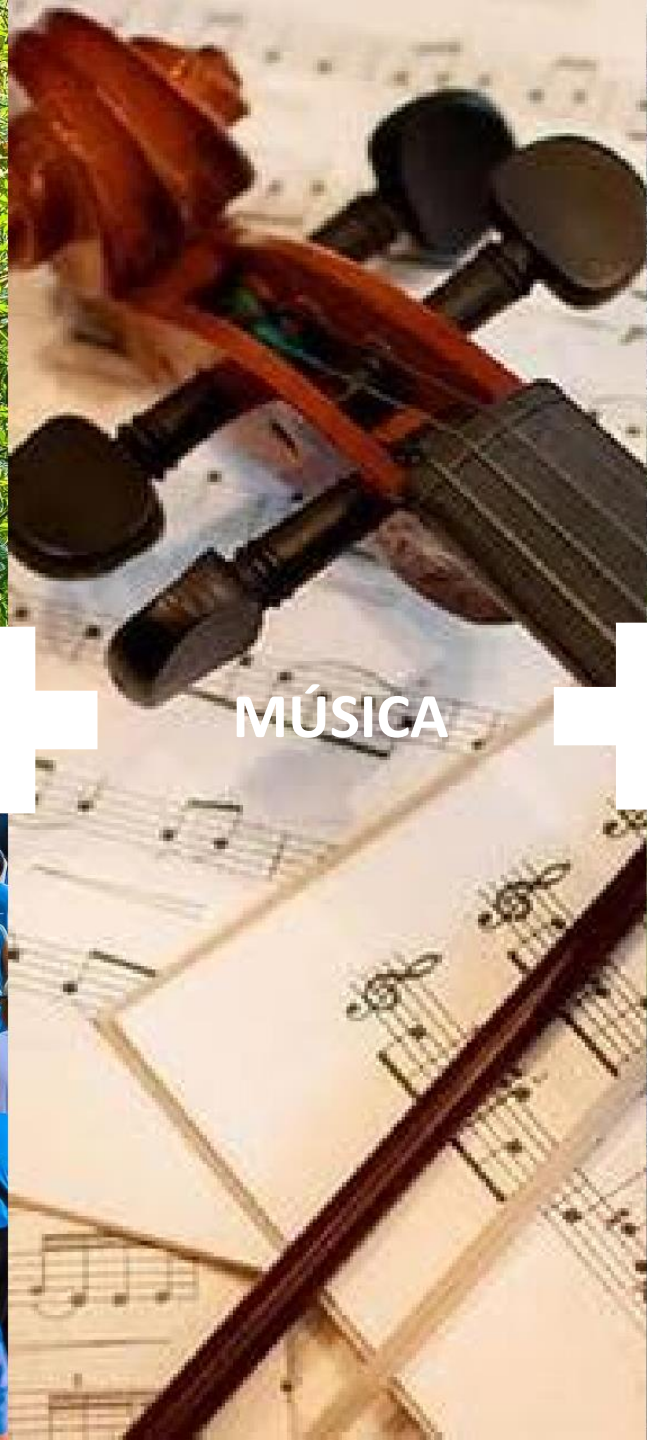




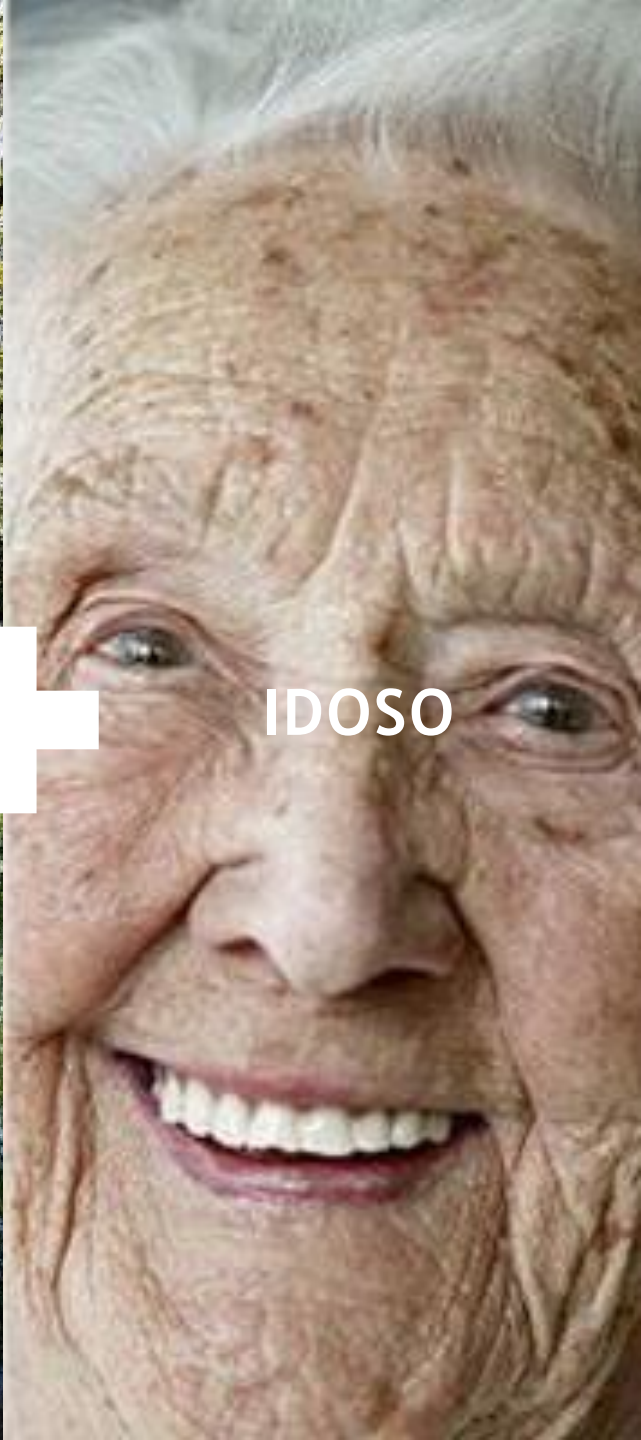
CAMINHADA



MÚSICA



PARQUE



IDOSO



# CAMINHADA MUSICAL

=

## CULTURA, LAZER E SAÚDE

O projeto é um convite ao público da terceira idade para uma manhã de caminhada, música e diversão em lindos parques das cidades de São Paulo e Rio de Janeiro



# UM CIRCUITO MUSICAL COM 3 EDIÇÕES!

Em cada edição da Caminhada Musical os participantes assistirão 4 concertos de música de câmara e enquanto caminham serão guiados por monitores artísticos que darão dicas sobre as apresentações musicais, instrumentos e estilo de música. O grupo também será acompanhado por monitores fisioterapeutas que conduzirão uma sessão de alongamento no ponto de partida e auxiliarão na caminhada e na segurança dos participantes.



2 EDIÇÕES EM SÃO PAULO/SP E  
1 EDIÇÃO NO RIO DE JANEIRO/RJ



*\* As datas e os Parques ainda serão escolhidos e negociados de acordo com as preferências do patrocinador.*

