

Tradicioneiro - Coletânea de atividades intergeracionais | Colégios Project To Be

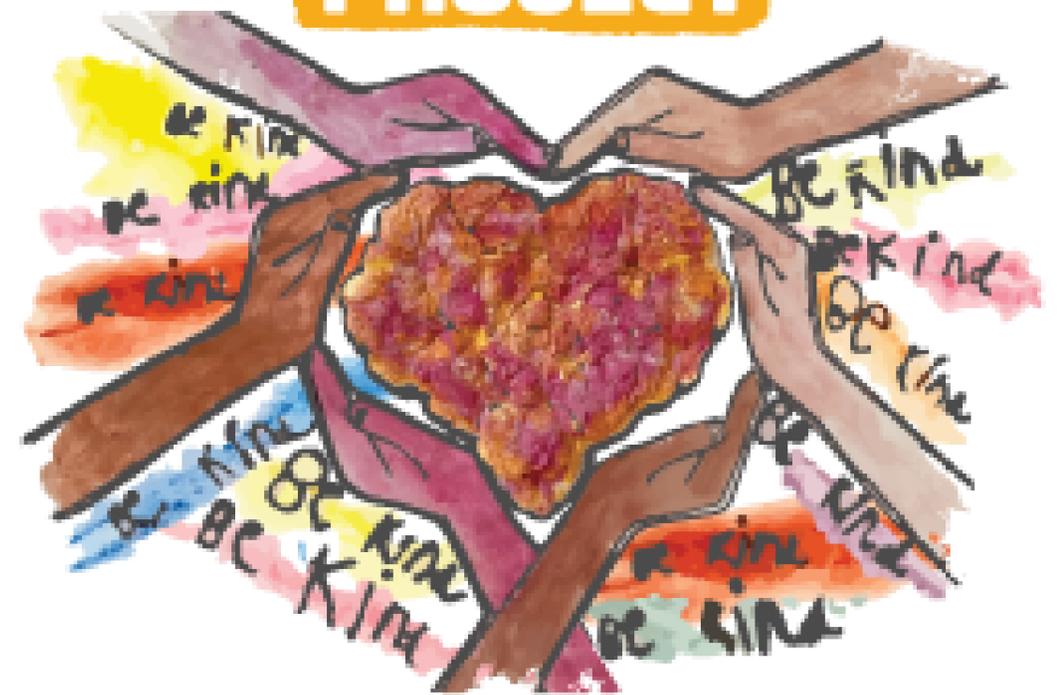
TRADI- CIONEIRO



Be Kind
PROJECT

Uma ponte
entre gerações

Be Kind PROJECT



PREFÁCIO

O Project To Be é um grupo educativo que atribui aos projetos de impacto social um papel preponderante na sua missão educativa, assumindo os seus colégios como agentes ativos de mudança nas comunidades a que pertencem.

O Project To Be e os Colégios To Be desenvolvem anualmente um plano de atividades de impacto social, coordenado localmente pela Equipa Executiva de Impacto Social, da qual fazem parte elementos de todos os colégios.

Acada dois anos letivos é escolhido um tema central agregador, que envolve todas as comunidades educativas To Be e que compreende ações locais e ações centrais, transversais e coordenadas de forma colaborativa pela Equipa de Impacto Social.

Os alunos To Be são já cidadãos ativos, responsáveis e esclarecidos, futuros adultos que se pretendem empenhados em manter um impacto social positivo - na construção de uma sociedade mais justa e solidária e na defesa de um planeta mais sustentável.



ÍNDICE

2. PREFÁCIO

8. HOJE

Apresentação
Tradicioneiro

10. ONTEM

Atividades

108. AMANHÃ

Testemunhos
Equipa

116. AGRADECER

PRODUÇÃO
Project To Be

COORDENAÇÃO
Dora Guerreiro

DESIGN
Sónia Ribeiro

COLABORAÇÃO
Dora Guerreiro
Inês Melo Gomes
Rute Novais
Liliane Magalhães
Rute Casteleira
Márcia Silva
Mária Moller
Joana Formiga e Lage

DATA
maio de 2024

Contactos:
(+351) 210 927 795
info@projecttobe.com

ontem, hoje e amanhã...

“Numa certa parte de nós mesmos, todos vivemos para além do tempo. Talvez só tomemos consciência da nossa idade em certos momentos excepcionais, permanecendo sem idade a maior parte do tempo.”

Milan Kundera

“A história de quem somos nunca é sobre nós.”

Rabih Alameddine,
O Contador de Histórias



Hoje

O Tradicioneiro é escrito a muitas mãos: mãos de criança, que ainda mal seguram um lápis, embora ávidas de tudo, e mãos de adulto, mais ou menos enrugadas, mas sempre sábias.

Surge no âmbito do BE KIND Uma Ponte Entre Gerações, o projeto de impacto social que, durante os anos letivos 2022/2023 e 2023/2024, mobilizou as comunidades educativas dos Colégios To Be para a premência e relevância da intergeracionalidade.

O BE KIND tem como principal objetivo sensibilizar alunos, comunidades educativas e comunidades locais para o desenvolvimento de iniciativas que promovam o encontro e a partilha entre gerações.

Os Colégios To Be associaram-se a várias entidades das comunidades locais para a organização de dinâmicas intergeracionais. As avós e os avôs foram presença assídua, partilhando memórias, conhecimentos e experiências. Foram significativos momentos de encontro, afetos, valorização e respeito entre gerações, onde todos se puderam conhecer, aprender e usufruir.

O BE KIND não termina aqui; as parcerias manter-se-ão ativas e os convites aos avós não perdem a validade. Num mundo em constante mudança, onde o que é certo é a incerteza, todos os momentos felizes contam. Be Kind, é certamente o caminho para Ser Feliz e construir um mundo melhor e uma sociedade mais inclusiva.

O Tradicioneiro pretende, não apenas elencar as iniciativas mais significativas realizadas ao longo do BE KIND por todos os Colégios To Be, mas também ser, em si mesmo, uma fonte de partilha de saberes, costumes e tradições – uma ponte entre gerações, que se conhecem, respeitam e completam, criando juntas um futuro que no passado e no presente se tece.

Espelha os laços que se foram

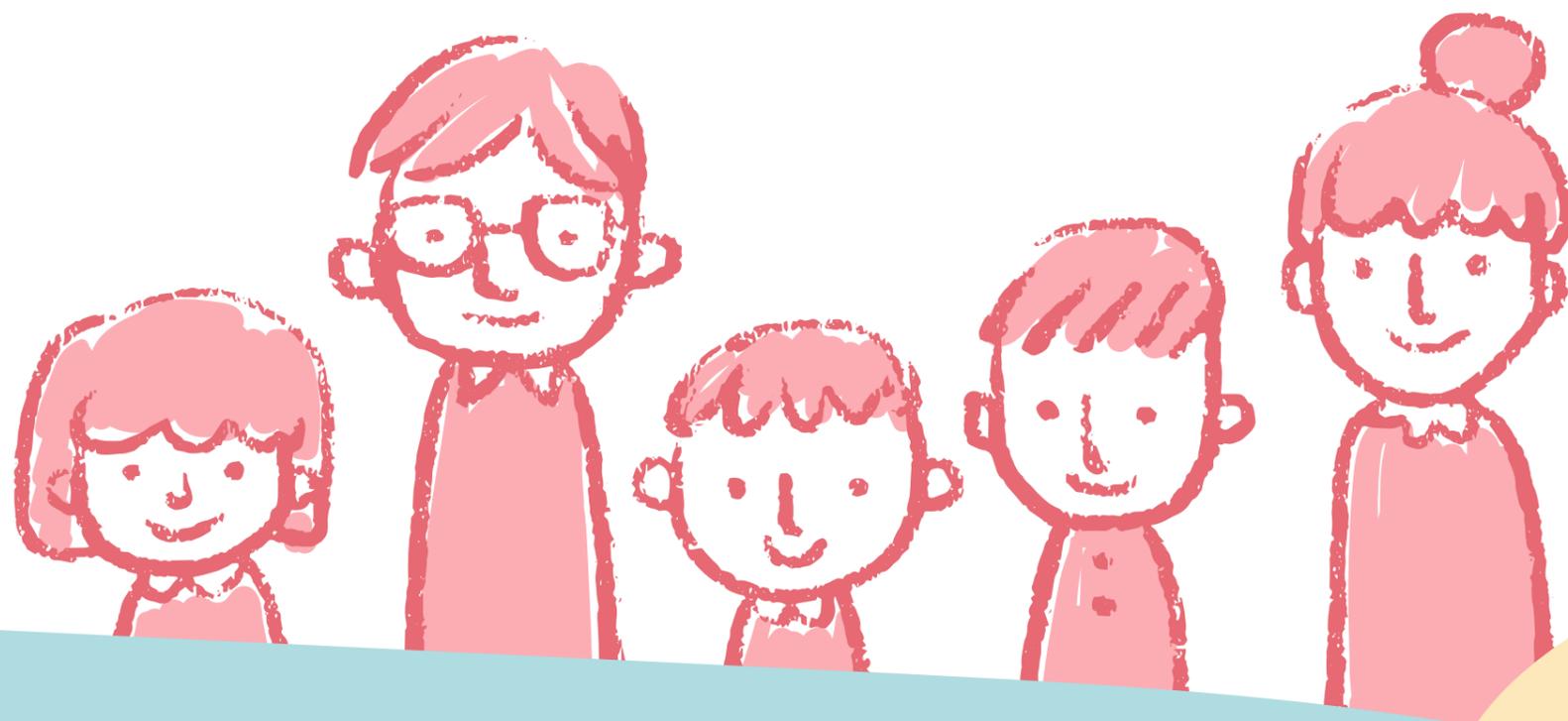
O Tradicioneiro é uma coleção destes momentos de encontro e partilha entre gerações

criando entre alunos, famílias, colaboradores e parceiros e representa dois anos de plena dedicação a uma causa, com muitos momentos emocionantes, inspiradores e inesquecíveis para todos os envolvidos.

O Tradicioneiro é uma coleção destes momentos de encontro e de partilha entre gerações, das memórias construídas por mais novos com mais velhos, de aprendizagens mútuas e afetos que perduram. É, sobretudo, uma coleção de momentos felizes, tantas vezes surpreendentes e até desconcertantes, mas sempre significativos e marcantes.

Ontem

Coletânea de atividades
intergeracionais Be Kind



SEMENTES DA AMIZADE

Plantar sementes que serão cuidadas por todos da mesma forma que cuidamos das amizades: acarinhando-as ao longo do tempo.

