



Home: » Cultura » Almanaque Cariquice: 9ª Edição Promove Lazer e Bem-Estar no Rio de Janeiro

CULTURA

## Almanaque Cariquice: 9ª Edição Promove Lazer e Bem-Estar no Rio de Janeiro

27/03/2026



### Um Roteiro de Lazer e Cultura no Rio

A nona edição do Almanaque Cariquice será lançada em 2026, trazendo uma proposta inovadora focada no bem-estar e na valorização do espaço urbano carioca. A iniciativa é fruto de uma parceria entre a Insight Comunicação e o Instituto Cultural Cravo Albin, com um roteiro desenvolvido para encorajar tanto os cariocas quanto os visitantes a explorarem a rica diversidade da cidade.

Além do almanaque, o projeto Cariquice se desdobra em uma série de atividades que prometem agitar o cenário cultural do Rio. São eventos ao ar livre, homenagens a ícones cariocas e uma presença marcante nas redes sociais. O propósito por trás dessas ações é evidenciar diferentes facetas do cotidiano carioca, promovendo qualidade de vida através de uma programação que valoriza a cultura, a conexão com a natureza, e o bem-estar físico e mental.

Entre as atrações principais desta edição, destacam-se aulas de spinning ao ar livre na Praia de Ipanema, além de bailes promovidos pelo Circuito Sesc RJ de Dança de Salão. A expansão de clubes de corrida pela cidade também é uma novidade, incentivando a prática de exercícios e um estilo de vida mais ativo, o que reflete uma crescente preocupação com a saúde da população.

Espaços culturais e iniciativas sociais também estão incluídos neste roteiro diversificado. Um bom exemplo é o Rio Charme Social, que acontece no Viaduto de Madureira, e a Cidade das Artes, localizada na Barra da Tijuca. Esses locais não apenas oferecem uma programação cultural rica, mas também servem como plataformas de conexão e interação entre os diferentes públicos da cidade, promovendo uma sensação de comunidade.

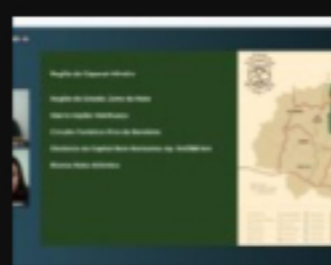
Portanto, o Almanaque Cariquice não se limita a ser apenas um guia de atividades, mas se propõe a ser uma celebração da vida carioca, um convite para vivenciar o melhor que o Rio de Janeiro tem a oferecer. As expectativas são altas e a comunidade aguarda ansiosamente por esse lançamento, que promete transformar a forma como os cariocas e turistas interagem com a cidade.

#### SOBRE NÓS

## O Diário do Rio

Um portal que mistura jornalismo tradicional com um toque moderno. Focado em registrar o dia a dia da cidade, cobre desde política e cultura até histórias curiosas e personagens locais. A proposta é ser uma "crônica digital" do que acontece na capital fluminense.

#### VEJA MAIS



**Aula Magna Marca Início do Curso de Gestão Sustentável do Turismo na UEMG**

23/04/2026



**Brenner Reflete sobre o Apoio da Torcida do Vasco em Seu Retorno ao Brasil**

23/04/2026

**Bell Marques Agita o Rio com Corrida-Show Inovadora**

23/04/2026