



EXPOSIÇÃO

# MULHERES NO DESPORTO

Pioneirismo, Desafios, Inspiração, Igualdade

Guia de Visita



Paralelo<sup>3</sup>  
ARTIVISMO AO CUBO

## EXPOSIÇÃO

### «MULHERES NO DESPORTO

#### Pioneirismo, Desafios, Inspiração, Igualdade»

Nesta exposição celebramos a notável trajetória das mulheres no mundo do desporto, desde as pioneiras até às atletas contemporâneas que desafiam estereótipos de género. Trata-se de uma homenagem à força, paixão e determinação que moldam o desporto e impulsionam a luta pela igualdade.

A exposição divide-se em sete secções onde irá descobrir porque devemos lutar por um mundo menos desigual e conhecer histórias inspiradoras de atletas que se tornaram lendas globais ao transcenderem barreiras. Destaca-se também a presença das mulheres desportistas nos média e o impacto destes no desporto feminino.

Na Secção Expositiva algumas peças celebram e simbolizam essas realizações. Na mesa digital interativa alguns jogos, vídeos e informações adicionais complementam a exposição. No percurso encontrará outras experiências digitais, como ligações a informação e outros conteúdos multimédia, através de qr-codes e de Realidade Aumentada. No final, pode tirar uma selfie no ecrã digital, para partilhar e mais tarde recordar.

Convida-se o visitante a embarcar nesta jornada inspiradora, explorando, refletindo e partilhando as suas experiências. Juntos, podemos fazer a diferença e moldar um futuro onde o desporto reflete a igualdade de género e onde as mulheres continuam a brilhar e a superar limites.

**Local:** Núcleo de exposições temporárias do Centro Interpretativo do Jamor

**Data:** a partir de 23 de setembro de 2024

[BREVEMENTE DISPONÍVEL PARA ITINERÂNCIA]

**ENTRADA GRATUITA**



# MULHERES NO DESPORTO

**Pioneirismo Desafios  
Inspiração Igualdade**

Uma notável trajetória das mulheres no mundo do desporto, das pioneiras às atletas que continuam a desafiar estereótipos de género.