Depois de uma breve explicação acerca das plantas, de como nascem e de como devem ser plantadas e cuidadas, os nossos alunos, juntamente com os idosos do Lar da Cruz Vermelha Portuguesa da Parede, procederam à plantação de diversas sementes de flores, bem como de alguns legumes, na nossa horta escolar.

Os vasos foram decorados pelas crianças e o compromisso assumido por todos, mais novos e mais velhos: cuidar e acarinhar as plantas e as relações criadas neste dia. Para tal, ficaram prometidas visitas futuras dos seniores ao colégio, para que todos possam assistir ao crescimento destas “sementes da amizade”.





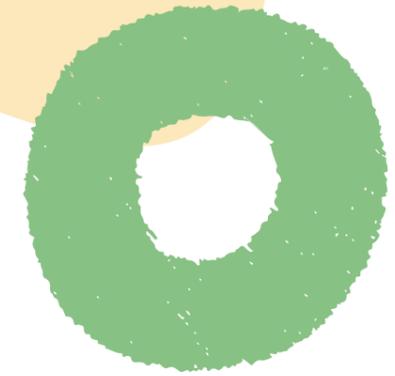
UMA AVENTURA NA CÚPULA INSUFLÁVEL

A visita do planetário à escola proporcionou uma experiência educativa enriquecedora e memorável para idosos e crianças, permitindo-lhes explorar o mundo dos animais, a importância da preservação da natureza e o vasto universo que nos rodeia.

Os participantes construíram laços intergeracionais valiosos, partilhando conhecimentos, histórias e emoções. Esta atividade demonstrou claramente o poder da interação intergeracional e o impacto positivo que aprendizagens, experiências e explorações partilhadas entre gerações podem ter.

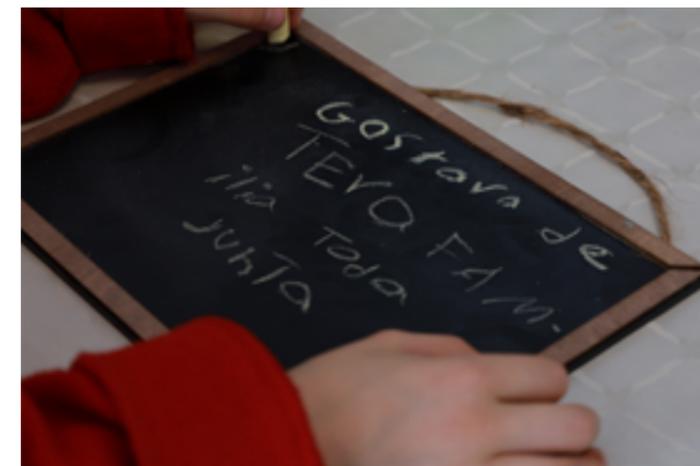
Antes de entrarem na cúpula insuflável do planetário, muitos idosos estavam curiosos, embora um pouco hesitantes, tudo era novo para eles. Mas, assim que entraram e se acomodaram juntamente com as crianças, a surpresa tomou conta do rosto de todos, enquanto olhavam para

cima maravilhados com o céu projetado no teto. Dentro da cúpula, idosos e crianças, foram guiados numa viagem pelo universo, onde puderam observar estrelas, planetas e constelações, mas também por uma jornada pelo planeta Terra, aprendendo sobre a diversidade da vida animal e os seus habitats. Cada nova descoberta era recebida com sorrisos e expressões de admiração. Todos os participantes desfrutaram de cada momento com um sorriso no rosto. Imersos na experiência, iam fazendo comentários animados e partilhando as suas próprias histórias e conhecimentos. Foi um momento surpreendente e único, que mais novos e mais velhos viveram com alegria e prazer.



UM CONTO DE NATAL

Envolvidos pela época natalícia, os alunos do 4.º ano visitaram os amigos da Residência Sénior Domus Aurea. Nesta visita, contaram uma história alusiva ao Natal – “Feliz Natal, Lobo Mau”, de Clara Cunha – e representaram-na, através de desenhos e mensagens conjuntas, em papel de cenário. Seguiu-se uma mini sessão fotográfica com o tema “O Meu Desejo de Natal”, em que, a pares, crianças e idosos escreveram os seus desejos natalícios numa pequena placa, para posteriormente os revelarem e falarem sobre eles. Que momentos tão bonitos! E como é na imprevisibilidade que se criam recordações especiais, a dada altura, entre partilhas mútuas, surgiram métodos de aprendizagem de contos de matemática, histórias de vida, desenhos de retratos, entre tantas outras surpresas deliciosas.



APRENDO EU ENSINAS-ME TU

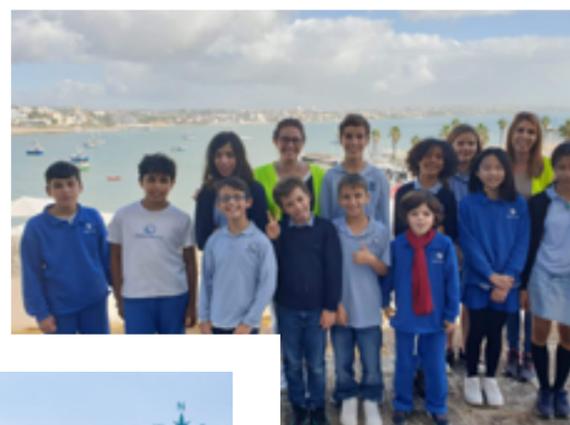
No Dia Mundial do Livro, convidámos os avós a virem contar histórias e a fazerem uma partilha no âmbito da atividade “Aprendo eu, ensinas-me tu”.

De forma a promover o diálogo intergeracional e conectar diferentes gerações, desafiámos os avós para contarem uma história e trazerem objetos com um significado especial para eles.

A atividade consistiu na troca de conhecimentos e experiências entre avós e netos, onde aqueles puderam partilhar as suas histórias, conhecimentos e sabedoria, que contribuíram para preservar a memória familiar e transmitir valores e tradições para outras gerações.

Os alunos tiveram a oportunidade de aprender com as experiências de vida dos avós, ampliando o seu conhecimento sobre o passado e ganhando perspetivas diferentes sobre a história, a cultura e valorização dos objetos e de tudo o que representam. Foi uma atividade enriquecedora que promoveu a preservação das memórias, o fortalecimento dos laços familiares e a aprendizagem mútua.



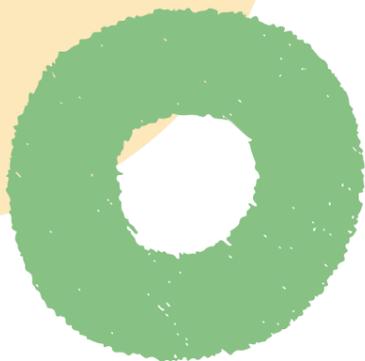


À DESCOBERTA DO PATRIMÔNIO

A atividade “À Descoberta do Patrimônio de Cascais” teve como objetivo proporcionar aos alunos uma experiência prática e significativa de aprendizagem sobre a história e o patrimônio local, envolvendo a comunidade e os idosos de Cascais. Através da exploração de objetos, artes e memórias de tempos passados, os alunos puderam compreender como a história, arquitetura, escultura, artes e profissões estão interligadas e refletem as tradições e costumes da comunidade.

Num peddy-paper pelas ruas e vielas de Cascais, os alunos descobriram um patrimônio rico e único e a interligação entre a história, a arquitetura, a escultura, as artes e as profissões e como estes elementos refletem as tradições e costumes da comunidade de Cascais. A interação com os idosos e a comunidade local promoveu um maior entendimento e apreço pela história e cultura de Cascais, permitindo-lhes valorizar e preservar o legado cultural da sua comunidade, reconhecendo a importância de manter viva a memória das gerações passadas.

Este projeto foi transversal a todos os ciclos e disciplinas que culminou na organização e montagem de uma exposição no colégio, que foi divulgada a toda a comunidade escolar.



JOGO DAS EMOÇÕES

Convidámos os idosos do Lar da Cruz Vermelha Portuguesa da Parede para participarem, juntamente com os nossos alunos, num jogo: O Jogo das Emoções.



Numa primeira fase foi contada a história “O Monstro das Cores”, de Anna Llenas, que fala sobre emoções e lhes atribui diferentes cores. De seguida, formámos grupos intergeracionais de 4/5 elementos. Cada grupo ia retirando de uma caixa uma carta com uma emoção. Na primeira ronda, o desafio era descrever a palavra sem a dizer.

Na segunda, os jogadores só podiam dizer uma palavra para descrever a emoção patente na carta. Na última ronda, só podiam fazer mímica. Os restantes elementos do grupo deviam tentar descobrir a palavra emoção.

Por fim, todos contribuíram para a reflexão sobre como e quando sentimos determinada emoção. Ficou evidente que as emoções, independentemente da geração ou vivências de cada um, são sentidas de forma parecida e que, acima de tudo, devemos respeitar e compreender o outro, porque todos nós também podemos vir a sentir o mesmo.

Esta atividade foi ainda muito importante pois contribuiu para a educação intergeracional: as crianças e os idosos tiveram oportunidade de conversar e trocar ideias acerca dos mais diversos assuntos das suas vidas. Notámos os nossos alunos extremamente envolvidos, carinhosos, motivados e concentrados ao longo de toda a atividade.



SCAN ME

AS DOCES RECEITAS DAS NOSSAS AVÓS

Foram muitas as receitas partilhadas pelas avós com os vários grupos de crianças. Doces receitas, carregadas de sabor e amor, que foram pensadas por cozinheiras antigas que nelas colocaram a sua alma e a sua história.

Algumas avós vieram também cozinhar com os seus netos e colegas, que puderam provar as memórias e as histórias que cada receita transporta. Mais novos e mais velhos criam laços, entre taças, colheres de pau, mãos sujas e aquele compasso de espera em que, invadidos por um delicioso aroma, espreitam expectantes pela porta do forno.





UMA PONTE ENTRE LÍNGUAS

A avó Rita vive na Argentina e veio visitar a neta Greta a Portugal. A Greta escolheu uma história em espanhol e pediu que a avó a fosse contar à sua sala.

As crianças da sala dos 4 anos gostaram muito de conhecer a avó Rita e tentaram encontrar conexões entre os sons da língua espanhola e os sons da língua portuguesa, criando uma ponte entre ambas.

OS AVÓS VÊM À CRECHE

Na valência de creche, fizemos questão de ter a participação das famílias. Como tal, convidámos os avós para dinamizarem atividades adequadas às idades de cada sala.

