



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 4 parques na cidade de São Paulo e região

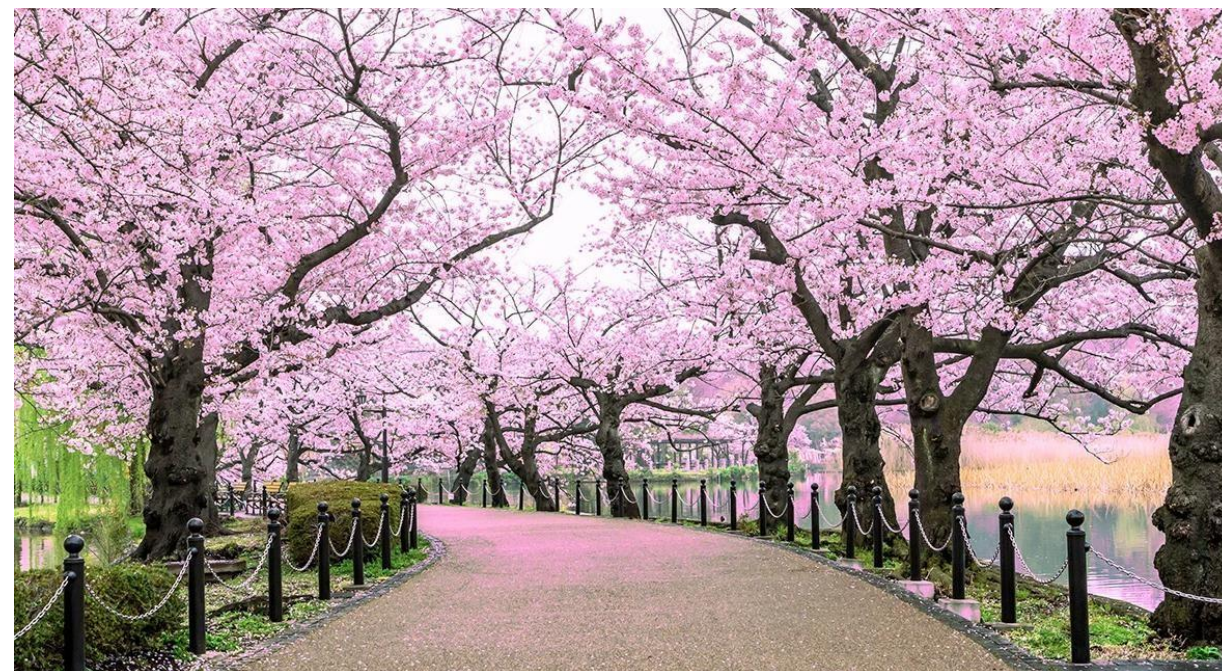
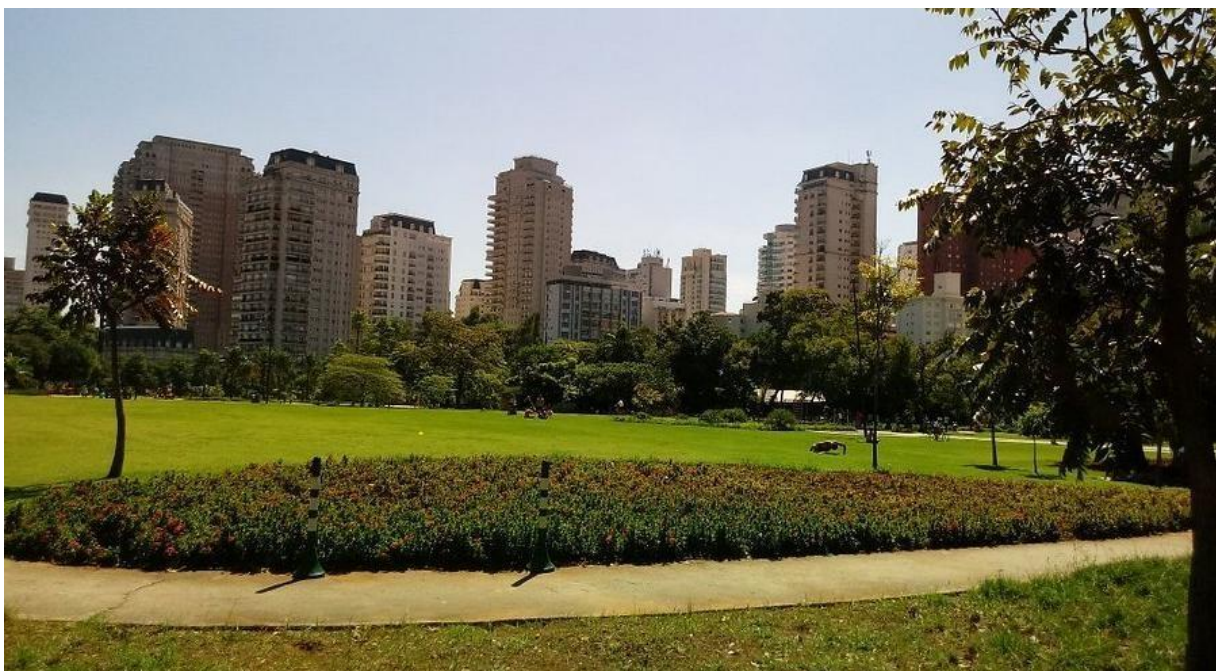