EXPOSIÇÃO  
ENTRADA  
GRATUITA  
TEMPORÁRIA

CENTRO INTERPRETATIVO  
Complexo Piscinas

**JAMOR**  
centro desportivo nacional

REPÚBLICA PORTUGUESA

ipdj

MUSEU NACIONAL DE DESPORTO

Paralelo<sup>3</sup>  
ATIVISMO AO COR

# PLANO ORG. SECÇÕES

1

**ENTRAR**  
Apresentação



2

**COMPREENDER**  
Definições,  
Desafios e Direitos



3

**CONSCIENCIALIZAR**  
Além das Estatísticas



6

**INSPIRAR**  
Nos Média



5

**SENSIBILIZAR**  
para **AGIR**



4

**EXEMPLAR**  
Estratégias e o exemplo  
dos Jogos Olímpicos



7

**PERCORRER**  
Cronologia



**MÉDIA ARTE**  
E ECRÃS DIGITAIS



**MIRROR**  
& CRÉDITOS

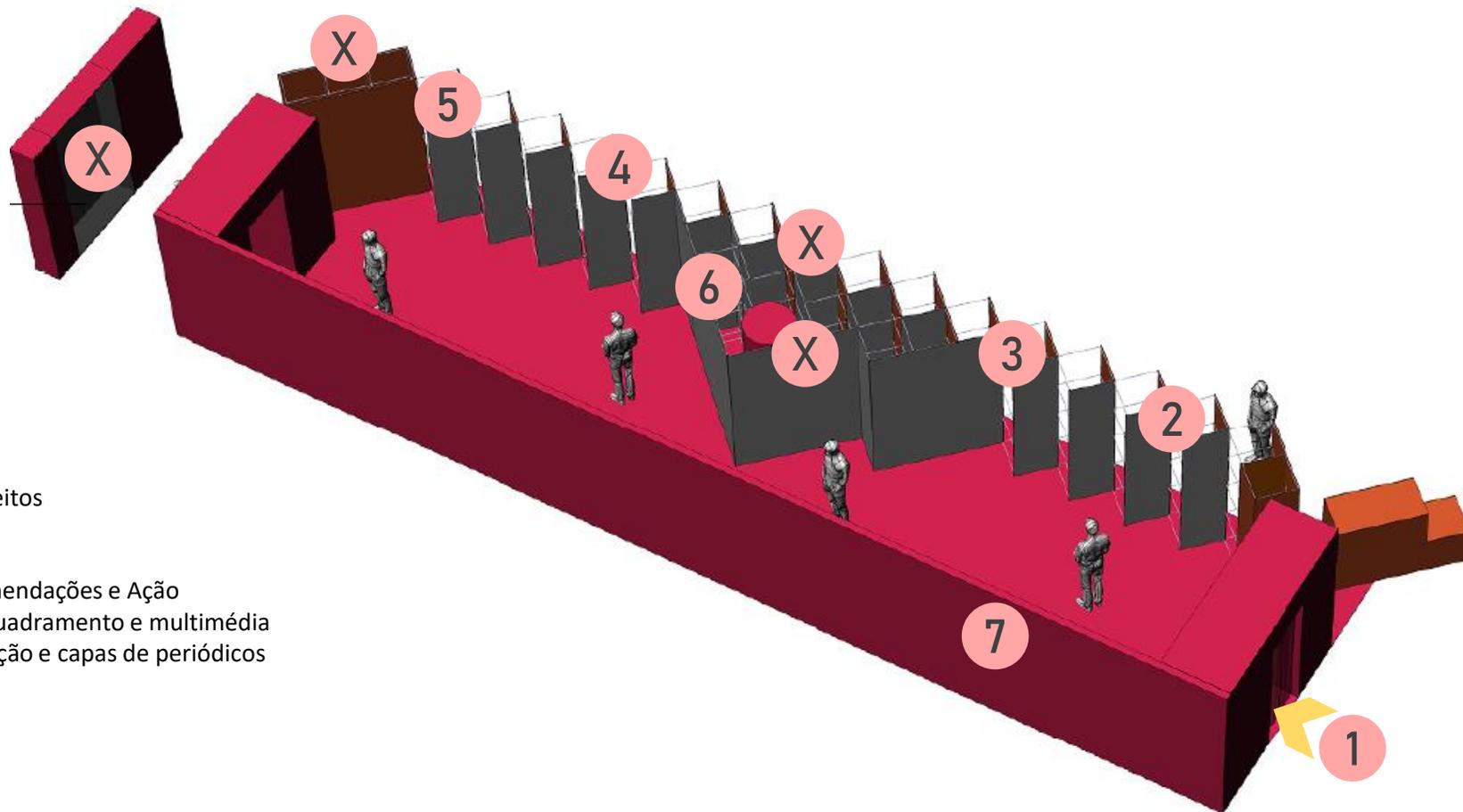


# 1

## ENTRAR Apresentação



O visitante é convidado a entrar na exposição «Mulheres no Desporto» como se entrasse num portal da igualdade. Distribuída por 7 secções, a que se adiciona a interatividade digital, pode começar a visita pela cronologia [secção 7], na parede lateral esquerda (de quem entra pela porta norte [1] ou/e ir conhecendo os conteúdos das secções da lateral direita [secções 2-6]. Nas páginas seguintes encontra-se um guia de visita para cada uma das secções.



### SECÇÕES

1. ENTRAR - Apresentação
  2. COMPREENDER – Definições, Desafios e Direitos
  3. CONSCIENCIALIZAR - Além das Estatísticas
  4. EXEMPLAR – Estratégias e o exemplo dos JO
  5. SENSIBILIZAR para AGIR – Benefícios, Recomendações e Ação
  6. INSPIRAR – Representação nos média – Enquadramento e multimédia
  7. PERCORRER - Cronologia: ícones, determinação e capas de periódicos
- X. MAD - Média Arte e Ecrãs Digitais



170cm  
150cm  
80cm

AGIR  
4 faces  
5

SENSIBILIZAR  
1 face  
5

EXEMPLAR  
4 faces  
4

ZONA  
DOS MEDIA  
6

CONSCIENCIALIZAR  
4 faces  
3

COMPRENDER  
4 faces  
2

**Agir**

**Sensibilizar**

**Exemplar**

**ConsciencIALIZAR**

**Comprender**



170cm  
150cm  
80cm

**ECRA**

# 2

## COMPREENDER

Definições,  
Desafios e Direitos



### Raízes da Desigualdade

Nesta secção, mergulhamos fundo para compreender as raízes da desigualdade de género no desporto. Descubra as definições e contexto por trás deste problema persistente, que é também uma causa e um dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da UNESCO. Além de esclarecermos a diferença entre Género e Sexo, ficará a conhecer o enquadramento da Igualdade de género na Constituição Portuguesa e na Declaração Universal dos Direitos Humanos pela Assembleia Geral da ONU.