Os avós aderiram com entusiasmo e trouxeram as mais diversas dinâmicas, que realizaram com os netos e amigos: culinária, hora do conto, jogos tradicionais e de roda, pinturas, experiências científicas e sensoriais. Fizeram das manhãs dos nossos meninos momentos mágicos de carinho e aprendizagem, na aproximação entre gerações.



JOGO DA MEMÓRIA

No âmbito do projeto de voluntariado “Diálogos Intergeracionais”, os alunos do 2.º ciclo interagem semanalmente com os utentes do Centro Social e Paroquial de Alcântara, onde trocam histórias e experiências.

Nesta atividade específica, os alunos desenvolveram um Jogo da Memória. Nas aulas de Educação Visual, cada aluno desenhou uma flor utilizando lápis de cor, lápis de cera ou aguarela. Na aula de Educação Moral e Religiosa Católica, os alunos aprenderam como utilizar o Jogo da Memória com os idosos.

Numa ida ao Centro de Dia, levaram o jogo construído na escola e estiveram a jogar com diferentes grupos de utentes. Foi uma tarde divertida, em que



os idosos aderiram com entusiasmo ao jogo, numa competição equilibrada e saudável com os alunos. Acreditamos que estas interações contribuem para o desenvolvimento pessoal da criança, fortalecem as comunidades e ajudam a preservar a nossa riqueza cultural e histórica.



ESCOLAS DE ANTIGAMENTE

No âmbito da temática das profissões, convidaram-se os avós a virem partilhar a sua experiência profissional. A avó do Diogo veio à sala do 1.º ano falar do seu percurso académico até se formar professora de inglês. Contou como era a escola quando andava na primária (atual 1.º Ciclo) e mostrou fotografias desse tempo de estudante, organizadas cronologicamente. Para completar a apresentação, trouxe objetos que marcaram os seus anos escolares. Por fim, retratou os seus tempos de professora, descrevendo a escola da altura em que dava aulas. Os alunos ficaram a conhecer a evolução da Escola, contada na primeira pessoa, desde o tempo de menina da avó do Diogo até à atualidade.



O MONSTRO DAS CORES

Depois de lerem em conjunto o livro "O Monstro das Cores", de Anna Llenas, avós e netos juntaram-se para partilhar as suas emoções.





LET'S COOK BROAS DE MEL

Convidámos os utentes da Universidade Sénior de Alcabideche para uma aula de inglês diferente, no âmbito do Let's Cook, onde as crianças aprendem a cozinhar numa atividade dinamizada na língua inglesa. Pensámos que seria o mote perfeito para aliar um momento de construção de relações intergeracionais e aprendizagens mútuas.

Os seniores trouxeram uma receita tradicional portuguesa já muito antiga – broas de mel – cuja maioria das crianças ainda não havia provado.

Broa de mel é um bolo ou biscoito português com sabor a mel, feito com ingredientes e especiarias que podem incluir farinha de trigo, ovos, mel e açúcar, ou ainda azeite, pinhões, vinho doce, café, sal, canela, cravo-da-índia e erva-doce.

Todos participaram e todos aprenderam, crianças e seniores. Começámos por fazer um jogo de associação dos ingredientes em português e inglês e posteriormente iniciámos a confeção. Finalmente, pudemos provar umas deliciosas broas de mel.



OS SNACKS SAUDÁVEIS

Os Snacks Saudáveis da Avó Luísa

A vinda de um avô ou avó à sala é sempre muito especial. Mais ainda quando nos vem ensinar algo e mostrar o amor que sente pela sua profissão.

Recebemos a avó Luísa nas três salas do pré-escolar onde, num ambiente de diversão, criou snacks saudáveis com as crianças. Os olhares mantiveram-se curiosos durante todo o processo e as barrigas deliciaram-se com divertidas sandes de manteiga de amendoim, figuras de animais de fruta e tantos outros snacks saudáveis que nos fizeram ficar a falar sobre os diferentes ingredientes.

Tivemos ainda a oportunidade de ouvir alguns trechos da história “Não se Brinca com a Comida”, da autoria da avó Luísa. Com ela descobrimos que qualquer alimento pode ser o início de uma história e de uma aventura que se constrói em conjunto à mesa.



“Tivemos ainda a oportunidade de ouvir alguns trechos da história “Não se Brinca com a Comida”, da autoria da avó Luísa.”



QUANDO EU ERA PROFESSORA

A avó Ana é avó do Nicolau, da sala dos 4 anos, e veio à escola construir um fantoche com o grupo.

Partilhou também histórias fascinantes do tempo em que era professora e descreveu como era a escola quando ela era criança. Foi uma viagem no tempo, para ela e para nós.



SEMANA DA POESIA E DA NATUREZA



A semana dedicada à Poesia e à Natureza visou promover a interação intergeracional entre avós, idosos do centro dia e crianças, através da poesia e da arte, celebrando a beleza da natureza e fortalecendo os laços familiares e comunitários. Foi uma semana repleta de emoções



e muitos momentos de partilha. Desde a visita ao Parque dos Poetas, em Oeiras, onde o contacto com a natureza e a poesia deram azo a momentos fantásticos de aprendizagem e onde o Avô Fernando e as crianças puderam declamar poesia, até à exposição dos trabalhos relacionados com o tema, cheia de vida e cor. Após um recital de poesia, os avós, os idosos da AISA e as crianças tiveram a oportunidade de expressar a sua criatividade e apreço pela natureza através de atividades plásticas, estimulando o desenvolvimento pessoal e social. O evento reforçou a importância da preservação da natureza e a conexão emocional que as pessoas têm com o meio ambiente e contribuiu para o fortalecimento dos laços afetivos entre as gerações, promovendo o respeito, a compreensão e o carinho entre os participantes.

PASSARINHOS DE PORTUGAL



No âmbito do projeto Be Kind, era um dos nossos objetivos que as crianças tivessem contacto com diferentes brinquedos antigos, que não fossem tão comuns nos dias de hoje. Surgiu assim a ideia dos apitos de água.

O apito de água é um produto artesanal em barro, original de Barcelos, Trás-os-Montes, Beiras e Alentejo, zonas onde o barro era por excelência muito trabalhado em olaria. Feito em roda de oleiro e moldado à mão, é cozido ao sol e posteriormente em mufla. Pode ser pintado à mão, tradicionalmente com cores garridas, com tinta acrílica, ou vidrado, voltando à mufla para ser cozida a pintura. Ao introduzir água, o ar soprado para o seu interior faz agitar a água, alterando o som do apito e transformando-o num som musical.



Ao longo do tempo, foi usado para acompanhamento musical, como chamariz de clientes para as olarias, na chamada para a caça, como brinquedo e como instrumento musical, para acompanhamento de ranchos folclóricos.

A “Passarinhos de Portugal” dedica-se a reavivar esta tradição, fazendo pequenos passarinhos musicais de barro (apitos de água), elaborados de forma artesanal em roda de oleiro. Lançámos-lhes então o desafio de virem ao Colégio ensinar as crianças a produzir estes instrumentos/brinquedos com os quais, muito possivelmente, os seus avós e bisavós brincaram em crianças.

AULA DE ARTE PARA TODOS

No âmbito da Spring Art Week, convidámos os utentes do Centro de Dia Nossa Senhora de Porto Salvo para participarem connosco numa aula de artes plásticas dinamizada pela professora Rute Casteleira. Ajudando-nos mutuamente, ultrapassámos os desafios em conjunto, e pintámos lindas flores de papel. No final, construímos pequenos canteiros, uns que oferecemos ao Centro de Dia e outros que ficaram a enfeitar a receção da nossa escola.



CROWDFUNDING “GROWING THROUGH GIVING”

O projeto “Growing Through Giving” foi organizado pelos alunos do 6.º ano, no âmbito da disciplina de Cidadania e Desenvolvimento, na temática de literacia financeira.

O objetivo era realizar um crowdfunding solidário para angariar fundos para a compra de jogos e equipamentos para os idosos da AISA - Associação de Apoio Social Nossa Senhora da Assunção.

A campanha foi um sucesso, ultrapassando a meta inicial de angariação de fundos. Envolveu a venda de rifas e uma quermesse no Dia da Família e culminou com a entrega da verba e de um cheque simbólico na festa de final de ano do colégio.

Os alunos envolveram ativamente a comunidade, promovendo a solidariedade e sensibilizando para a importância da doação. Puderam aplicar conhecimentos de cidadania e literacia financeira, desenvolvendo competências como trabalho em equipa, liderança e responsabilidade social.

Este projeto foi uma experiência enriquecedora que demonstrou o poder da colaboração e da generosidade e capacitou os alunos para fazerem a diferença na comunidade através da solidariedade e do cuidado com os outros.





OS SCONES DO AVÔ

Os avós do Manuel, da sala dos 2 anos, vieram ensinar as crianças a fazer scones. E partilharam connosco a receita.

O avô adora culinária e tem muitos conhecimentos acerca do tema. Apesar da aparente simplicidade da receita, ele ensinou-nos vários pequenos truques que desconhecíamos e que fazem toda a diferença. Por exemplo, que a massa dos scones deve ser só misturada e não demasiado batida. Assim, os scones serão de digestão mais leve, pela redução da quantidade de glúten.

As crianças participaram em todo o processo de confeção da receita e puderam ao lanche deleitar-se com os apetitosos scones.

AVÔ, AVÔ, VENHAM COZINHAR CONNOSCO!