# OBJETIVOS

- ✓ Realizar 3 edições da Caminhada Musical para a Terceira Idade;
- ✓ Proporcionar atividade física e cultural destinada ao público idoso;
- ✓ Conscientizar a sociedade sobre a importância dos parques como espaços culturais e de lazer urbanos;
- ✓ Integrar atividades culturais com práticas saudáveis, promovendo o bem-estar físico e mental através da combinação de caminhadas e concertos musicais;
- ✓ Oferecer 4 concertos gratuitos de música de câmara em diferentes pontos do parque, abertos ao público frequentador do parque em cada edição;
- ✓ Disponibilizar 2 roteiros guiados, com monitores artísticos fornecendo informações sobre os concertos e monitores fisioterapeutas auxiliando na segurança e bem-estar dos participantes idosos em cada edição;
- ✓ Preparar um dos roteiros para também receber pessoas com deficiência auditiva e visual, com intérprete de libras, audiodescrição e uma experiência sensorial única através do toque e vibração dos instrumentos;
- ✓ Propor atividade cultural inclusiva, com 400 vagas disponíveis para o público idoso em cada edição;
- ✓ Organizar 3 rodas de conversa intitulada "Roda de conversa entre gerações: Fortalecendo Laços, Expressando Gratidão e Cuidando do Meio Ambiente", para alunos de escolas públicas em São Paulo e Rio de Janeiro, abordando temas como envelhecimento, a importância da terceira idade na sociedade, respeito e tolerância para com os idosos, o papel da preservação ambiental para as futuras gerações e da música como elemento unificador e memória compartilhada entre gerações.



# VISIBILIDADE

- ✓ Mídia Online;
- ✓ Rádio;
- ✓ Banners;
- ✓ Programas/Guia ;
- ✓ Camisetas ;
- ✓ Divulgação nas redes sociais;
- ✓ Site;
- ✓ Assessoria de imprensa
- ✓ Social Media;
- ✓ Clipping.



### ODS 3 - Saúde e bem-estar

Incentivar os participantes da Caminhada Musical a adotarem hábitos saudáveis como caminhar e a buscarem o bem estar frequentando mais atividades culturais.



### ODS 4 - Educação de qualidade

Na semana de cada edição, organizaremos uma roda de conversa para alunos de escolas públicas intitulada "Roda de conversa entre gerações: Fortalecendo Laços, Expressando Gratidão e Cuidando do Meio Ambiente", que abordará temas como envelhecimento, a importância da terceira idade na sociedade, respeito intergeracional e o papel da preservação ambiental e da memória musical para as futuras gerações. A Roda de Conversa terá a participação de um moderador, um facilitador 60+ e grupo musical.



### ODS 10 - Redução das desigualdades

Garantir atividade cultural gratuita para pessoas idosas e pessoas com deficiência auditiva e visual.



### ODS 13 - Ação contra a mudança global do clima

Conscientizar os participantes que a caminhada é um tipo de Mobilidade Ativa, uma opção para a mobilidade urbana que pode ser explorada em pequenos percursos como alternativa sustentável e não poluente.