**Definições e Contexto:** Exploração do conceito de desigualdade de género no desporto e seu contexto.

**Género ou Sexo:** Do que estamos a falar?

**Definições e Contexto:** Exploração do conceito de desigualdade de género no desporto e seu contexto.

**Direitos:** Igualdade de género na **Constituição Portuguesa** e na **Declaração Universal dos Direitos Humanos** pela Assembleia Geral da ONU.

**A causa:** Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 5 da UNESCO.

**Compreender**

**QUE DIREITO ESTÃO EM CAUSA?**  
... mulheres e homens não são iguais biologicamente.  
... Constituição Portuguesa

**DESAFIOS DE ESTERÓTIPOS**  
De acordo com o estudo, os estereótipos de género são uma das principais barreiras para a igualdade de género no desporto.  
A causa

**DEFINIÇÕES**  
O que é igualdade de género?  
Sexo e género?

**DA DESIGUALDADE À JUSTIÇA**

*... que não são iguais, mas não são desiguais. É apenas a maneira de ver.*

# 3

## CONSCIENCIALIZAR Além das Estatísticas



Apresentamos casos reais de desigualdade no mundo do desporto. O Índice Global de Disparidade de Género e a diferença salarial entre homens e mulheres são expostos, enquanto exploramos as estatísticas de (DES)IGUALDADE NO MUNDO, NA EUROPA E EM PORTUGAL. Uma lupa nas estatísticas IPDJ revela, por exemplo, as modalidades desportivas mais igualitárias.

**Casos de Desigualdade:** Exploração de desigualdades específicas no mundo do desporto.

**Índice Global de Disparidade de Género:** Análise do índice global de desigualdade de género.

QUANTOS ANOS PARA ATINGIR A IGUALDADE? (por continente)

**Estatísticas - (DES)IGUALDADE NO MUNDO, NA EUROPA E EM PORTUGAL:** Comparação global, europeia e nacional.

**Diferença Salarial entre Homens e Mulheres:** Comparação de salários por setor.

**Estatísticas IPDJ:** Alguns dados sobre a igualdade no Programa Nacional de Desporto para Todos (PNDpT), ProDesporto ou Títulos Profissionais Emitidos.

The infographic is titled "Consciencizar" in a blue, slanted font at the top. It features several vertical panels with data visualizations and text. On the right side, there is a prominent bar chart showing an upward trend in red bars. At the bottom right, there is a circular graphic with a female athlete running, similar to the one in the top left of the page. The infographic includes various icons, speech bubbles, and data points, all presented in a clean, modern style with a color palette of red, blue, and grey.