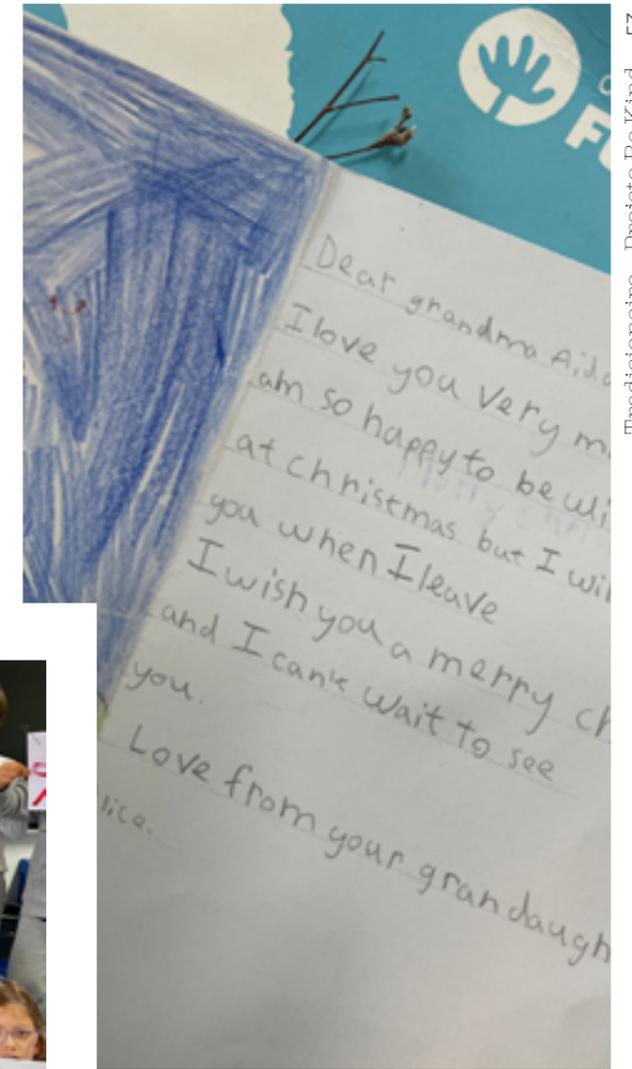
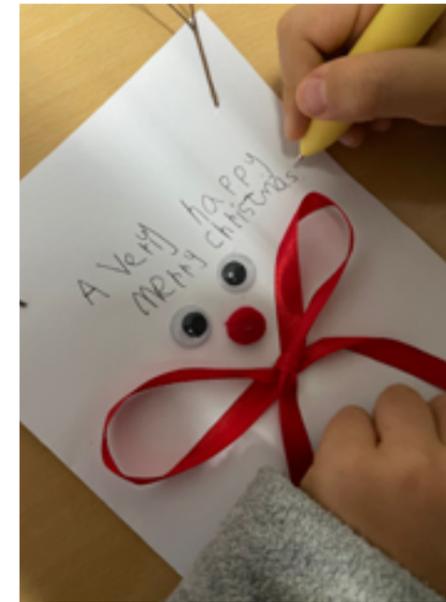
Durante quinze dias a porta da sala do 2.º ano esteve aberta a todos os seus avós e avós. Os netos lançaram-lhes um desafio: “Venham cozinhar connosco!” Os avós deviam trazer receitas à sua escolha, todas diferentes, para serem confeccionadas em conjunto.

E assim aconteceu. O impacto foi tão grande que o grupo sugeriu criar um livro, compilando todas as receitas, para as poderem cozinhar sempre que quisessem, na escola ou em casa.



MIMINHOS NA COZINHA

Os avós da sala do 1.º ano foram desafiados a cozinhar com os seus netos e o resultado foi delicioso.



PARTILHA DE SORRISOS

No âmbito da disciplina de inglês, os alunos do 2.º ano enviaram aos seus avós um cartão de Boas Festas. Com esta atividade, aumentaram o seu vocabulário de inglês e, com certeza, fizeram sorrir o coração dos avós.

ESCOLA DE ONTEM ESCOLA DE HOJE

Os alunos do 4º ano interessaram-se por saber mais acerca da escola do tempo dos seus avós. Queriam perceber se a escola seria muito diferente do que é atualmente.

Decidiram então fazer alguma pesquisa e entrevistaram os avós. Com o que investigaram, criaram um livro digital que disponibilizaram à comunidade educativa.

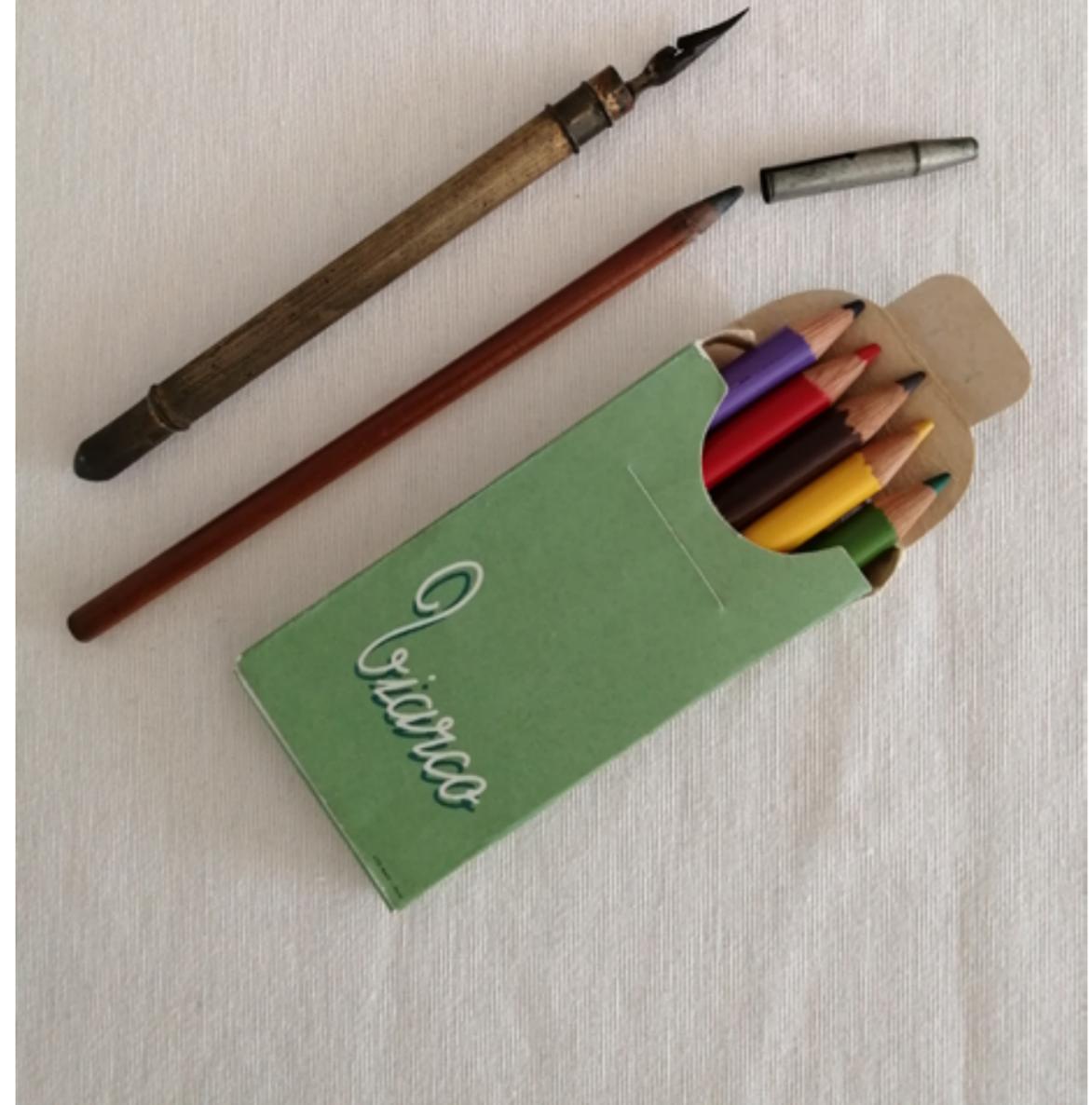
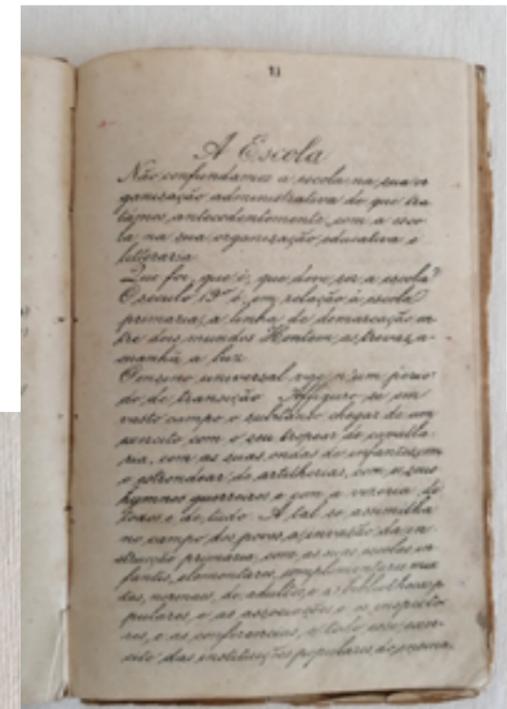
Os alunos passaram por um processo de muita aprendizagem e valorização da evolução temporal do espaço-escola. Estas aprendizagens foram feitas de forma significativa: junto das suas famílias, analisando fotografias e livros e em conversas com pessoas mais velhas.

Puderam concluir que, apesar das muitas mudanças e adaptações até aos dias de hoje, uma coisa é certa: o seu propósito nunca se alterou, de ser um lugar de alegria, crescimento e aprendizagem para todos.

Escola no Tempo dos Avós



SCAN ME



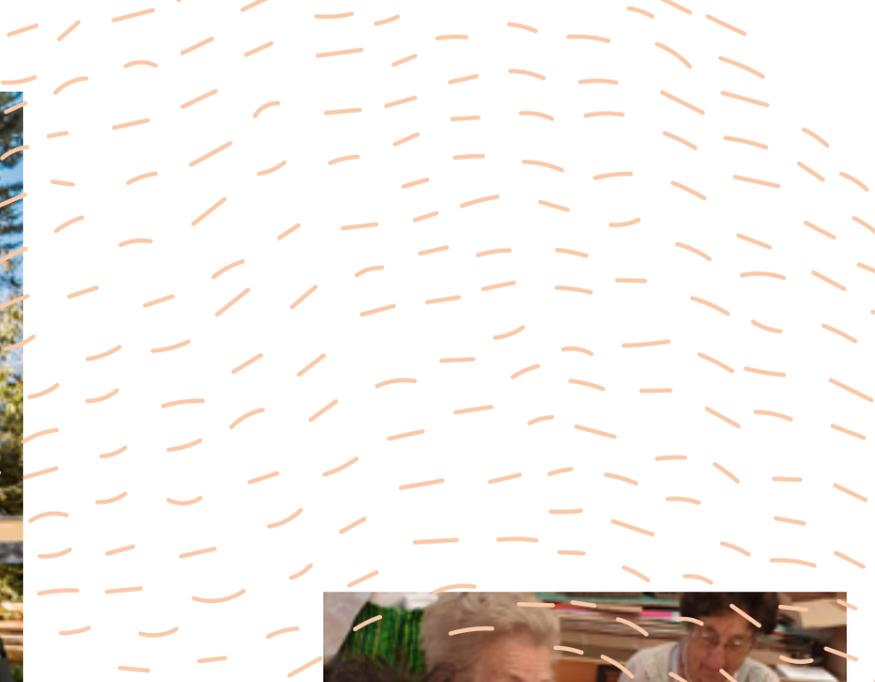


LADO A LADO NO MUSEU

A atividade “Lado a Lado no Museu” teve como objetivo promover a dinâmica intergeracional entre alunos e idosos, através da pintura de azulejos, realizada no Museu Condes de Castro Guimarães, onde se criou um ambiente de convívio e troca de experiências entre as diferentes gerações, enquanto se explorava a arte tradicional dos azulejos.

