



Express' ARTE

BEM ME QUER

13 junho 2025 • 21h30
Parque Urbano de Ermesinde

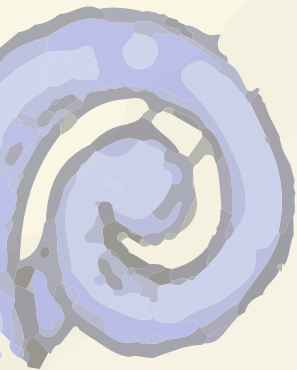
Bem Me Quer

“Bem Me Quer” é um espaço onde os sonhos vivem em comunhão com a arte, a culinária, o yoga e a limpeza.

Um grupo de jovens reúne-se para descobrir o que realmente os motiva no mundo em que vivem.

Em “Bem Me Quer” cada um carrega a sua paixão. Entre encontros, conflitos e descobertas, aprendem que gostar de si próprio é tão importante como gostar do que se faz.

Com humor, poesia e identidade, o nosso “Bem Me Quer” convida o público a refletir sobre afeto, autocuidado e o poder de escolher quem se quer ser.



Coordenação e direção artística

Hugo Sousa | Cabeças no Ar e Pés na Terra

Coordenação Express'ARTE

Eva Cunha Dias | Município Valongo

Hermínia Silva | Escola Básica D. António Ferreira Gomes

Formadores/as

Artes Circences

André Freitas; Patrícia Gomes | Cabeças no Ar e Pés na Terra

Música

Arnaldo Costa; Bruno Silva; Jéssica Peixoto; Manuel Alves;

Soraia Martins | Grupetto

Teatro

Ana Rita Pinto; Diogo Ferreira; Raquel Monteiro | Cabeças no Ar e Pés na Terra