# 4

## EXEMPLAR

### Estratégias e o exemplo dos Jogos Olímpicos



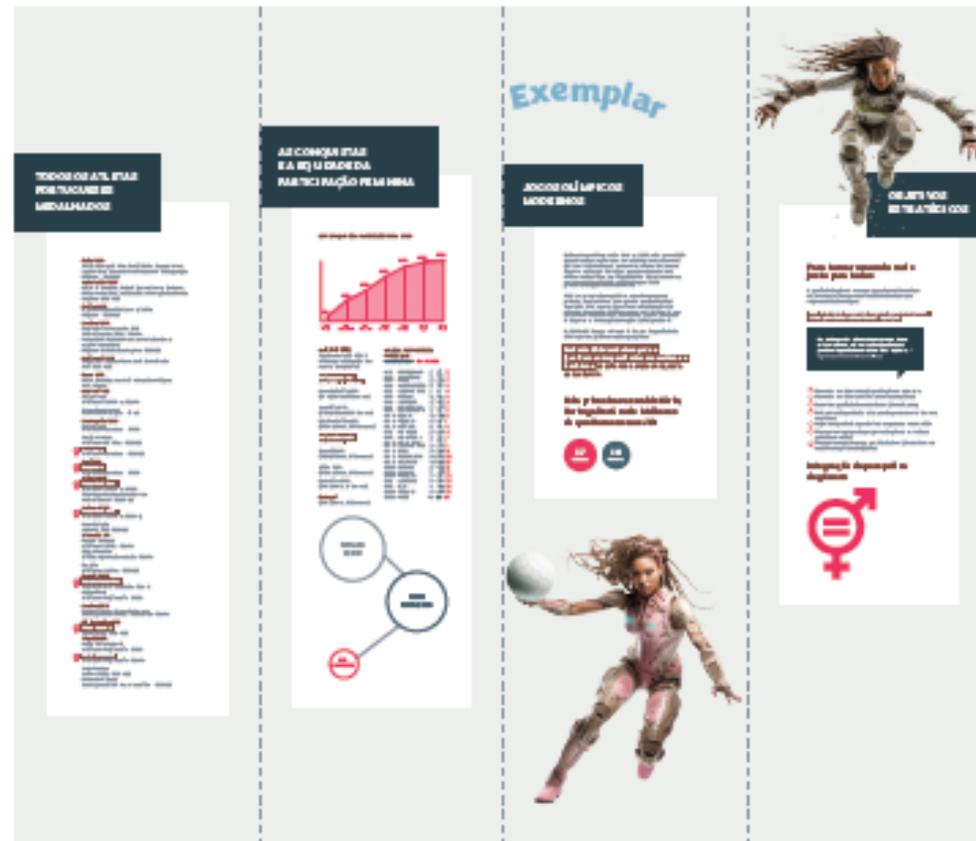
### Estratégias e Heróis da Igualdade

Nesta parte da exposição, exploramos as estratégias para alcançar a igualdade de género no desporto. Desde os Jogos Olímpicos até às Estratégias de Igualdade e Normas Internacionais, revelamos o caminho a seguir. Bons Exemplos brilham como faróis, mostrando casos de sucesso na promoção da igualdade de género.

**Estratégias de Igualdade:** Como abordar a igualdade de género no desporto.

**Os seis Objetivos Estratégicos (OE) do Conselho da Europa no Programa Transversal de Igualdade de Género em 2012.**

**Jogos Olímpicos:** As Conquistas e a Equidade da Participação Feminina já atingida.



5

## SENSIBILIZAR para AGIR



### Toma uma Atitude

Por que devemos lutar por um mundo menos desigual? Descubra os benefícios e como também pode ajudar. Conheça as histórias inspiradoras de Atletas e Ativistas que estão a moldar o futuro do desporto.

**Por um mundo menos desigual:** Porquê? Que benefícios?

**Como alcançar a Igualdade?**

**Como Posso Ajudar?:** Estratégias para os indivíduos contribuírem para a igualdade de género no desporto.

**Promoção da Igualdade de Género pelo IPDJ:** O papel do Instituto Português do Desporto e da Juventude na promoção da igualdade de género.

**Outros atores e Bons Exemplos:** Destaque para casos de sucesso na promoção da igualdade de género no desporto.

**Atletas e Ativistas:** Mulheres que estão a trabalhar para promover a igualdade de género no desporto.

**Média, Arte e Ativismo:** O projeto de Média-Arte Digital ativista Paralelo 3 - Artivismo ao Cubo. Saiba mais [AQUI](#) sobre o projeto e sobre a Média Arte e os ecrãs digitais na exposição.



## 6

## INSPIRAR Nos Média



### O Impacto dos Média e as desigualdade na cobertura mediática do desporto feminino.

Descubra como a cobertura mediática moldou e tem moldado a perceção do desporto feminino ao longo dos anos.

Num ecrã digital multimédia, terá acesso a vídeos Educativos e de Sensibilização, incluindo trailers de filmes, documentários e biopcs, ou anúncios publicitários, que ilustram, abordam ou apoiam a causa da igualdade de género no desporto. São dezenas de vídeos que pode escolher num menu tátil interativo.

Conheça também as capas de periódicos na secção da CRONOLOGIA.