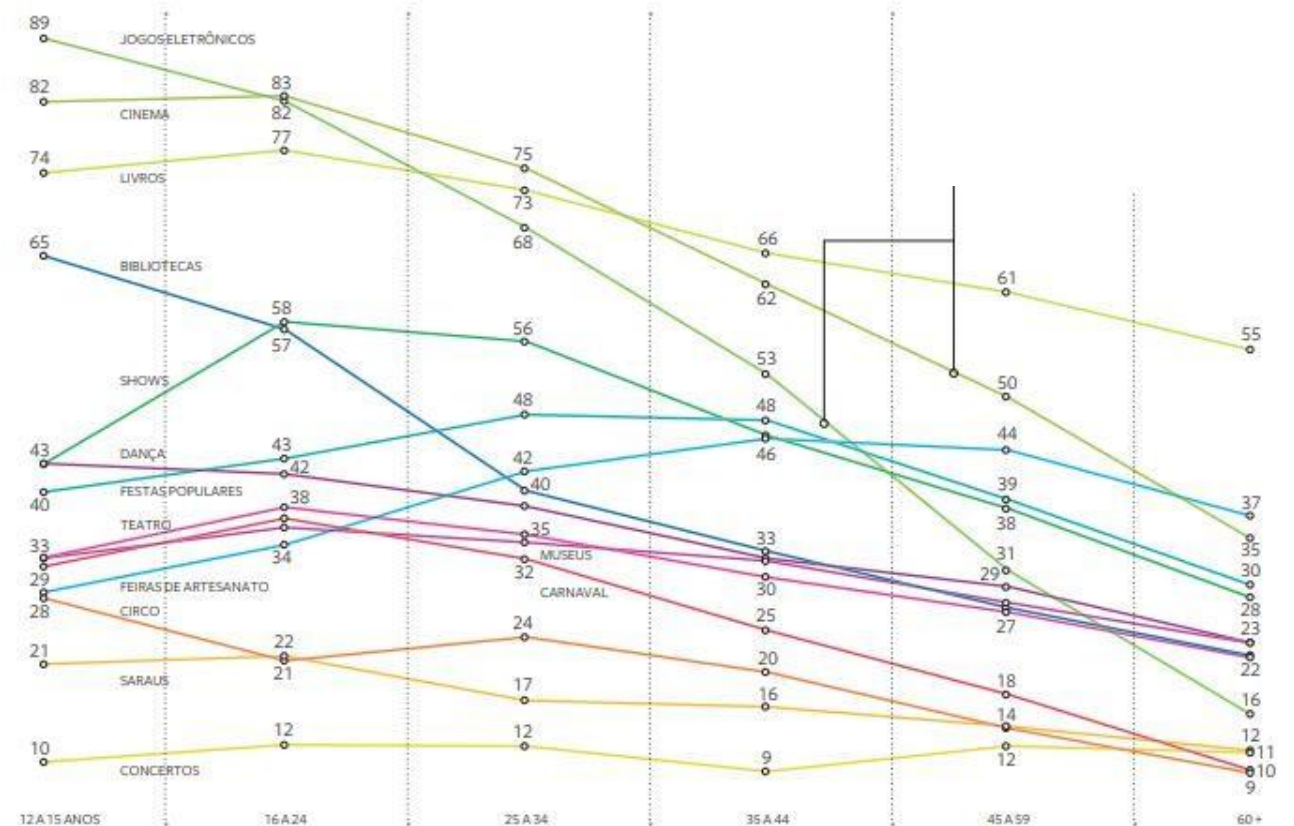


# PORQUE O PROJETO É RELEVANTE?

Estudo realizado em 2018 pela J. Leiva, Cultura nas Capitais, mostra que o acesso à cultura diminui conforme aumenta a idade. Em contrapartida, o interesse por música clássica aumenta entre os idosos, sendo também a faixa etária mais dependente de atividades gratuitas.

