

Rio

Tia Surica e Teresa Cristina puxam lista de homenageados do Almanaque Cariquice 2026, com foco no bem-estar

Lançada nesta quinta-feira, publicação destaca roteiro de bem-estar com experiências pela cidade e amplia projeto com eventos ao ar livre e ações culturais abertas ao público

Por Extra — Rio de Janeiro

26/03/2026 04h30 · Atualizado há 3 semanas



Teresa Cristina e oito parceiros de peso assinam samba da escola de Niterói — Foto: Divulgação/Fernanda Garcia

Com foco em atividades ligadas ao bem-estar e homenagens a personagens e espaços tradicionais da cidade, o Almanaque Cariquice chega à edição de 2026 reunindo sugestões de lazer, cultura e práticas ao ar livre no Rio. Entre os homenageados da publicação, que será lançada nesta quinta-feira, em Copacabana, estão nomes como Tia Surica, Nelson Motta e Teresa Cristina, além de bares e iniciativas culturais que ajudam a contar a história da cidade.

Produzido pelo Instituto Cultural Cravo Albin (ICCA) em parceria com a Insight Comunicação, o almanaque chega a sua nona edição com a seguinte proposta: destacar como diferentes regiões do Rio oferecem experiências que combinam saúde, convivência e cultura. O roteiro reúne desde atividades físicas ao ar livre até eventos culturais e espaços voltados à alimentação saudável e à inovação.

— É uma publicação que, a cada edição, lança um olhar renovado sobre o Rio, quase sempre despercebido em sua multiplicidade. Desta vez, o almanaque traz um roteiro de experiências que estimulam corpo, mente, emoções e criam conexões, ao registrar lugares que reforçam a vocação do Rio como um espaço onde natureza, cuidado e criatividade se encontram — comenta o CEO da Insight, João Pedro Faro.

ALMANAQUE CARIQUICE #2026



Almanaque Cariquice 2026 destaca espaços de bem-estar no Rio — Foto: Divulgação

Entre os destaques estão iniciativas na orla, como o Beach Cycle, na Praia de Ipanema, que oferece aulas de spinning ao ar livre com vista para o mar. Pela cidade, clubes de corrida organizados em bairros como Lagoa e Aterro do Flamengo reúnem praticantes de diferentes níveis, enquanto as Academias da Terceira Idade (ATI), revitalizadas pela prefeitura, funcionam como opção gratuita para atividade física e convivência, especialmente entre idosos.

A dança também entra no circuito com iniciativas como o Circuito Sesc RJ de Dança de Salão, que promove bailes com música ao vivo em diferentes unidades, e o projeto Rio Charme Social, no Viaduto de Madureira, que oferece aulas gratuitas e encontros regulares. As ações ocupam espaços públicos e incentivam tanto o aprendizado quanto a socialização por meio da música e do movimento.

Na área cultural, equipamentos de grande porte seguem como pontos de encontro. A Cidade das Artes Bibi Ferreira, na Barra da Tijuca, por exemplo, reúne salas de concerto, teatro, cinema e exposições em uma programação contínua. Esses espaços ampliam o acesso a atividades culturais e concentram diferentes linguagens artísticas em um mesmo lugar.

A gastronomia aparece com casas como o Naturalie Bistrô, com cardápio vegetariano, e o Org Bistrô, que prioriza ingredientes orgânicos e locais. Já no campo da inovação, a Arena Gamer, primeiro centro público de games e e-sports do país, oferece estrutura com estúdio e área para competições, funcionando como espaço de formação e entretenimento para jovens.

O roteiro inclui ainda espaços voltados ao convívio entre tutores e animais de estimação, como a Acãodemia Carioca, iniciativa pública que oferece aulas de agility para cães com acompanhamento de profissionais. A proposta é estimular a atividade física dos animais e criar um ambiente de interação entre os frequentadores.

Os homenageados

A edição de 2026 reconhece trajetórias individuais e iniciativas que têm papel relevante na cultura e no cotidiano da cidade, sustentam os organizadores, reunindo nomes de diferentes áreas e espaços tradicionais frequentados por cariocas. **Veja a seguir** a lista completa:

- Tia Surica
- Nelson Motta
- Teresa Cristina
- Ancelmo Gois
- Aspásia Camargo
- Luiz Antonio Simas
- Kátia Barbosa
- Jorge Perlingeiro
- Monica Sinelli
- Ricardo Cravo Albin
- DJ Michell
- Bar da Laje
- Bar do Momo
- Beco do Rato
- Bode Cheiroso
- Confeitaria Manon
- Instituto de Pesquisa e Memória Pretos Novos
- Observatório de Favelas
- Pagode da Viela
- Parque Bondinho Pão de Açúcar

O Almanaque Cariquice 2026 é patrocinado pela Prefeitura do Rio, pela Secretaria Municipal de Cultura, pelo Banco Arbi e pela Clínica Joari por meio da Lei Municipal de Incentivo à Cultura. O conteúdo estará disponível no [site](#) da publicação.