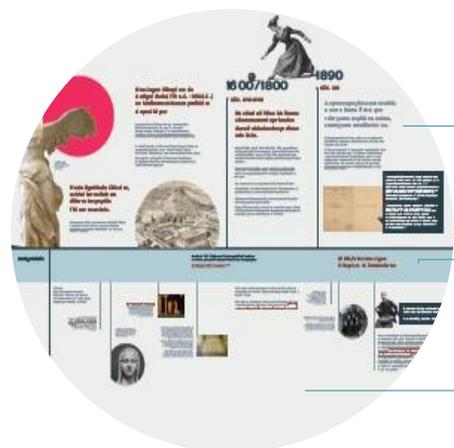
# 7

## PERCORRER Cronologia



### As Lendas da Igualdade

Esta secção celebra as Lendas Globais que transcenderam barreiras culturais e desafiaram o status quo no desporto, numa cronologia que começa na Antiguidade e atravessa longos séculos até aos tempos atuais. Explore histórias de determinação que superaram todos os desafios distribuídas por décadas.



#### Enquadramento Histórico

Em cada década resume-se a forma como as Mulheres praticavam desporto e como eram vistas pela opinião pública.

#### Jogos Olímpicos

A linha do meio destaca algumas curiosidades olímpicas, incluindo o nome de todas as atletas que participaram nos JO.

#### Histórias de Determinação

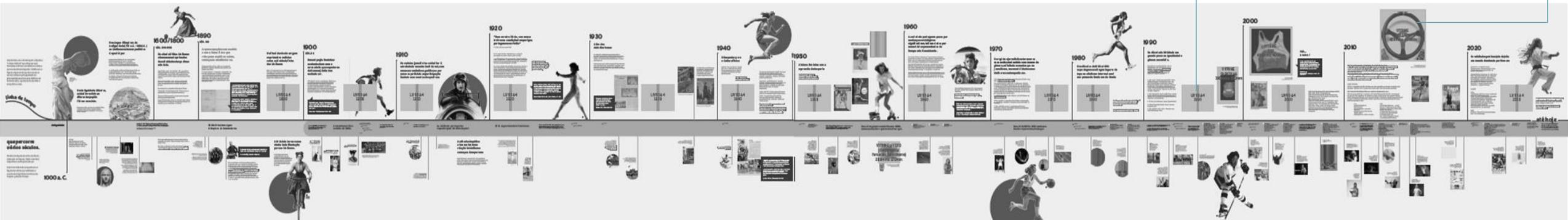
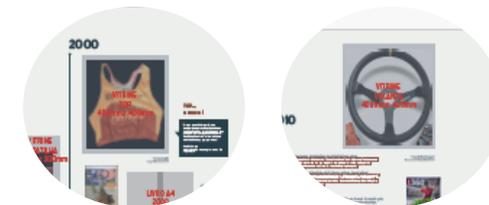
Apresentam-se desportistas que superaram desafios, as suas realizações desportivas e eventos que contribuíram para a diminuição da desigualdade.

#### Capas de periódicos

Por década, o visitante é convidado a desfolhar, literalmente, as inúmeras capas que as atletas têm feito. O percurso na cronologia torna-se, assim, mais interativo.

#### Objetos da coleção MND

Uma seleção do espólio do Museu simboliza algumas das inúmeras conquistas que moldaram o mundo do desporto feminino. São testemunhos do poder da determinação que simbolizam alguns marcos e figuras da história do desporto feminino, como Fernanda Ribeiro ou Elisabete Jacinto.