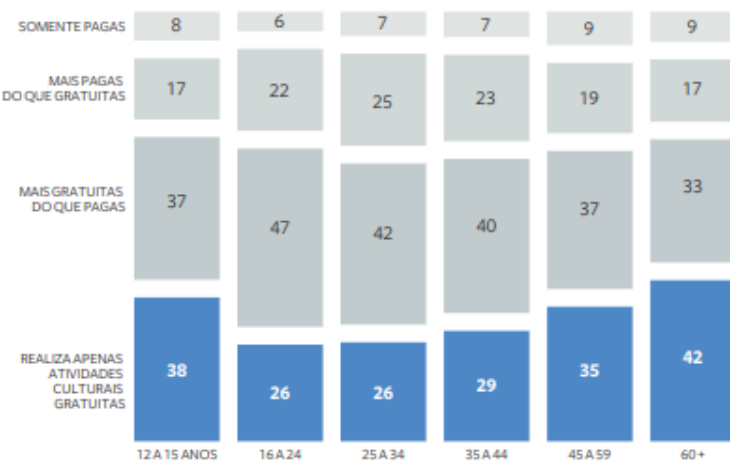
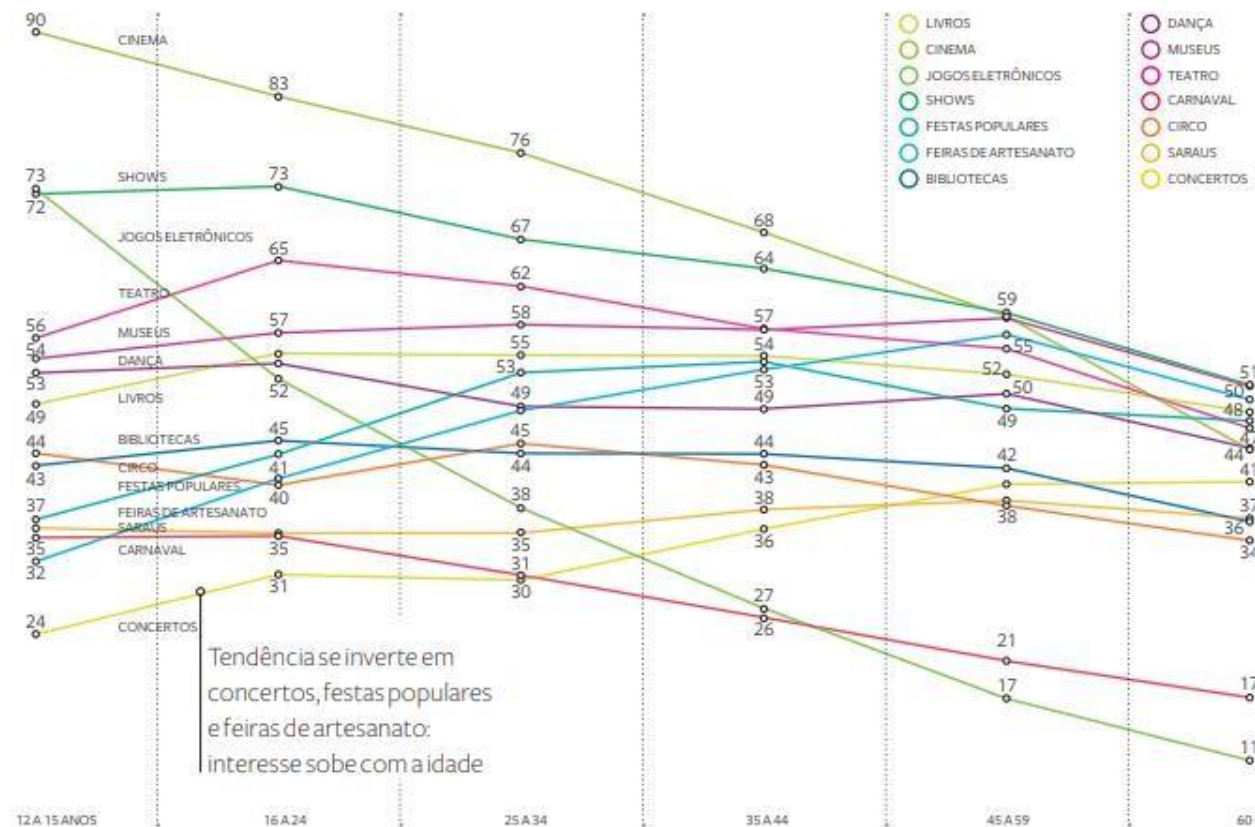
## Acesso à cultura cai conforme aumenta a idade...

PERCENTUAL DE PESSOAS QUE FORAM A ATIVIDADES CULTURAIS E DE LAZER NO ÚLTIMO ANO, SEGUNDO AS DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS



PERCENTUAL DE PESSOAS QUE DERAM NOTAS DE OITO A DEZ PARA SEU INTERESSE EM CADA ATIVIDADE CULTURAL

O estudo destaca a necessidade de fomentar atividades culturais voltadas para a terceira idade, reforçando a relevância do projeto **Caminhada Musical para a Terceira Idade**. Trata-se de uma iniciativa totalmente gratuita que atende aos interesses e preferências dessa público, oferecendo uma experiência alinhada ao seu desejo de participação ativa em atividades culturais.