UM CIRCUITO MUSICAL COM 4 EDIÇÕES!

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.



4 EDIÇÕES EM SÃO PAULO E REGIÃO



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

OBJETIVOS

- ✓ Realizar 4 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 apresentações musicais 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 4 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 região, 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
- ✓ Camisetas
- ✓ Medalhas
- ✓ 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. Faremos a quantificação e compensação das emissões de CO2, obtendo o "Selo Evento Neutro"

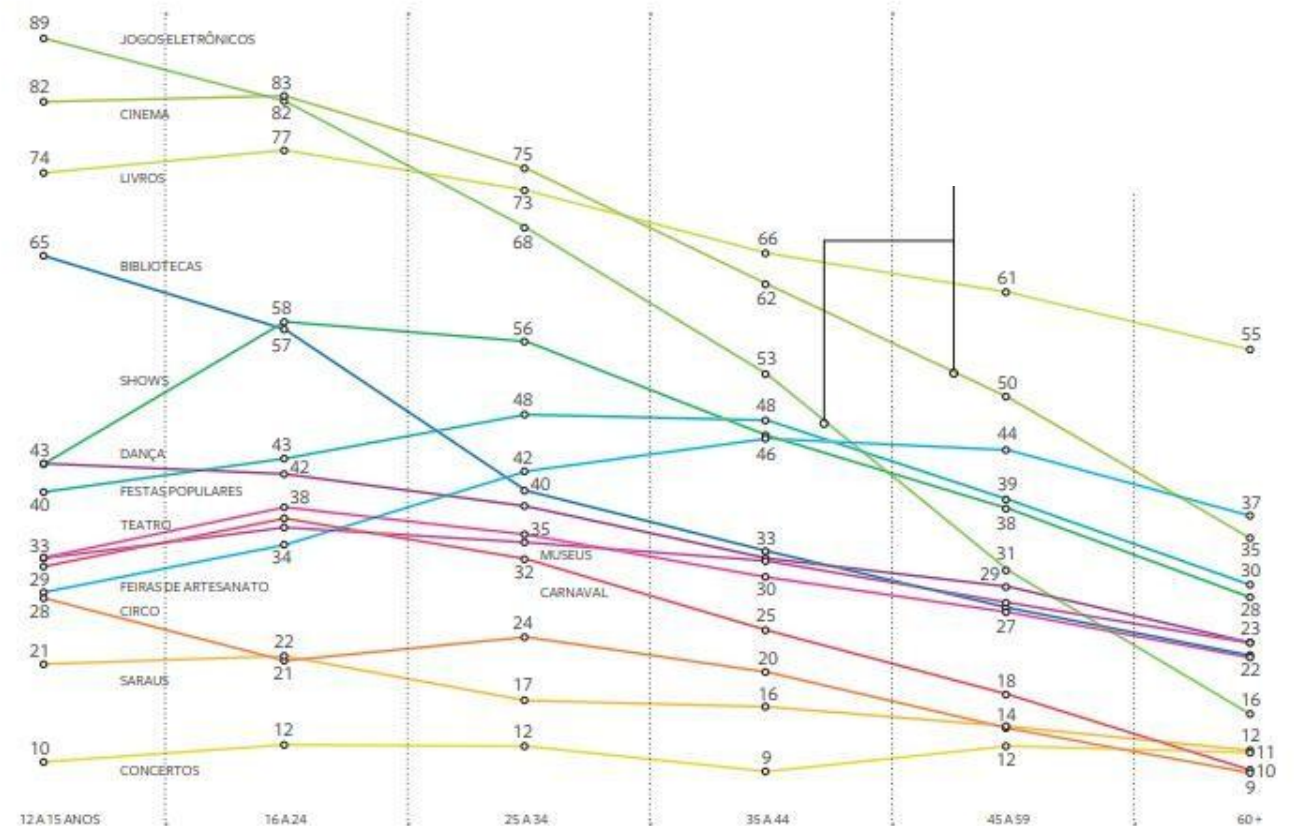


PORQUE O PROJETO É RELEVANTE?

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.

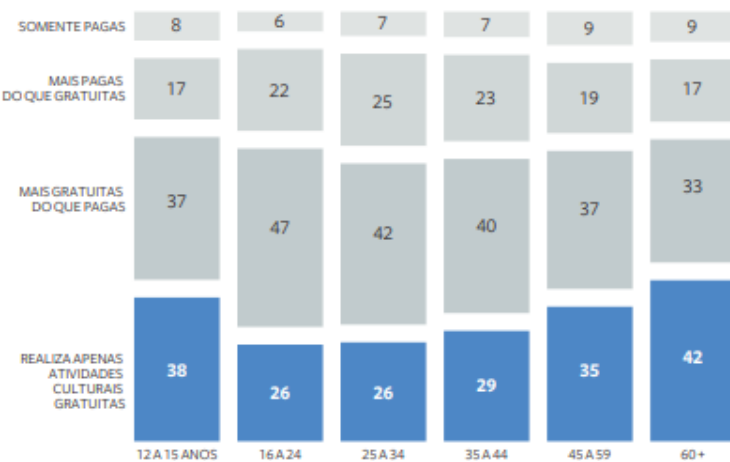
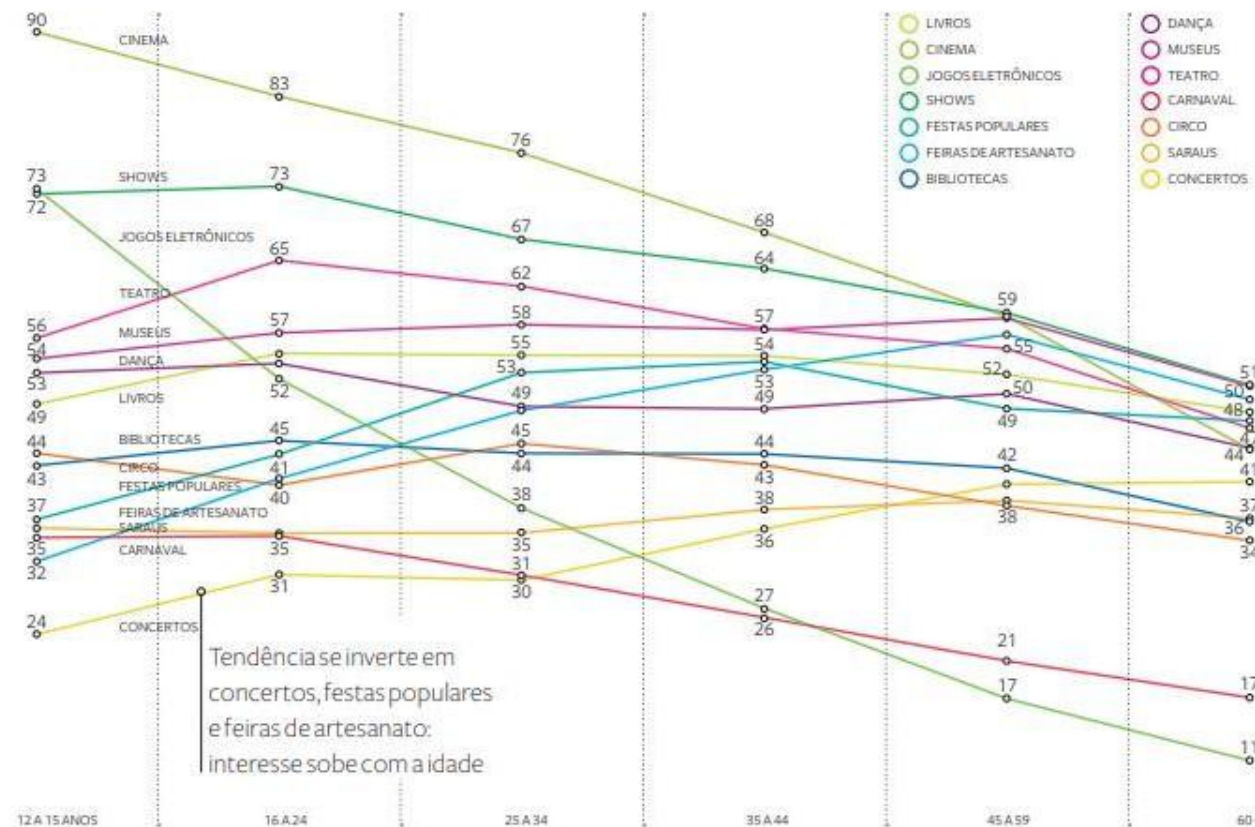
Acesso à cultura cai conforme aumenta a idade...