# MÉDIA ARTE E ECRÃS DIGITAIS



VIDEOARTE  
GENERATIVA



MULTIMÉDIA

1

7

6

2

3

4

5



MESA DIGITAL  
INTERATIVA



QR CODES



REALIDADE  
AUMENTADA

ECRÃ SELFIE



ESPELHO  
INFINITO

## MÉDIA ARTE E ECRÃS DIGITAIS

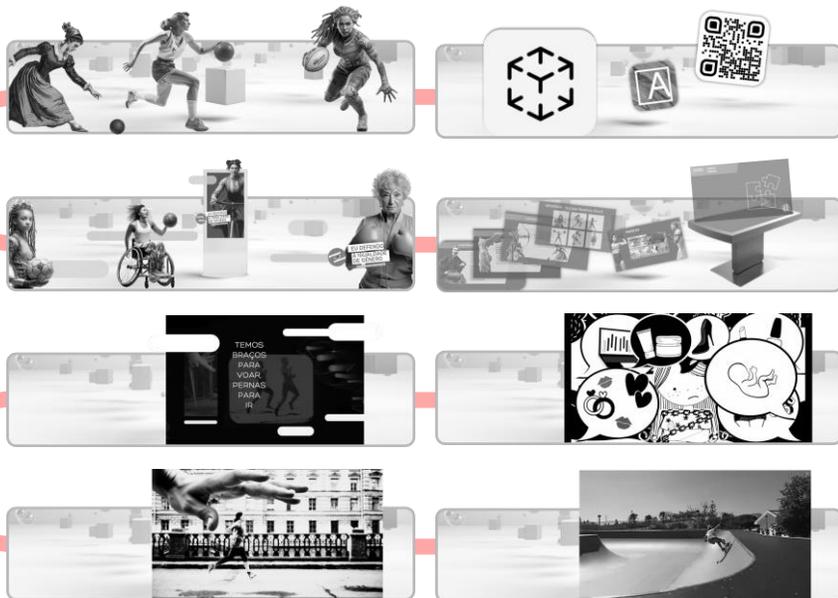


Na exposição, a inclusão da média arte e de ecrãs digitais enriquece a experiência do visitante, oferecendo uma abordagem dinâmica e interativa ao encontro da causa da igualdade de género no desporto.

A **Realidade Aumentada** permite uma imersão profunda, trazendo à vida histórias, através de camadas digitais sobrepostas ao mundo real; A **Inteligência Artificial (IA)** foi usada para dar 'vida' à criação das personagens que acompanham os visitantes e ilustram as diversas secções; A **Videoarte Generativa\*** apresenta representações visuais que se transformam; **Outras videoartes e uma Curta de animação** adicionam um toque de criatividade e emoção aos ecrãs digitais disponíveis, incluindo o da secção de **Multimédia**, onde o visitante poderá escolher num menu interativo um dos inúmeros pequenos filmes disponíveis;

Quase no final da visita, um **Ecrã Digital Selfie\*** oferece aos visitantes a oportunidade de se verem ao lado destas mulheres e personagens inspiradoras. Uma **Mesa Digital Interativa\*** complementa a exposição, convidando à participação ativa, de forma lúdica e educativa.

\* Pode não estar disponível na versão itinerante da exposição





## INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL (IA)

As Glórias Kúbicas são personagens de uma 'tribo' de atletas criadas utilizando a IA a partir de um conceito ligado à exposição. Além de acompanharem o visitante na exposição, elas ilustram as secções. Mistura-se, assim, um universo ficcional e distópico com as histórias inspiradoras de atletas reais e factos relacionados com o desporto e a causa da Igualdade de Género.

Clique para **SABER+**

## REALIDADE AUMENTADA E QR-CODES

**Quando as imagens ganham vida!** Algumas imagens ao longo da exposição estão preparadas através da tecnologia de Realidade Aumentada (RA). O visitante apenas terá de instalar a aplicação ARTIVIVE gratuita, apontar o telemóvel para a imagem e no seu ecrã esta ganhará vida, com uma mensagem animada. Desta forma, a exposição torna-se ainda mais interativa, permitindo ao visitante emergir ainda mais na história, no conhecimento e na causa da igualdade de género no desporto.

Aceda à app store no qr-code ou [AQUI](#). (O qr-code reconhecerá a loja de aplicativos correta (Google Play/iTunes) e a abrirá diretamente)

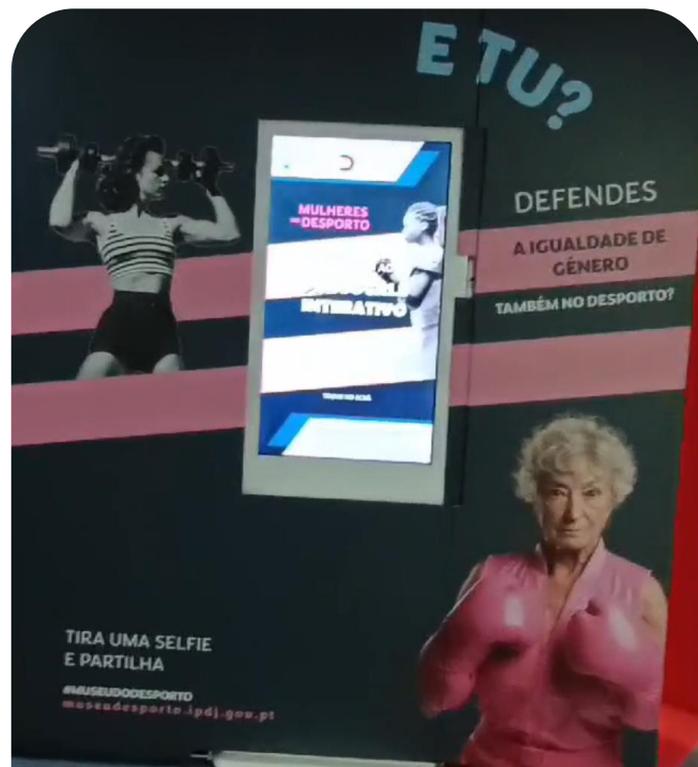
Ao longo da exposição encontrará outros **qr-codes** que são ligação a informação adicional sobre os conteúdos respetivos de cada secção. Siga-os para uma experiência transmediada, além do espaço físico da exposição.