**Dependência de atividades gratuitas cresce**  
VALORES EM %



# CAMINHADA MUSICAL E SAÚDE MENTAL



## REDUÇÃO DE ESTRESSE E ANSIEDADE

Estudos mostram que ouvir música pode diminuir os níveis de cortisol, o hormônio do estresse, no corpo. Um estudo da Universidade de Stanford concluiu que ouvir música pode alterar a atividade cerebral de uma maneira que ajuda a reduzir a ansiedade, o estresse e a depressão.



## IMPACTO EM PACIENTES COM DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS

Pesquisas sugerem que a música ajuda pacientes com doenças neurodegenerativas a gerenciar sintomas de ansiedade e depressão. A música é usada como parte da terapia para pacientes com Alzheimer, mostrando melhorias no humor e na orientação espacial.



## ESTÍMULO COGNITIVO E MEMÓRIA

Ouvir música pode melhorar o desempenho em tarefas cognitivas. Um estudo da Universidade de Helsinki descobriu que a música clássica tem efeitos positivos na memória e na atenção, e pode até aumentar a inteligência emocional.

## MELHORIA NA SAÚDE MENTAL

A pesquisa da Mindlab International no Reino Unido indicou que ouvir música pode reduzir a ansiedade em até 65%. Outras pesquisas indicam que assistir a concertos ao vivo aumenta a autoestima e o bem-estar emocional.

## LIBERANDO DOPAMINA

Estudos neurocientíficos indicam que ouvir música que agrada pode liberar dopamina no cérebro, o "neurotransmissor do prazer", proporcionando sentimentos de alegria e satisfação.

## AUMENTO DA CONEXÃO SOCIAL

Assistir a concertos pode também aumentar a sensação de conexão social, contribuindo para a coesão comunitária e o suporte social, essenciais para a saúde mental e o bem-estar geral.

# CAMINHADA MUSICAL E SAÚDE FÍSICA



## MELHORA DA SAÚDE CARDIOVASCULAR

Caminhadas regulares ajudam a fortalecer o coração, reduzir a pressão arterial e melhorar a circulação sanguínea, diminuindo o risco de doenças cardíacas.



## MANUTENÇÃO DA MOBILIDADE E EQUILÍBRIO

A caminhada auxilia na preservação da força muscular e na saúde das articulações, além de melhorar o equilíbrio, reduzindo o risco de quedas.



## CONTROLE DO PESO E MELHORA DO METABOLISMO

Caminhar regularmente contribui para o controle do peso e acelera o metabolismo, ajudando a prevenir problemas como obesidade e diabetes.

## APRIMORAMENTO DA SAÚDE MENTAL

A caminhada libera endorfinas, que promovem a sensação de bem-estar, além de reduzir o estresse e melhorar o humor, sendo especialmente útil no combate à ansiedade e à depressão.

## FORTALECIMENTO DO SISTEMA IMUNOLÓGICO

A prática regular de caminhadas estimula o sistema imunológico, tornando o corpo mais resistente a infecções e outras doenças.

## PROMOÇÃO DE SOCIALIZAÇÃO E INCLUSÃO

Caminhadas em grupo incentivam a socialização, combatendo o isolamento e promovendo o senso de comunidade, o que é fundamental para a saúde emocional e a qualidade de vida dos idosos.



## QUEM SOMOS

Fundada em 2005, empresariamos as carreiras de artistas do meio erudito, provendo-lhes colocações no Brasil e exterior.

Buscamos soluções criativas e novas formas de apresentar a música não apenas àqueles habituados às atividades culturais, mas também àqueles que não as vivenciam ou que as consomem com pouca frequência.

Criamos o projeto Ciclovía Musical - Música, Mobilidade Urbana e Meio Ambiente, Caminhada Musical para a Terceira Idade entre outros projetos que dialogam e unem forças com outras frentes de atuação.