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.

RODA DE CONVERSA ENTRE GERAÇÕES

Fortalecendo Laços e Expressando Gratidão

- ✓ Facilitar discussões sobre o envelhecimento e a importância da terceira idade na sociedade;
- ✓ Promover a compreensão e o respeito mútuo entre gerações diferentes;
- ✓ Incentivar os adolescentes a refletirem sobre as contribuições e o impacto positivo dos idosos em suas vidas;
- ✓ Desenvolver habilidades de escrita reflexiva, proporcionando aos estudantes a oportunidade de expressar seus sentimentos através de mensagens, frases, cartas ou músicas;
- ✓ Compreender a importância da música na história de um povo e na vida de cada indivíduo, explorando como a música pode conectar gerações e transmitir tradições, memórias e valores;
- ✓ Ter familiaridade com os instrumentos do grupo musical que se apresentará na Roda de Conversa.



ATIVIDADE DE ESCRITA REFLEXIVA

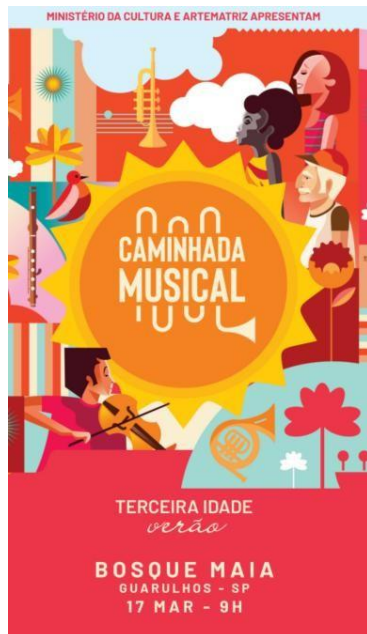
- ✓ Cada adolescente receberá uma folha de papel personalizada para o projeto e caneta para escrever uma mensagem, frase carta ou letra de uma música para uma pessoa idosa querida em suas vidas;
- ✓ Orientação para que expressem gratidão, carinho e respeito, refletindo sobre a importância dessa pessoa em suas vidas e como momentos musicais podem ter marcado suas memórias;
- ✓ Os estudantes escrevem enquanto ouvem uma música do grupo musical;
- ✓ Os estudantes que desejarem poderão compartilhar suas mensagens com o grupo;
- ✓ Fotografaremos algumas mensagens escritas para registro.