## MÉDIA ARTE E ECRÃS DIGITAIS



### ECRÃ SELFIE



**Tire uma foto e partilhe.** No final da visita ao espaço da exposição encontra um ecrã digital onde pode tirar uma selfie sozinho ou em grupo, com familiares e amigos. Escolha um dos cenários disponíveis, aguarde uns segundos pela selfie e se gostar do resultado, envie para o seu e-mail e partilhe! Se não gostar, pode sempre tentar novamente ou escolher outro cenário.



### MESA DIGITAL INTERATIVA

**Divirta-se a saber (ainda) mais.** No ecrã da mesa digital interativa, colocado na parede oposta ao espaço da exposição, pode ver alguns vídeos sobre o tema da exposição, como a ilustração animada «Salto Alto» de Jaqueline Moreira ou a videoarte do projeto Paralelo 3 – Artivismo ao Cubo, sobre igualdade de género no desporto.

Encontrará informação sobre a exposição «MULHERES NO DESPORTO», com muitas curiosidades e jogos, como puzzles, memória, correspondências ou um quiz, que também pode ser jogado online [AQUI](#).



## VIDEOARTE GENERATIVA

«JUSTAPOSIÇÃO» (2024) é uma obra de videoarte generativa do artista Pedro Alves da Veiga, que explora a desigualdade de género no desporto através da justaposição de imagens históricas e textos poéticos. Usando arte generativa, combina caos e ordem: o sistema decide aleatoriamente a seleção e posição das imagens, enquanto o fluxo do texto é pré-definido. Quatro pilares sustentam a obra: a igualdade intrínseca dos seres humanos baseada em elementos químicos comuns, estatísticas credíveis sobre desigualdade de género, o trabalho cronofotográfico de Eadweard Muybridge, e um texto poético original em 11 atos. A sobreposição semântica das camadas constrói uma narrativa sobre a (des)igualdade de género no desporto. Criada com Processing 4.0 e Adobe Premiere, a obra foi capturada em tempo real, refletindo um processo de investigação e criação complexo e iterativo.

Clique para SABER 



## CURTA DE ANIMAÇÃO

«SALTO ALTO» (2024) é uma animação que a artista e ilustradora Jaqueline Moreira criou, inspirada no tema da exposição. Quando duas crianças, uma menina e um menino, recebem dois presentes totalmente diferentes e nos mostram o quanto estes objetos demonstram a necessidade de revermos a forma como tratamos a identidade de género no nosso dia a dia e com as nossas crianças. Um curta simples que nos leva a refletir sobre a necessidade de repensarmos que a igualdade de género deve estar nos pequenos e em todos os nossos atos.

### FICHA TÉCNICA

Ilustração e criação: Jaqueline Moreira; Música: Fargo (autor: Riot); Apoio Técnico: Campos; Revisão: Ana Beatriz Campos; Realidade Aumentada: Artive – Paralelo 3 Artivismo ao Cubo.

Clique para SABER 



## VIDEOARTE

«INTRUSA[S]» (2024) mostra uma mulher a correr pelas ruas sem sair do lugar, em vão. Mãos tentam ordenar, impedir, tocar e ameaçar. Inicialmente, não entendemos o motivo da dificuldade em correr, mas depois percebemos o boicote pelas mãos. Inspirada em Kathrine Switzer, a primeira mulher a correr a maratona de Boston em 1967, mas a quem tentaram impedir que acontecesse. Mesmo terminando a maratona, o evento foi emocionalmente marcante. «Intrusa[s]» reflete eventos onde mulheres foram acusadas de invadir espaços masculinos e sofreram invasões físicas, no desporto, trabalho ou vida quotidiana.