Nossos dirigentes:

Giane Martins, formada em música pela USP, com pós-graduação na Escola Superior de Música e Artes Dramáticas de Stuttgart, MBA em Gestão Cultural pela FGV/SP e Éser Menezes, licenciado em música pela Escola de Belas Artes do Paraná e pós-graduado pela Escola de Música e Artes Dramáticas de Stuttgart.

# ALGUNS DE NOSSOS PROJETOS

Para visualizar mais projetos clique [aqui](#).

MINISTÉRIO DA CULTURA, TICKET E ARTEMATRIZ APRESENTAM

**ciclovia musical 10 ANOS**

**LIANITAS RIO DE JANEIRO**

04/JUN DAS 9H às 13H

GAZINHO - PRAÇA JOVENS BRASILEIROS 14  
WWW.CICLOVIAMUSICAL.COM.BR

Partners: Ticket, Ticket Log, Edeyred, Edeyred, Pau, Atlas Schindler, OEI, AAM, Rio de Janeiro, ArteMatriz, etc.

MINISTÉRIO DA CULTURA, TICKET E ARTEMATRIZ APRESENTAM

**ciclovia musical 10 DE MARÇO**

6 ROTERIOS CICLISTAS PARA CÍCLOS

6 ROTERIOS CICLISTAS GUARADOS

MEMORIAL DA AMÉRICA LATINA

CASA MÁRIO DE ANDRADE

EVENTO GRATUITO

Partners: Decathlon, Bicy, etc.

GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO, SECRETARIA DE CULTURA ARTEMATRIZ

**OS IRMÃOS GRIMM**

OPERA INFANTIL

DEAN BURRY

ANDRÉ DOS SANTOS

MARCELO GAMA

Partners: Decathlon, etc.

4.13 AGOSTO CENTRO CULTURAL BARRA DOS VERMELOS - IJABELA

**VERMELHOS 2017**

MÚSICA E ARTES CÊNICAS

Partners: etc.

**cicloviamusical**

CULTURA, LAZER, SAÚDE E MEIO AMBIENTE

**24 AGO**

30 CONCERTOS

12 PONTOS CULTURAIS NA BARRA FUNDA / SÃO PAULO

DESTAQUES

PROGRAMAÇÃO INFANTIL NO THEATRO SÃO PEDRO

12H00 - UMA VIAGEM PARA AFRICA - SINFONIA DE MÚSICA E HISTÓRIA

15H00 - MEMÓRIA E O LOBO DE SERGIO PROKOPIEV

ESTREIA BRASILEIRA NA PRAÇA OLAVO BILAC

16H15 - LUNA BRISA - CANTO ARTÍSTICO PASSADISSIMO

ROTERIOS CICLISTAS GUARADOS

MEMORIAL DA AMÉRICA LATINA

13H00 E 12H00 - ESTACIONAMENTO SCALA PARK

13H00 E 12H00

TODOS OS EVENTOS SÃO GRATUITOS

Programação completa: cicloviamusical.com.br

Partners: F-AT, etc.

MINISTÉRIO DA CULTURA, ATLAS SCHINDLER E ARTEMATRIZ APRESENTAM

**ciclovia musical 10 ANOS**

**CAPTAS SALVADOR**

26/MAR DAS 9H às 13H

TEATRO CASTRO AYRES

Partners: etc.