Os alunos foram apresentados à história e à técnica da pintura de azulejos, com enfoque na importância cultural desta arte em Portugal. Foi organizada também uma visita prévia ao Museu Condes de Castro Guimarães, onde alunos e idosos tiveram a oportunidade de conhecer as coleções de azulejos e aprender sobre a sua história.

Foi uma tarde muito rica, onde crianças e idosos deram azo ao seu talento e se entretajudaram na superação de um novo desafio para ambos: aprender a técnica de pintura de azulejos. A atividade foi enriquecedora e promoveu a partilha intergeracional através desta arte secular, proporcionando momentos de aprendizagem, convívio e valorização das tradições culturais.



JOGOS NO DIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Como forma celebrar o Dia da Educação Física e de promover a atividade física em todas as idades, convidámos os utentes do Espaço Sénior da Junta de Freguesia Cascais-Estoril e os avôs das crianças do Colégio a participarem em diversos jogos e dinâmicas, numa parceria entre as diferentes gerações.

Foram momentos animados, com danças, esquemas e jogos tradicionais, entre outros. No final, os nossos convidados do Espaço Sénior deram uma aula com um esquema coreografado aos alunos do 1º Ciclo, tendo sido eles os professores por um dia.



“deram uma aula
com esquema
coreografado aos
alunos do 1.º ciclo”

DOMINÓ

Os utentes do Pólo da Cruz Vermelha da Parede convidaram os alunos do Colégio Papião para jogar Dominó.

A história do dominó remonta ao século XII e é originária na cultura chinesa. Só foi introduzido na Europa no século XVII. Cada face retangular da pedra é dividida em duas partes quadradas, ou “pontas”, que são marcadas por um número de pontos de 1 a 6 ou deixadas em branco, para representar o zero. As pedras são geralmente denominadas de acordo com os números nas suas pontas. Assim, uma pedra com um 3 de um lado e um 4 do outro, é chamada de três-quatro, por exemplo. Peças com números iguais em ambas as pontas são chamadas “duplos” ou “carroças”. Um jogo de dominó é equivalente a um baralho de cartas ou jogo de dados, que podem ser jogados de diversas maneiras. Este é um jogo coletivo com tradição e reputação, que desde sempre serviu, não só para entreter os jogadores, mas também para os aproximar e ser mote para bons momentos. E foi isso mesmo que aconteceu entre os nossos alunos e os seniores: momentos divertidos, de aprendizagem, conexão e partilha.



LAÇOS NA COZINHA

A cozinha é um lugar especial onde as pessoas, não só preparam alimentos, mas também partilham experiências, histórias e afeto. Cozinhar juntos ou fazer uma refeição em conjunto vai muito além do simples ato de nos alimentarmos, é uma forma de criar laços e manter tradições familiares vivas.

Cozinhar envolve muitas vezes receitas transmitidas de geração em geração, que transportam consigo a história e os costumes da família. É um momento em que os mais velhos podem ensinar os mais jovens, transmitindo não apenas as técnicas culinárias, mas também os valores e tradições que estão embutidos nos alimentos.

A cozinha é um espaço onde as pessoas se reúnem, conversam, riem e partilham momentos de intimidade. É um lugar onde se podem criar memórias preciosas, desde os cheiros que nos transportam de volta à infância até às histórias engraçadas que são contadas enquanto se prepara uma refeição. Desafiámos os nossos alunos a irem em

“Cozinhar é um modo de amar os outros.”

escreve Mia Couto.

busca de receitas dos seus avós, como forma de se conectarem com as suas histórias e identidade familiar e de explorarem as tradições, os costumes e os valores que estão enraizados na comida e na cultura familiar.

Houve a partilha de receitas tradicionais, a recolha de receitas familiares – que posteriormente foram ilustradas nas aulas de artes – e a confeção de bolachinhas, numa atividade intergeracional entre avós e netos.

Ao resgatar estas receitas e memórias afetivas através da culinária, os alunos tiveram a oportunidade, não apenas de honrar as suas raízes, mas também de construir novas narrativas e memórias, conectando o passado ao presente e criando um legado para o futuro.



JOGOS TRADICIONAIS

Os seniores do Centro de Dia da Paróquia de Nossa Senhora de Porto Salvo convidaram os alunos do 3º ano para participarem com eles numa atividade de jogos tradicionais. Foi uma tarde muito ativa e divertida em que a cooperação e a competição saudável foram o mote para partilha de gargalhadas, histórias e afetos.



HORA DO CONTO ASSUSTADORA

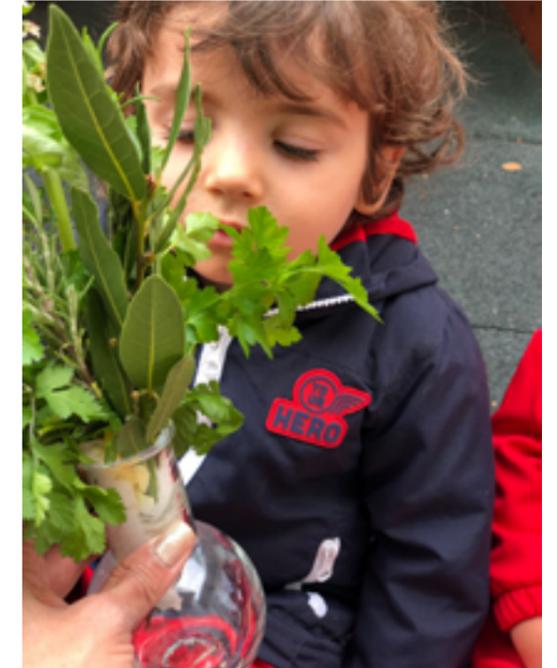
A avó Avril é a avó materna da Maria. Nasceu em Inglaterra e fala muito bem inglês. No Halloween, vestiu-se de bruxa e veio à nossa sala “pregar-nos um susto” com pequenas aranhas de faz-de-conta e ler-nos o livro “Room on the Broom”, da autoria de Julia Donaldson. Veio a voar na sua vassoura e tudo...



NA HORTA COM OS AVÓS

De forma a desenvolver a consciência ambiental, o gosto pelos produtos da terra e pelo cultivo e construção de hortas pedagógicas, as nossas crianças partilharam diversos momentos com os avós, que convidaram para virem à escola.

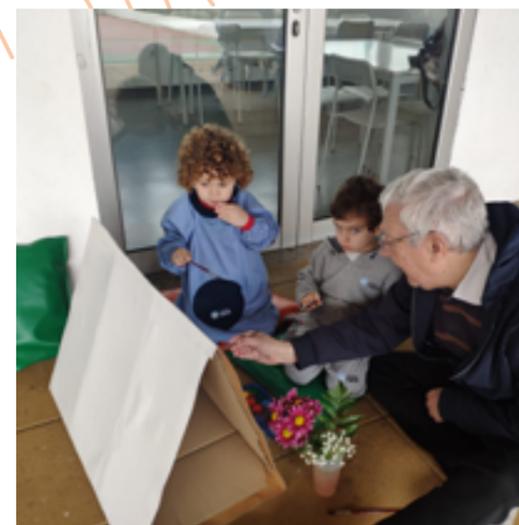
Criámos memórias através de muita brincadeira, exploração de frutas, legumes e, até, de ervas aromáticas. Estes momentos intergeracionais permitiram uma partilha mútua de conhecimentos e experiências, que promoveram o crescimento pessoal e a aprendizagem de mais novos e mais velhos.





NO MEU TEMPO ERA ASSIM

Com a chegada do Natal, alguns avós das salas do pré-escolar vieram à escola ler algumas histórias alusivas à época e partilhar como eram os Natais da sua infância. Foram momentos ricos e surpreendentes, que despertaram memórias e cruzaram gerações.



PINCELADAS COM AMOR

No âmbito da Spring Art Week, a sala dos 3 anos convidou os avós a participarem num ateliê de artes plástica alusivo à primavera. Neste espaço, puderam encontrar várias estações e, em cada uma criar várias obras ao som de música clássica. Fizeram-se colagens com elementos da natureza, bem como pinturas à vista da flor ou obra de autor preferida. Foi uma manhã especial, repleta de arte e de troca de ideias criativas entre avós e netos.

WORKSHOP DE PRODUÇÃO DE AZULEJOS

A avó da nossa aluna Maria Clara fabrica peças de cerâmica artísticas no seu ateliê Cerâmica Artística Isabel Garcia Lda. Sendo os azulejos, e a cerâmica em geral, muito utilizados na decoração das casas portuguesas, fez-nos sentido convidar a avó Isabel para partilhar com os nossos alunos as diversas técnicas de produção de azulejos e respetiva pintura.

A produção de azulejos em Portugal começou na segunda metade do século XVI, em Lisboa, encorajada por alguns artesãos flamengos que se instalaram na capital, trazendo consigo o conhecimento e a experiência da nova técnica: a faiança.

Do workshop nasceram verdadeiras obras de arte que se transformaram em bonitas recordações deste dia tão especial. Aprendemos técnicas seculares com alguém muito conhecedor e experiente neste ofício, com uma produção ainda muito semelhante ao que se praticava antigamente.





“as vivências de outros tempos, permitem-nos hoje olhar para o passado através de memórias vivas e seguramente muito felizes.”



O QUE CABE DENTRO DE UM TELEMÓVEL

Os tempos mudaram e naturalmente evoluíram...mas as vivências de outros tempos, permitem-nos hoje olhar para o passado através de memórias vivas e seguramente muito felizes.

A mãe e os avós do Gonçalo prepararam uma apresentação na sala dos 5 anos, onde partilharam objetos que representam a evolução dos diferentes meios de comunicação ao longo dos anos.

Descobrimos que, dentro de um telemóvel, “cabe” uma máquina de escrever, uma máquina de calcular, uma máquina fotográfica, um relógio, um gira-discos, um leitor de cassetes, uma telefonia e um computador. É incrível, não é?



BOMBEIRO POR UM DIA

Esta atividade assinalou o Dia Internacional do Bombeiro, homenageando aqueles que se dedicam à proteção, segurança e bem-estar das populações. Teve como objetivo dar a conhecer o trabalho dos bombeiros e sensibilizar para a importância de tudo o que fazem para além de apagar fogos. Visou ainda proporcionar aos alunos a experiência de entrar num carro de bombeiros, ver fatos e utensílios utilizados em situações de emergência e participar em simulacros, aumentando a sua consciência sobre segurança.