LINKS DOS DOCUMENTÁRIOS DAS EDIÇÕES 2023, 2024 e 2025



PARQUE DO POVO
22 OUT - 9h

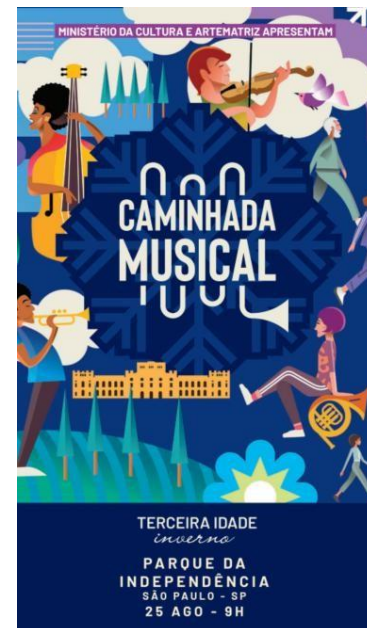
Edição Primavera: 22/10/2023
Parque do Povo, São Paulo/SP



Edição Verão: 17/03/2024
Parque de Guarulhos/SP



Edição Outono: 02/06/2024
Parque Taquaral, Campinas/SP



Edição Inverno: 25/08/2024
Parque da Independência,
São Paulo/SP



Edição Primavera: 09/11/2025
Bairro do Ipiranga, São Paulo/SP



ALGUNS DE NOSSOS PROJETOS

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

cicloviamusical
BOM RETIRO
28/11 das 9h00 às 14h00

4 roteiros ciclistas guiados
12 palcos
18 concertos
Ativando com acessibilidade para deficientes visuais e auditivos

CICLOKIDS MUSICAL
Concertos
Correio Musical
Pedro e o Lobo

Evento Gratuito
Inscreva-se

Localizações: PINACOTECA, SALA SÃO PAULO, TEATRO DE CONTEINER MUNGUENZA, MUSEU DA ENERGIA, ARQUIVO HISTÓRICO MUNICIPAL, MEMORIAL DA IMIGRAÇÃO JUDICA E DO HOLOCAUSTO, EMESP TOM JOBIM, MUSEU DA LÍNGUA PORTUGUESA.

cicloviamusical
10 DE MARÇO
DAS 9H00 AS 16H00
33 APRESENTAÇÕES MUSICAIS
20 LOCAIS - BARRA FUNDADA E CAMPOS ELISEOS

6 ROTEIROS GUIADOS
PAINEL DE CRIATIVIDADE
MONTAGEM DE UM ROTEIRO
MONTAGEM DE UM ROTEIRO
MONTAGEM DE UM ROTEIRO

ELABORADO PRESENTADO
JOÃO GUILHERME / ARTE MONTAGEM
10/03/2015 - 16H00 - 18H00

EVENTO PARALELO
PARTICIPAR DO CICLOVIAMUSICAL
COM O SEU BICICLETA
E PARTICIPAR DO CICLOVIAMUSICAL
COM O SEU BICICLETA

CICLOVIAMUSICAL COM O SEU BICICLETA
FAZENDO CONTO DO BICICLETA

GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO,
SECRETARIA DE CULTURA
ARTÍSTICA

OPERA INFANTIL
OS IRMÃOS GRIMM

DEAN BURRY
librete e música
FELIPE SENNA
versão brasileira

ANDRÉ DOS SANTOS
direção musical e regência

MARCELO GAMA
direção cênica

APRESENTAÇÕES GRATUITAS
DE 19 a 22 de outubro

10/10/2015: CEU Jaçanã - São Paulo / SP
20/10/2015: CEU Ponta Alta - Guarulhos / SP
21/10/2015: Escola Municipal de Ensino Fundamental Ruy Barbosa - São Paulo / SP
21/10/2015: Centro de Promoção Social Cônego Luiz Bias - São Paulo / SP
22/10/2015: Escola Estadual Profª Lúcia Góes - São Paulo / SP

