 01038-000

Telefone: (11)3224-8638

Horário: Seg a sex, das 12h às 18h

📍 Sesc Carmo

Endereço: Rua do Carmo, 147 – Centro, São Paulo/SP, CEP 01019-020

Telefone: (11)3111-7000

Horário: Seg a sex, das 9h às 20h

📍 CineSesc (Rua Augusta)

Endereço: Rua Augusta, 2075 – Cerqueira César, São Paulo/SP, CEP 01413-000

Telefone: (11)3087-0500

Horário: Todos os dias, inclusive feriados, das 14h às 22h

📍 Sesc Consolação

Endereço: Rua Dr. Vila Nova, 245 – Vila Buarque, São Paulo/SP, CEP 01222-020

Telefone: (11)3234-3000

Horário: Seg a sex, das 7h às 22h; sáb, dom e feriados, das 9h às 18h

📍 Sesc Interlagos

Endereço: Av. Manuel Alves Soares, 1100 – Parque Colonial, São Paulo/SP, CEP 04821-270

Telefone: (11)5662-9500

Horário: Qua a dom e feriados, das 8h30 às 17h

📍 Sesc Ipiranga

Endereço: Rua Bom Pastor, 822 – Ipiranga, São Paulo/SP, CEP 04203-000

Telefone: (11)3340-2000

Horário: Ter a sex, das 10h às 21h; sáb, dom e feriados, das 9h às 17h

📍 Sesc Pinheiros

Endereço: Rua Paes Leme, 195 – Pinheiros, São Paulo/SP, CEP 05424-150

Telefone: (11)3095-9400

Horário: Ter a sex, das 10h às 21h; sáb, dom e feriados, das 10h às 18h

📍 Sesc Pompeia

Endereço: Rua Clélia, 93 – Pompéia, São Paulo/SP, CEP 05042-000

Telefone: (11)3871-7700

Horário: Ter a sáb, das 9h às 22h; dom e feriados, das 9h às 20h

📍 Sesc Vila Mariana

Endereço: Rua Pelotas, 141 – Vila Mariana, São Paulo/SP, CEP 04012-000

Telefone: (11)5080-3000

Horário: Ter a sex, das 7h às 21h30; sáb, dom e feriados, das 10h às 18h30

Sesc Belenzinho

Endereço: Rua Padre Adelino, 1.000 – Belenzinho, São Paulo/SP, CEP 03303-000

Telefone: (11)2076-9700

Horário: Terça a sábado, 9h – 21h; domingos e feriados, 9h – 18h

WhatsApp: grupo público via wa.me/5511950688957

📍 Sesc Itaquera

Endereço: Av. Fernando Espírito Santo Alves de Mattos, 1000 – Itaquera, São Paulo/SP, CEP 08265-045

Telefone: (11)2523-9200

Horário: Quarta a domingo, 9h – 17h

📍 Sesc Guarulhos

Endereço: Rua Guilherme Lino dos Santos, 1.200 – Jardim Flor do Campo, Guarulhos/SP

📍 Sesc Santo André

Endereço: Rua Tamarutaca, 302 – Vila Guiomar, Santo André/SP

Telefone: (11)4469-1200

Horário: Ter a sex, 10h – 22h; sáb/dom/feriados, 10h – 19h

📍 Sesc São Caetano

Endereço: Rua Piauí, 554 – Santa Paula, São Caetano do Sul/SP

Horário: Seg a sext, 7h – 21h; sáb, 9h – 17h30

Dizem que uma viagem ou experiências de férias se dividem em três etapas: planejar, vivenciar e relembrar.

As férias nem sempre precisam ter uma viagem planejada, mas você e sua família podem registrar os momentos marcantes e divertidos dessa jornada mesmo assim!

Vale um fim de semana na casa dos avós, um dia inteiro brincando com um(a) colega ou uma longa viagem cheia de recordações.

Quando as férias chegarem ao fim, vai bater aquela saudade e você terá vontade de voltar e reviver tudo. A solução então é pedir a ajuda de um adulto para criar um diário de bordo!

Criando um diário de bordo

- Tenha um caderno ou bloquinho de anotações que você encontra em papelarias. Dê preferência aos que têm páginas em branco; assim, você poderá fazer colagens ou desenhos sem comprometer o visual interno.
- O que colocar no caderninho? A ideia é imprimir e colar imagens do destino ou do passeio, anotando suas impressões sobre o lugar. Propagandas de hotéis, ingressos e atrações também são detalhes interessantes para incluir. Até mesmo desenhos de observação e palavras coloridas sobre o que achou mais interessante podem ser acrescentados.
- Não se esqueça: leve com você um estojo com lápis, canetinhas, adesivos, cola e tesoura. Você irá precisar!

Outra forma de registrar suas preferências é por meio de fotos (que podem ser impressas no computador) com legendas. Você pode dar um nome especial a um determinado lugar, passeio ou momento de que mais gostou, escrevendo em filipetas de papel e colando-as embaixo ou ao lado das imagens.

- Se for fazer um passeio, pesquise o roteiro. O que vai ter lá? Quem você irá encontrar? O que poderá fazer para se divertir? O que você comeu? (Cole a embalagem.)
- Será que você consegue fazer um mapa dessa aventura? Ele pode ser em forma de trilha, caracol ou espaços. Dê um nome para cada um desses locais e, claro, peça ajuda para fazer a escrita.

Onde quer que seja...

DIVIRTA-SE AO MÁXIMO!

Pule, corra, brinque, dê risadas, experimente novos sabores, fique junto de sua família, tente ler e nomear coisas engraçadas e fazer descobertas. Tudo isso será ainda mais interessante se você puder recordar os detalhes e as experiências vividas com a ajuda do seu diário. Vamos compartilhar e dar muitas risadas juntos!



BOAS FÉRIAS!