A interação entre alunos, bombeiros e idosos fortaleceu os laços comunitários e promoveu o respeito mútuo entre as diferentes gerações, bem como uma compreensão mais profunda sobre a profissão bombeiro.

No final da atividade, os bombeiros foram homenageados numa pequena cerimónia, como reconhecimento do seu serviço à comunidade, e os alunos ofereceram aos bombeiros e aos idosos um porta-chaves feito por eles, como forma de agradecimento e lembrança alusiva ao dia.





IOGA COM O AVÔ CALHA

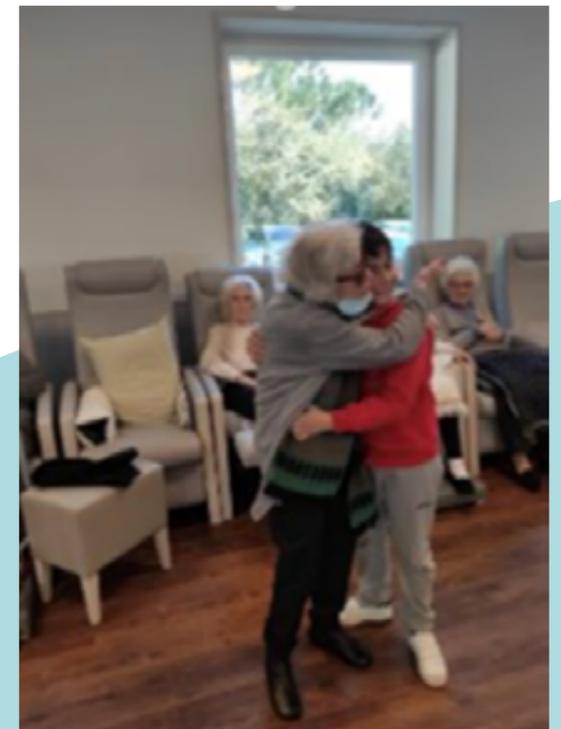
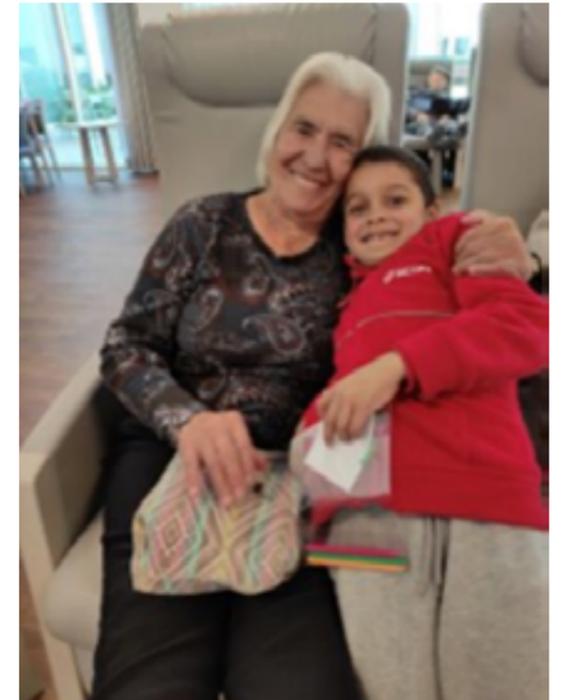
Durante a Spring Art Week, convidámos o Avô Calha para dinamizar aulas de ioga com os grupos da Creche e do Pré-Escolar.

Viveram-se momentos de relaxamento e tranquilidade, em que se explorou a respiração e se experimentaram diferentes posições de ioga. Todas as crianças se mostraram muito interessadas nesta aula tão diferente e oferecida por uma pessoa tão especial.

JOGO “ESPELHO DAS EMOÇÕES”

Esta foi a nossa primeira visita ao espaço da Residência Sênior Domus Aurea... E que bonita foi. Os alunos do 1.º ano iniciaram a dinâmica, contando a história “O Monstro das Cores”, de Anna Llenas, que foi o mote para os jogos e interações que se seguiram, todos relacionados com as emoções.

Além de se expressarem, num ambiente de empatia e compreensão, as crianças ouviram atentamente os idosos a falar sobre o seu sentir, as suas histórias e as suas partilhas. Entre jogos e conversas, a manhã foi um importante momento de encontro e convívio, onde todos se surpreenderam e divertiram.





NATAL **EM FAMÍLIA**

O Natal no Colégio da Fonte é um tempo de afetos e partilha, onde se vive a construção desta festa em família.

Como tal, convidámos as famílias, especialmente os avós, para nos ajudarem a transformar o nosso colégio numa verdadeira casa acolhedora, onde o Natal acontece. Decorámos os diferentes espaços do colégio, cozinhámos doces tradicionais, cantámos músicas da época e convidámos os avós a almoçarem ou lancharem connosco. Vivemos momentos muito ternos e especiais. E fez-se Natal.



A LENDA DE S. MARTINHO

A Maria, a Matilde e a Constança, do 3.º ano, interessaram-se pela Lenda de São Martinho e fizeram um pequeno projeto acerca da mesma.

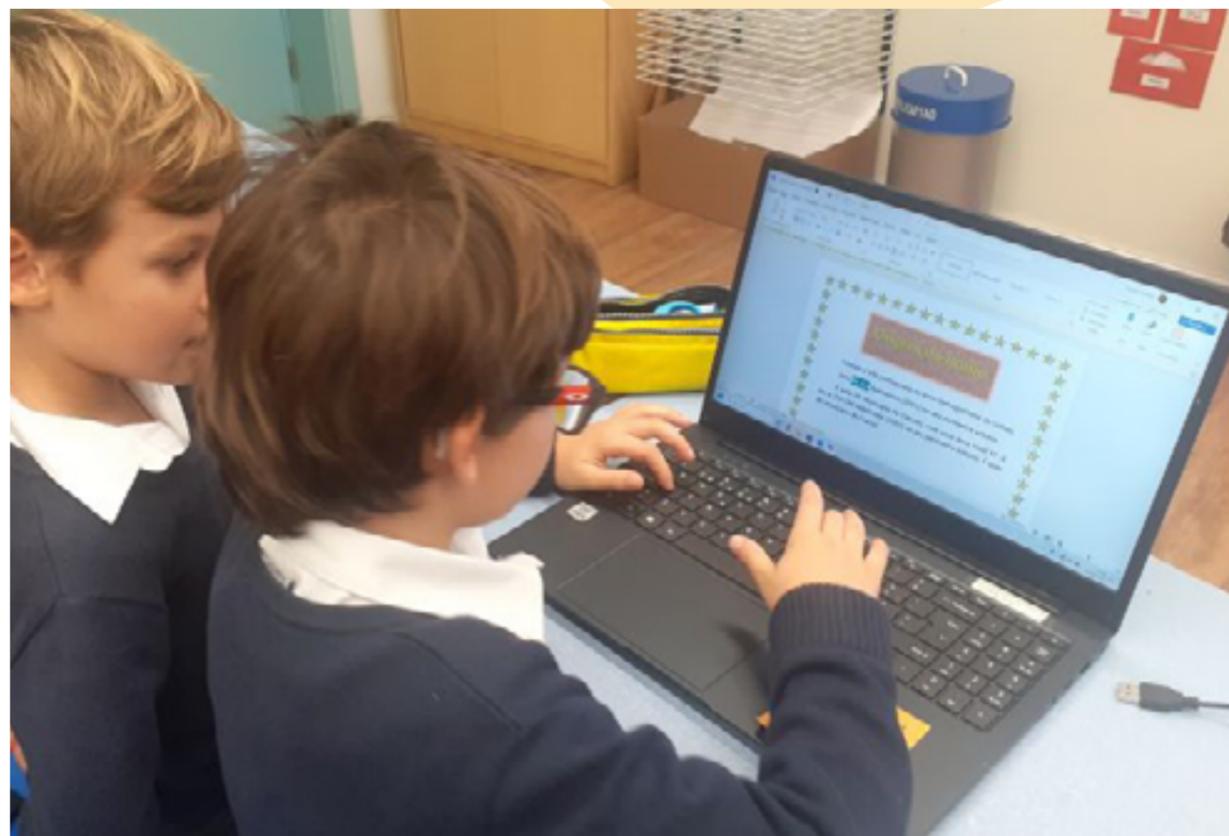
A história diz-nos que esta lenda data do ano de 337 do século IV. Conta que, num dia de outono duro e frio que nesse ano assolava a Europa, um cavaleiro gaulês, chamado Martinho, tentava regressar a casa quando encontrou, a meio do caminho, durante uma tempestade, um mendigo que lhe pediu uma esmola.

O cavaleiro, não tendo mais nada consigo, retirou das costas o manto que o aquecia, cortou-o ao meio com a espada, e deu ao mendigo. Nesse momento, a tempestade desapareceu e

um sol radioso começou a brilhar.

O milagre ficou conhecido como «verão de São Martinho», repetindo-se sempre na mesma altura em novembro, por altura do Dia de São Martinho – 11 de novembro –, data em que Martinho foi sepultado na sua terra natal, em Tours. O famoso cavaleiro era um militar do exército romano que abandonou a guerra para se tornar num monge católico e fazer o bem. Foi um dos principais religiosos a espalhar a fé cristã na Gália (a atual França) e tornou-se num dos santos mais populares da Europa. Além de Portugal, também outros países festejam o Dia de São Martinho. Em França e Itália, à semelhança de Portugal, comemoram-se castanhas assadas. Já em Espanha, faz-se a matança de um porco e, na Alemanha, acendem-se fogueiras e organizam-se procissões.

“O cavaleiro, não tendo mais nada consigo, retirou das costas o manto que o aquecia, cortou-o ao meio com a espada, e deu ao mendigo.”





PARTILHAR SORRISOS RECEBER AMOR

No primeiro ano, o projeto “Partilhar Sorrisos” consistiu na elaboração de cartas pelos alunos (do pré-escolar ao 2.º ciclo) que, através da magia da escrita, pretenderam encurtar distâncias e encher os corações dos avós de amor e alegria. Com palavras doces e desenhos repletos de significado, procuraram ver até onde pode chegar um sorriso, que desejava encurtar distâncias, minimizar saudades e criar uma ponte entre gerações. Os alunos escreveram

mensagens, fizeram desenhos e enviaram fotografias e beijinhos em forma de corações coloridos. As turmas dirigiram-se então aos CTT e enviaram as suas cartas aos avós, para os quatro cantos do mundo. Queriam colocar um sorriso no rosto dos avós, ao receberem as suas cartas.

