

AGE_THEA: TEATRO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL



MAIO 2025

SESSÕES DE FORMAÇÃO EM TEATRO

Durante os meses de **março e abril de 2025**, o projeto AGE_THEA realizou com sucesso sessões de formação em todos os países parceiros, envolvendo profissionais dos setores cultural, social e de saúde para explorar abordagens teatrais inovadoras para a saúde mental na terceira idade.



As sessões de formação foram enriquecidas com atividades teatrais dinâmicas, exercícios de movimento e de narração de histórias envolventes e debates sobre o envelhecimento, os cuidados e o poder das artes.



Realizaram-se sessões de formação em Bucareste, Milão, Atenas e Porto, reunindo diversos profissionais e conhecimentos locais.



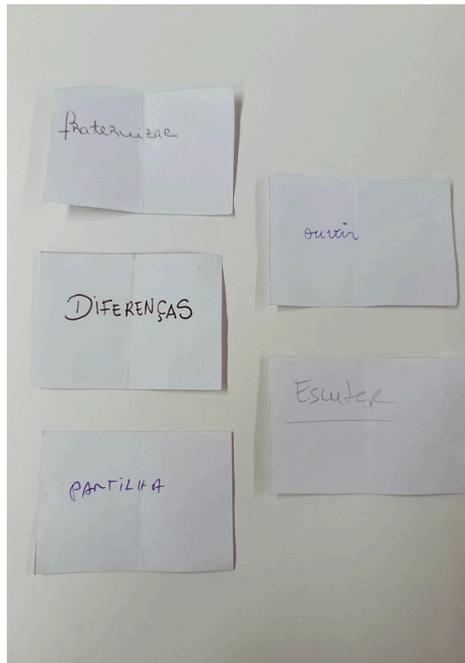
“No Palco na Era Dourada: Teatro para um Envelhecimento Saudável” - esta iniciativa dedica-se a melhorar a **saúde mental e a inclusão social** das pessoas idosas através da **utilização inovadora do teatro**.



No total, 76 participantes aprofundaram temas-chave como:

- ✓Saúde mental na terceira idade e intervenções não farmacológicas,
- ✓O teatro como ferramenta de envolvimento, cuidados e terapia,
- ✓Melhorar a comunicação e a expressão através de métodos criativos.

A energia e a abertura de todos os envolvidos tornaram as sessões profundamente inspiradoras, mostrando como o teatro pode atuar como uma ponte entre gerações, setores e comunidades. Os exemplos de exercícios incluíram cenários de representação de papéis, atividades de movimento e narração de histórias em grupo.



O programa de formação AGE_THEA já está disponível online em todas as línguas parceiras!

<https://age-thea.eu>



LEARN MORE



On Stage in the Golden Age: Theatre for Healthy Ageing



Instagram: age.thea2023



www.age-thea.eu



“Considero o conteúdo da formação muito importante: sensibilizar para a importância de não infantilizar as pessoas idosas, mas ao mesmo tempo aprender novas formas de cuidar delas.”



“Penso que é fundamental compreender as doenças mentais degenerativas, diferenciá-las e ter consciência de que existe uma diferença entre pequenos sinais de envelhecimento e demência.”

“A interação com pessoas de diferentes áreas profissionais é sempre muito enriquecedora.”



Um sincero agradecimento a todos os que participaram e apoiaram as sessões. Juntos, continuamos a construir caminhos onde os cuidados se encontram com a criatividade!



O AGE_THEA é um projeto colaborativo que reúne especialistas dos setores da saúde, social e cultural para aproveitar o poder do teatro para melhorar a vida das pessoas mais velhas, em especial os que sofrem de perturbações cognitivas como a demência ou o Alzheimer.



LEARN MORE



On Stage in the Golden Age: Theatre for Healthy Ageing



Instagram: age.thea2023



www.age-thea.eu