TEATRO SÃO PEDRO
Rua Dr. Albuquerque Lima, 207
São Paulo / SP
Telefone: 3341 5600
Márcia Marchetti Diretora
Ingressos: R\$ 2,00 (inteira)
R\$ 1,00 (meia)

VERMELHOS 2017
MÚSICA E ARTES CÊNICAS

4.13
AGOSTO
CENTRO CULTURAL
BARRA DOS VERMELHOS
LIMBELLA

SÃO PAULO: COMPANHIA DE DANÇA
CRISTIAN BUDU
LÍVIA E ARTHUR NESTROFSKI
YAMANDU COSTA
UTE LEMPER
JOÃO MAURÍCIO GALINDO
ORQUESTRA JAZZ SINFÔNICA
RICARDO CASTRO
CARLOS MIGUEL PRIETO
VOA ORCHESTRA OF THE AMERICAS
AUBRON GÖTTBERG
LEO GANDELMAN
FÁBIO ZANON
EGBERTO GIMONTI
ANTÔNIO MEIRESES
ANDRÉ MEINHARDT
MANI PADME TRIO
CAMILA TITINGER
LUCIANA BUENO
CLAUDIO CRUZ
ORQUESTRA JOVEM DO ESTADO
ORQUESTRA SINFÔNICA MUNICIPAL DE SÃO PAULO
ROBERTO MINCZUK
NÚCLEO ARTÍSTICO VIRGINIA UNICAR
ALMIR CLEMENTE E JULIO BITTEN COURT TRIO
LAÉRCIO IJABELLA

PROGRAMAÇÃO CO-LETIVADA POR
VERMELHOS.ORG.BR

cicloviamusical
CULTURA, LAZER, SAÚDE E MEIO AMBIENTE
24 AGO
DAS 10H30 AS 16H30

30
CONCERTOS
12
PONTOS CULTURAIS NA
BARRA FUNDADA / SÃO PAULO

DESTAQUES

PROGRAMAÇÃO INDEPENDENTE NO
TEATRO SÃO PEDRO
12H00
CASA GRANDE PARA AFRICA -
SHOW DE MÚSICA E HISTÓRIA
15H00
PEDRO E O LOBO
DE SERGEI PROKOFIEV

ESTREIA BRASILEIRA NA
PRAÇA OLAVO BIAC
18H15
LÍVIA E ARTHUR NESTROFSKI
- MÚSICA MUSICAL PASSAGEIRA
NINA FRIEDLÄNDER

6 ROTEIROS
CICLISTAS GUIADOS
LOCALS DE LAZER
MEMORIAL DA AMÉRICA LATINA
CANTOS E LÍNGUA
ESTACIONAMENTO SCALA PARK
11H30 E 12H30

TODOS OS EVENTOS
SERÃO GRATUITOS
Programação completa:
cicloviamusical.com.br
facebook.com/cicloviamusical
twitter.com/cicloviamusical

cicloviamusical
10 anos

CAPITAS SALVADOR 26/MAR
DAS 9H
AS 13H

PROGRAMAÇÃO: PEGAR SUA ACESSÍVEL E INSCREVA-SE
WWW.CICLOVIAMUSICAL.COM.BR

MINISTÉRIO DA CULTURA
TICKET E ARTEMATIZ APRESENTAM

cicloviamusical
10 anos

CAPITAS RIO DE JANEIRO
04/JUN
DAS 9H AS 13H

PROGRAMAÇÃO: PEGAR SUA ACESSÍVEL E INSCREVA-SE
WWW.CICLOVIAMUSICAL.COM.BR

MINISTÉRIO DA CULTURA
TICKET E ARTEMATIZ APRESENTAM

cicloviamusical
10 anos

CAPITAS SÃO PAULO
29/OUT
DAS 9H AS 13H

PROGRAMAÇÃO: PEGAR SUA ACESSÍVEL E INSCREVA-SE
WWW.CICLOVIAMUSICAL.COM.BR

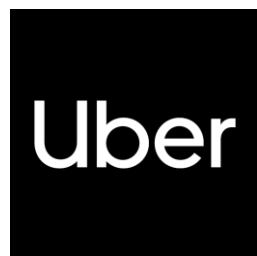
MINISTÉRIO DA CULTURA
TICKET E ARTEMATIZ APRESENTAM