No segundo ano do projeto, continuámos a fazer a ponte com os nossos avós e enviámos também cartas para os “avós” da AISA, nossos parceiros, de forma a incluí-los neste projeto de afeto intergeracional. Desta vez, os alunos pediram para os avós responderem, enviando quadrados de tecido decorados ou costurados por si.

A felicidade dos avós reflete-se nas maravilhosas cartas que recebemos e na manta “Retalhos de Amor”, construída com os retalhos enviados, onde cabem sorrisos, lembranças, arte, histórias e muito amor.

O projeto foi distinguido com o selo e diploma “Escola Amiga da Criança”.

AULA DE MOVIMENTO PARA TODOS

Convidámos os utentes do Centro de Dia Nossa Senhora de Porto Salvo a acompanhar-nos numa aula de Educação Física dinamizada pelo professor João Mounier. Foi um momento desafiante para todos. Organizaram-se duplas intergeracionais, que realizaram os exercícios propostos pelo professor o melhor que conseguiram. Todos saíram exercitados, no corpo e nos afetos.





PRIMEIROS SOCORROS

Em mais um dia de partilha entre gerações, os meninos e meninas da turma do 1.º ano receberam a avó Graciete, que veio contar um pouco da sua história e enriquecer os nossos conhecimentos na área da saúde e da prestação de primeiros socorros.

A avó, pediatra e médica de família, falou um pouco sobre a sua prática clínica e sobre o que é ser médico. Garantiu que todos podemos ajudar alguém que esteja em perigo e, para tal, apresentou-nos algumas ferramentas.

Os alunos simularam situações de engasgamento, entre outras, onde é necessário prestar primeiros socorros. Num ambiente descontraído, onde praticaram num urso grande de peluche, divertiram-se a aprender com quem sabe.



VAMOS CANTAR AS JANEIRAS

**“Cantar as Janeiras”
é uma tradição
portuguesa antiga que
consiste em grupos
de pessoas irem
cantando músicas
pelas ruas anunciando
o nascimento de Jesus
e desejando um Feliz
Ano Novo.”**

Os alunos dos Colégios To Be cantaram as Janeiras com ou para os idosos das instituições parceiras, vivendo experiências enriquecedoras que uniram diferentes gerações em torno das tradições e da música popular, fortalecendo os laços comunitários e promovendo a valorização do património cultural local.

O 3.º ano do Colégio da Fonte e os idosos do centro de Dia da Paróquia Nossa Senhora de Porto Salvo, ensaiaram duas músicas, que cantaram

na PSP e no Jardim de Infância Moinho das Rolas, onde entregaram os alimentos e brinquedos recolhidos pela comunidade educativa. O coro do Colégio Papião cantou as Janeiras no Lar da Cruz Vermelha Portuguesa da Parede, onde as crianças também puderam ouvir algumas músicas cantadas pelos idosos do lar. Para celebrar o Dia de Reis, os alunos dos 3.º e 4.º anos do Colégio Quadrante representaram as crianças do concelho e cantaram as Janeiras no salão Preto e Prata do Casino Estoril, partilhando o palco com a comunidade sénior, para reavivar tradições que perduram no tempo. Esta interação fortaleceu os laços intergeracionais, promovendo o entendimento mútuo e a valorização das experiências de vida de cada geração. A atividade proporcionou momentos de alegria, convívio e celebração, criando memórias afetivas.





ANIMAIS EXÓTICOS

A avó Fatinha é avó da Maria Rita e veio à sala dos 4 anos partilhar um dos seus grandes e curiosos interesses: animais exóticos. Contou-nos que tem, em sua casa, um quarto com terrários com diversos animais: cobras de várias espécies, iguanas, entre outros. Apresentou-nos um dragão barbudo e falou sobre os seus hábitos diários, alimentação e sono. Foi um momento muito entusiasmante em que as crianças puderam tocar neste animal e aprender muitos factos interessantes. Como a sala dos 5 anos estava a desenvolver um projeto sobre cobras, também convidou a avó Fatinha, que veio, uma vez mais de forma apaixonada, partilhar os seus conhecimentos sobre este réptil com o grupo.

CANCIONEIRO

A música tradicional portuguesa tem subjacente um conjunto de práticas, géneros e estilos musicais associados a contexto rurais. Contudo, a “tradição” alicerça-se numa visão interpretativa dinâmica da música e da cultura e, neste sentido, é um modelo do passado que não é separável da sua interpretação do presente.

Os alunos dos Colégios To Be ensaiaram uma seleção de músicas tradicionais portuguesas, que depois gravaram em conjunto com utentes das instituições parceiras.

- A Saia da Carolina
- Gotinha de Água
- Laurindinha
- Meninas Vamos ao Vira
- O Mar Enrola na Areia

Cancioneiro Be Kind Letras



SCAN ME



Cancioneiro Be Kind Áudio



SCAN ME





BINGO

Convidámos os idosos do Pólo da Cruz Vermelha da Parede para, em conjunto com os nossos alunos dos 4 anos, jogarem ao Bingo. Acreditámos que, durante os jogos, se poderiam desenvolver relações cúmplices e significativas.

Este jogo com tradição, muito divertido, trouxe diversas aprendizagens para crianças e seniores. Durante o jogo estabeleceram-se interações carinhosas e mantiveram-se conversas acerca dos mais diversos temas. Os mais velhos ensinaram as regras aos mais novos e juntos formaram equipas intergeracionais.

No Bingo, cada jogador pode usar de 1 a 4 cartões de 24 números aleatórios de 1 a 75.

A cada rodada um número é sorteado e o jogador deve verificar se esse mesmo número se encontra no seu cartão. O jogador completa o seu cartão marcando os números sorteados. O objetivo é completar linhas, colunas ou diagonais, de acordo com o padrão da fase. O jogador que completar o seu cartão primeiro, ganha: “Bingo!”



DANÇAS E CANÇÕES TRADICIONAIS

Não tendo sido a primeira vez que os nossos amigos do Espaço Sênior da Junta de Freguesia Cascais-Estoril nos visitaram, na Semana das Artes e Cultura voltámos a recebê-los... e que bom foi! Numa manhã animada, juntámos as diferentes salas e valências do colégio para um momento de partilhas em torno da temática.

Depois dos seniores nos apresentarem um incrível esquema coreografado, as crianças retribuíram e foram cantando músicas tradicionais portuguesas, acompanhadas por instrumentos. Foi uma manhã cheia de demonstrações de arte, tradição e movimento, onde recordámos canções e instrumentos que fazem parte do nosso património cultural.



PASSEIO COM OS AVÓS NA VILA NATAL

O colégio transformou-se numa Vila Natal para proporcionar um dia diferente a avós e netos e para assim celebrarem juntos uma época tão especial como o Natal. A equipa transformou o espaço escolar com decorações alusivas à época e organizou atividades típicas de uma vila Natal para que todos desfrutassem e fortalecessem os laços familiares.

Avós e netos puderam participar e assistir, ao longo do dia, a diferentes atividades e atrações: assistiram à Orquestra Orff, aos Soldadinhos de Chumbo e a uma peça de teatro, visitaram a “Casa do Pai Natal”, cozinham juntos na atividade “Avós, açúcar e canela”, participaram no “Santa’s Workshop” onde criaram decorações de Natal, fizeram parte da orquestra “Sons de Natal”, entre muitos outros momentos de encontro e partilha.

Foi um dia passado num ambiente mágico e festivo, que promoveu o espírito de união e alegria entre toda a comunidade escolar. O evento criou memórias afetivas duradouras para avós, netos e toda a comunidade escolar, reforçando o sentido de pertença e identidade da escola como um espaço de convívio e aprendizagem em família.



BEM-VINDOS À VILA

BE KIN:D
BE HAPPY
ENCONTRO DE GERAÇÕES, PARTILHA DE SABERES



VILA BE KIND BE HAPPY

O evento Vila Be Kind Be Happy foi a atividade de encerramento do Projeto Be Kind - Uma Ponte Entre Gerações, desenvolvido pelos Colégios To Be nos anos letivos 2022/2023 e 2023/2024.

Teve como objetivo proporcionar um dia de encontro das várias gerações, onde fosse possível aprender e ensinar em conjunto. Pretendia ter representadas algumas das atividades desenvolvidas ao longo do projeto, para que os participantes pudessem experienciar o que os alunos To Be viveram e sentiram, com eles.

Neste evento, houve apresentações e atividades diversificadas, todas intergeracionais: momentos musicais, teatro, dança, ioga, jogos tradicionais, showcookings, ateliês (robótica, pintura de azulejos, tricot, artes plásticas, barro), workshops (horta pedagógica, redução de lixo), animais exóticos e exposições.

As salas de exposições de trabalhos e de objetos permitiram uma viagem guiada a memórias antigas. Dançaram-se e representaram-se histórias passadas. Revisitaram-se músicas do cancionero tradicional português. Construíram-se robôs, espreitando o futuro.

A Vila Be Kind Be Happy foi um evento solidário que contou com a visita de mais de 700 pessoas. Foi uma celebração das famílias e do encontro entre gerações. Foi um dia de partilha e de aprendizagem... Um dia feliz.