MINISTÉRIO DA CULTURA E ARTEMATRIZ APRESENTAM

**CAMINHADA MUSICAL**

TERCEIRA IDADE primavera

**PARQUE DO POVO**

22 OUT - 9h

MINISTÉRIO DA CULTURA E ARTEMATRIZ APRESENTAM

**CAMINHADA MUSICAL**

TERCEIRA IDADE verão

**BOSQUE MAIA**

GUARULHOS - SP

17 MAR - 9H

MINISTÉRIO DA CULTURA E ARTEMATRIZ APRESENTAM

**CAMINHADA MUSICAL**

TERCEIRA IDADE outono

**LAGOA DO TAQUARAL**

CAMPINAS - SP

16 JUN - 9H

MINISTÉRIO DA CULTURA E ARTEMATRIZ APRESENTAM

**CAMINHADA MUSICAL**

TERCEIRA IDADE inverno

**PARQUE DA INDEPENDÊNCIA**

SÃO PAULO - SP

25 AGO - 9H

# QUEM JÁ APOIOU NOSSOS PROJETOS



Atlas Schindler



Liberty Seguros agora é



MINISTÉRIO DA CULTURA



Caminhada Musical para a Terceira Idade Cotas de Patrocínio e Contrapartidas	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	Apoio
	R\$ 899.000,00	R\$ 300.000,00	R\$ 300.000,00	R\$ 300.000,00	R\$ 150.000,00
Sua marca como "Apresentador" no site do projeto na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Sua marca como "Apresentador" na capa e contracapa do programa/guia impresso na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Sua marca como "Apresentador" na capa e contracapa do programa/guia virtual na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
material pedagógico impresso para as Rodas de Conversa na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Sua marca como "Apresentador" no anúncio de rádio do projeto na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Sua marca como "Apresentador" nas camisetas da edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Citação de frase do "Apresentador" no release na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Sua marca como "Apresentador" na abertura do vídeo documentário do projeto na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Sua marca como "Apresentador" nos anúncios em mídias sociais do projeto na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Direito de colocar uma página institucional no programa/guia da edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Direito de colocar Banner exclusivo institucional no local de partida na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Reserva de 20 vagas por roteiro (total de 40 vagas) na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Agradecimento formal na abertura e encerramento do evento na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Possibilidade de negociação de contrapartida na edição escolhida;	3 edições	São Paulo	São Paulo	Rio de Janeiro	-
Realização com os colaboradores da empresa da Oficina "Primeiro Giro: Pedalando do Zero à Sustentabilidade"	3 edições	-	-	-	-
Sua marca como "Copatrocinador" no site do projeto;	-	2 edições	2 edições	2 edições	-
Sua marca como "Copatrocinador" nas camisetas;	-	2 edições	2 edições	2 edições	-
Sua marca como "Copatrocinador" no material gráfico do projeto;	-	2 edições	2 edições	2 edições	-
Sua marca como "Copatrocinador" na contracapa do material pedagógico impresso para as Rodas de Conversa;	-	2 edições	2 edições	2 edições	-
Sua marca como "Copatrocinador" no encerramento do vídeo documentário do projeto;	-	2 edições	2 edições	2 edições	-
Reserva de 4 vagas por roteiro (total de 8 vagas);	-	2 edições	2 edições	2 edições	-
Direito a Distribuição de brindes, experimentações nos eventos;	3 edições	3 edições	3 edições	3 edições	3 edições
Clipping com todas as matérias sobre o projeto;	3 edições	3 edições	3 edições	3 edições	3 edições
Relatórios sobre os resultados do projeto.	3 edições	3 edições	3 edições	3 edições	3 edições
Sua marca como "Apoiador" no site do projeto	-	-	-	-	3 edições
projeto;	-	-	-	-	3 edições
Sua marca como "Apoiador" no material pedagógico impresso para as Rodas de Conversa;	-	-	-	-	3 edições
Sua marca como "Apoiador" no encerramento do vídeo documentário do projeto;	-	-	-	-	3 edições
Reserva de 2 vagas por roteiro (total de 4 vagas)	-	-	-	-	3 edições



# VAMOS CAMINHAR JUNTOS?

VALOR DO PROJETO  
R\$ 899.820,00

Lei Roaunet - Artigo 18  
Pronac: 24 9753





Antoine Kolokathis

19.98159 0015

19 3202 5400 | 11.2613 0000

[antoine@direcaocultura.com.br](mailto:antoine@direcaocultura.com.br)

[www.direcaocultura.com.br](http://www.direcaocultura.com.br)