cicloviamusical
10 anos

CAPITAS PORTO ALEGRE
26/NOV
DAS 9H AS 13H

PROGRAMAÇÃO: PEGAR SUA ACESSÍVEL E INSCREVA-SE
WWW.CICLOVIAMUSICAL.COM.BR

QUEM JÁ APOIOU NOSSOS PROJETOS



Atlas Schindler



Secretaria da
Cultura, Economia e Indústria Criativas



SÃO PAULO
GOVERNO DO ESTADO
SÃO PAULO SÃO TODOS



Lei de
Incentivo
à Cultura
Lei Rouanet

MINISTÉRIO DA
CULTURA



Caminhada Musical para a Terceira Idade Cotas de Patrocínio e Contrapartidas	4 EDIÇÕES	3 EDIÇÕES	2 EDIÇÕES	1 EDIÇÃO	APOIO
	R\$ 950.000,00	R\$ 720.000,00	R\$ 480.000,00	R\$ 334.000,00	R\$ 100.000,00
Sua marca como "Apresentador" no site do projeto nas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Sua marca como "Apresentador" na capa e contracapa do programa impresso e virtual nas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Sua marca como "Apresentador" na contracapa do material pedagógico impresso para as Rodas de Conversas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Sua marca como "Apresentador" no anúncio de rádio do projeto nas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Sua marca como "Apresentador" nas camisetas das edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Citação de frase do "Apresentador" no releasenas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Sua marca como "Apresentador" na abertura do vídeo documentário do projeto nas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Sua marca como "Apresentador" nos anúncios em mídias sociais do projeto nas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Direito de colocar Banner exclusivo institucional no local de partida nas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Reserva de 10 vagas por roteiro (total de 20 vagas) na edição escolhida;	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Agradecimento formal na abertura e encerramento do evento nas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Possibilidade de negociação de contrapartida nas edições escolhidas	4 edições	3 edições	2 edições	1 edição	-
Sua marca como "Copatrocinador" no site do projeto	-	1 edição	2 edições	3 edições	-
Sua marca como "Copatrocinador" nas camisetas	-	1 edição	2 edições	3 edições	-
Sua marca como "Copatrocinador" no material gráfico do projeto	-	1 edição	2 edições	3 edições	-
Sua marca como "Copatrocinador" no material pedagógico impresso para a Rodas de Conversa	-	1 edição	2 edições	3 edições	-
Sua marca como "Copatrocinador" no encerramento do vídeo documentário do projeto	-	1 edição	2 edições	3 edições	-
Reserva de 4 vagas por roteiro (total de 8 vagas)	-	1 edição	2 edições	3 edições	-
Direito a Distribuição de brindes, experimentações nos eventos	4 edições	4 edições	4 edições	4 edições	4 edições
Clipping com todas as matérias sobre o projeto	4 edições	4 edições	4 edições	4 edições	4 edições
Relatórios sobre os resultados do projeto	4 edições	4 edições	4 edições	4 edições	4 edições
Sua marca como "Apoiador" no site do projeto	-	-	-	-	4 edições
Sua marca como "Apoiador" no material gráfico do projeto	-	-	-	-	4 edições
Sua marca como "Apoiador" no material pedagógico impresso para as Rodas de Conversa	-	-	-	-	4 edições
Sua marca como "Apoiador" no encerramento do vídeo documentário do projeto	-	-	-	-	4 edições
Reserva de 2 vagas por roteiro (total de 4 vagas)	-	-	-	-	4 edições



VAMOS CAMINHAR JUNTOS?

ProAC: 52936

Valor aprovado:

R\$ 952.820,00

Prazo de captação:

31/12/2026

[Link da Publicação no DOU](#)



Antoine Kolokathis

19.98159 0015

antoine@direcaocultura.com.br

www.direcaocultura.com.br