Filme
**Vila Be Kind
Be Happy**



SCAN ME

EQUIPA IMPACTO SOCIAL

COLÉGIOS PROJECTO BE





BE KIND TEAM



PROJECT TO BE



“CANTAR”

És de outro tempo
De outra geração
Em que o peso da vida
Pesava na mão

As rugas marcadas
São histórias vividas
Umhas bem lembradas
Outras já esquecidas

É bom ter-te ao meu lado
É bom caminhar contigo
Aprender com o teu passado
É bom ser teu amigo

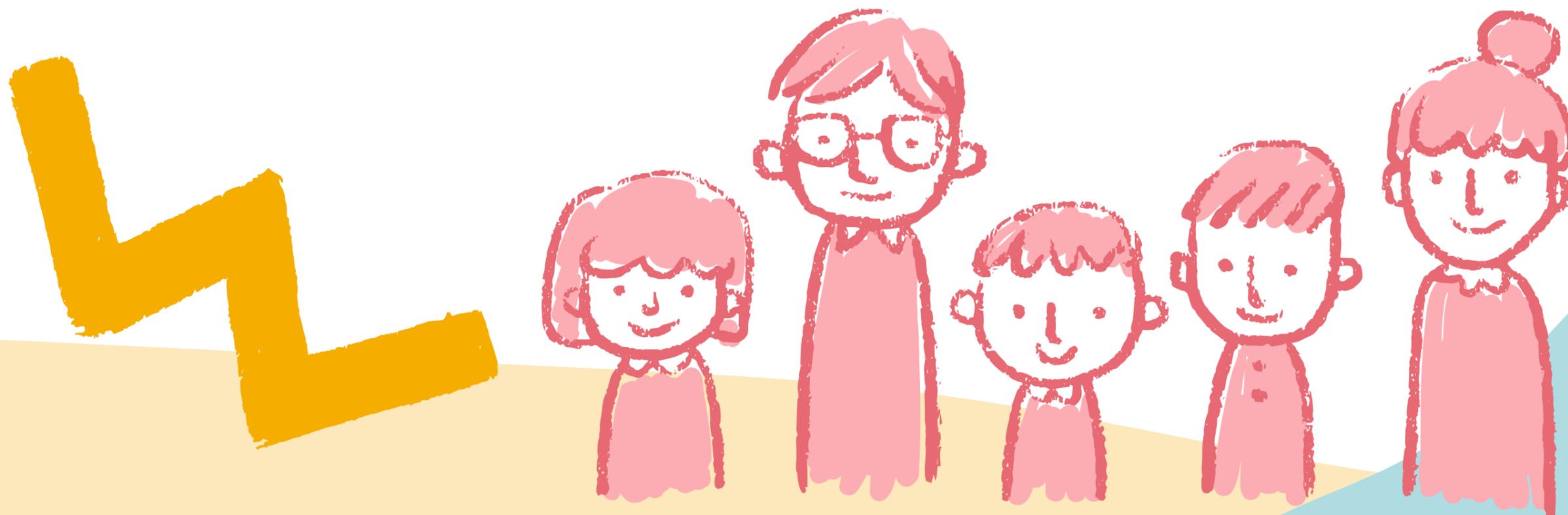
O antigamente
Recordas com vaidade
Memórias de uma gente
Que te deixa saudade

Sou uma criança
Mas fiz-te esta canção
Em forma de lembrança
Guarda-a no coração

Letra e Música:
Ricardo Reis Pinto



Amanhã...



INÊS MELO GOMES
Colégio Papião



“Deste projeto ficam as melhores memórias de gargalhadas partilhadas entre crianças e idosos. Ficam as conversas que fluem entre eles de forma surpreendente quando ensinam e aprendem uns com outros. Fica a comoção dos colaboradores quando envolvidos em atividades. Fica a certeza de que, quando em interação com elementos da terceira idade, até a criança mais desafiante se concentra e se envolve sem amarras. Fica o brilho nos olhos dos idosos ao desenvolver estas atividades com as nossas crianças. Ficam as suas palavras, tantas vezes: “Nem sabem o quão isto nos faz bem, nem sabem o quanto precisávamos disto”. Ficam as perguntas dos pais entusiasmados ao final do dia: “Então filho, gostaste de ir ao lar cantar com os senhores?”. Fica a vontade de fazer mais. Fica a certeza de que fomos companhia, luz e esperança uns para os outros e que este é um caminho necessário na educação e na sociedade. A terceira idade é e sempre será fonte de sabedoria, respeito e muito carinho. Que os nossos alunos continuem a ter a oportunidade de lidar com esta realidade, transformando-a em algo bom, em algo que lhes acrescenta e faz crescer com mais empatia pelo próximo.”



RUTE NOVAIS
Colégio da Fonte

“À volta de uma fogueira contam-se histórias ímpares, que o fogo alimenta com as mais belas emoções. O projeto BE KIND, e todas as atividades realizadas com os avós e os seniores do centro de dia, foram o fogo que fez, das atividades escolares, da vida das crianças e adultos envolvidos, momentos únicos impossíveis de reproduzir. Aqueles abraços que observámos, entre avós e netos, ou entre os idosos do centro de dia e as crianças, são representações desse fogo, que não se explica por palavras, que se vive, se sente como único e nos marca para sempre.”



LILIANE MAGALHÃES
Colégio da Beloura

“Uma Ponte entre Gerações...”, a ideia inicial que, ao longo destes dois anos de projeto, superou (em muito) as nossas expectativas. Aqueles que começaram por ser sorrisos tímidos, num primeiro contacto, tornaram-se momentos de grande alegria e à vontade, cada vez que visitávamos ou recebíamos estes nossos amigos e familiares mais sábios! Aprendemos e ensinamos, sempre envolvidos num ambiente de carinho, sorrisos e muita curiosidade. E foi esta, nossa e deles, que muitas vezes motivou partilhas que estavam fora dos planos e enriqueceu cada momento que passámos juntos. Encurtámos distâncias através de cartas, passámos tradições (bem docinhas) de geração para geração, fomos abraço, companhia e alegria. E todo este amor que demos, recebemo-lo em dobro. E é isso que fica... As confidências, as gargalhadas, os sorrisos e a promessa de que este “projeto” não termina aqui.



MARIA MOLLER
Escola Ave Maria

“Vivemos, enquanto escola, e desde sempre, uma relação muito estreita com as pessoas mais velhas. Acreditamos que são exemplo de vida e que representam o conhecimento, a experiência, a bondade. Aprendemos que um simples sorriso nosso faz melhorar os dias das pessoas que vivem momentos de solidão e saudade.”



MÁRCIA SILVA
Colégio Catarina de Bragança

“Unir gerações foi muito enriquecedor. Presenciar o vínculo especial que se formou entre idosos e crianças através da partilha de conhecimentos e experiências, sorrisos e abraços que aquecem o nosso coração. Ficará para sempre o olhar brilhante das crianças e o sorriso de nostalgia dos idosos ao lembrarem os seus caminhos passados.”

RUTE CASTELEIRA
Colégio Quadrante



“Deste projeto ficam as memórias felizes de encontros inesquecíveis. As conversas sinceras, as partilhas de experiências e sabedoria, o afeto transmitido de geração em geração, o carinho demonstrado em cada gesto. Ficam gravados na memória os sorrisos que iluminaram os nossos rostos, a comoção ao ouvir histórias de vida tão ricas e inspiradoras, a alegria estampada nos olhares de crianças e idosos ao se conectarem de maneira tão especial.

Cada momento partilhado foi como uma página de um livro, repleta de ternura, aprendizagem e gratidão. A união entre as gerações gerou uma sinergia única, capaz de aquecer os corações mais frios e de iluminar até os dias mais sombrios. E mesmo quando as palavras não foram suficientes para expressar toda a emoção vivida, o simples facto de estarmos juntos, de nos abraçarmos e de nos olharmos nos olhos, foi o bastante para preencher os nossos corações de amor e alegria. Foram instantes que nos tocaram profundamente e deixaram uma marca indelével nas nossas memórias para sempre.

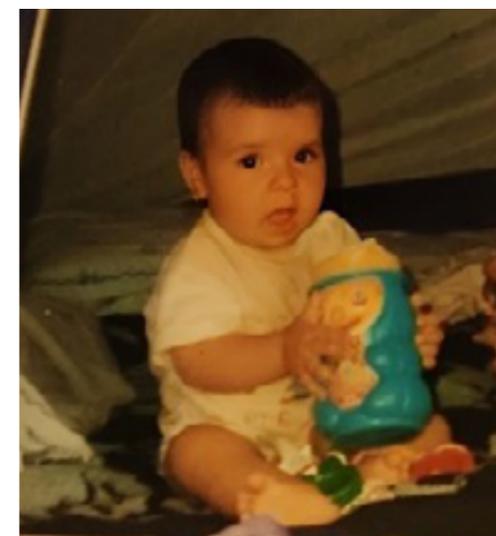
Estas memórias felizes recordam-nos da importância de cultivarmos as relações intergeracionais, pois é nesses momentos de partilha e convívio que encontramos o verdadeiro significado da vida: o amor, a amizade, o

afeto e a solidariedade que transcendem as barreiras do tempo e da idade.

Foi uma jornada emocionante, onde cada encontro foi marcado por gestos de bondade, compreensão e respeito mútuo. Ensinaram-nos que o amor e o afeto não conhecem idade, que um simples sorriso pode iluminar o dia de alguém e que a verdadeira riqueza está nas relações que construímos ao longo da vida.

Que estas memórias nos acompanhem sempre, alimentando-nos com a beleza dos momentos vividos e inspirando-nos a construir um mundo onde a conexão entre as gerações seja sempre celebrada e valorizada.”

JOANA FORMIGA E LAGE
Colégio Catarina de
Bragança



O projeto Be Kind foi uma experiência transformadora que promoveu a conexão, a empatia e o respeito entre as gerações. Cada encontro tornou-se um espaço de troca de saberes e vivências, que nos permitiram celebrar a vida e a sabedoria de cada geração.

O Be Kind aproximou gerações, semeou memórias afetivas e mostrou-nos que, quando nos unimos, a diversidade das idades transforma-se numa força enriquecedora, capaz de aquecer almas e despertar sorrisos.



agradecer

A todos os avôs e avós, presença assídua e sempre desejada nos Colégios To Be, que partilharam memórias, conhecimentos e experiências, em surpreendentes e enternecedores momentos de encontro, valorização e respeito entre gerações, onde todos aprenderam com todos e em que ninguém ficou indiferente.

Às instituições parceiras e, quando aplicável, aos seus utentes, que enriqueceram o BE KIND, fazendo cumprir o seu objetivo: AISA - Associação de Apoio Social Nossa Senhora da Assunção - Malveira da Serra; Bombeiros Voluntários de Alcabideche; Centro de Dia - Centro Social e Paroquial de Alcântara; Centro de dia - Centro Social Paroquial Nossa

Senhora de Porto Salvo; Espaço Sénior das Juntas de Freguesia de Cascais e Estoril; Lar Quinta do Oitão; Museu Condes de Castro Guimarães; Polícia de Segurança Pública de Porto Salvo; Residência Sénior da Parede - Cruz Vermelha Portuguesa; Residência Sénior Domus Aurea - Algueirão-Mem Martins; UniMa - Universidade Sénior de Manique | Alcabideche.

Aos professores de música dos Colégios To Be, pela sua dedicação no ensaio dos alunos para as gravações do Cancioneiro BE KIND. Ao Nuno Cintrão, em especial, como coordenador das iniciativas musicais intergeracionais: seleção musical, gravações e edição.

Ao Ricardo Reis Pinto, pela composição do tema original do BE KIND "Duas Idades", que tão bem espelha a alma do projeto.

Às nossas equipas, aos nossos pais e aos nossos alunos, que tudo fazem valer a pena porque a tudo dão significado.



Be Kind

PROJECT

Uma ponte entre gerações