### FICHA TÉCNICA

Realização: Cristina Cavalcanti; Montagem e Sonorização: Rodrigo Menck;  
Imagens: Cottombro Studio; Colaboração: Matilde Dias;  
Agradecimentos: Renata Ferraz e colegas do Laboratório de Investigação e Criação Partilhada (UBI); Realidade Aumentada: Artivive – Paralelo 3 Artivismo ao Cubo.

Clique para SABER 



## VIDEOARTE

«É PRECISO UMA RAMPA?» (2024) é uma videoinstalação que celebra a universalidade e acessibilidade do desporto, utilizando o recém-inaugurado SkatePark em Sines como cenário. Projetada numa rampa de skate, a videoarte mostra jovens da Skate Brothers Academy, especialmente raparigas, a dominar manobras e enfrentar quedas com coragem. Esta obra destaca a diversidade cultural e a igualdade de género no desporto urbano, simbolizando a rampa como um meio de progresso físico e de evolução do pensamento sobre a igualdade de género.

### FICHA TÉCNICA

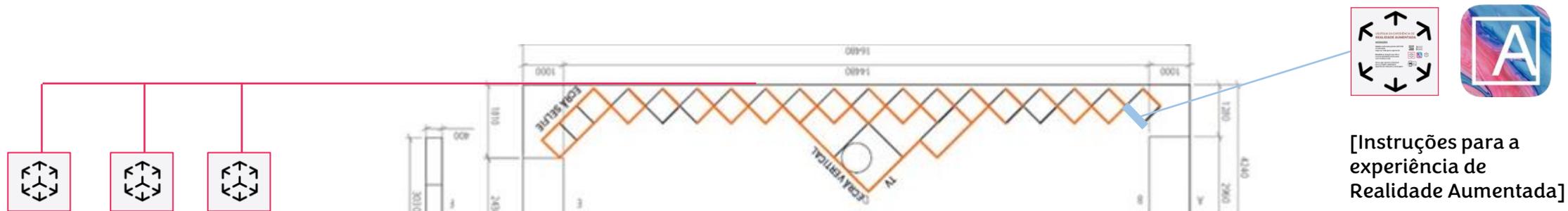
Criação e realização: Silvia Jermias; Realidade Aumentada: Artivive – Paralelo 3 Artivismo ao Cubo.

Agradecimentos: Skate Brothers Academy

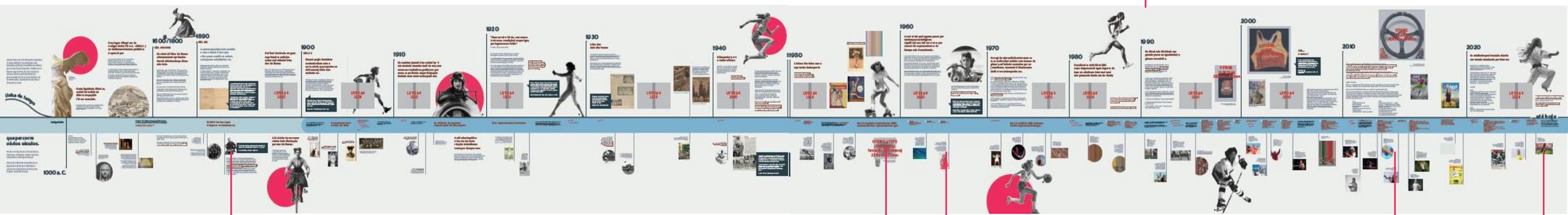
Clique para SABER 



# REALIDADE AUMENTADA [pontos]



## CRONOLOGIA



## MIRROR & CRÉDITOS



A exposição termina com o visitante a sair pelo portal da igualdade para encontrar um espelho infinito, que convida a REFLETIR DENTRO DA CAIXA, o mote do projeto ativista Paralelo 3 que esteve na base do conceito e da curadoria.

Saiba mais sobre o conceito (e o artefacto de Média-Arte Digital que o originou) [AQUI](#).



## Créditos

COORDENAÇÃO, CONCEITO E CURADORIA

IPDJ • Museu Nacional do Desporto • Paralelo 3 – Ativismo ao Cubo

MÉDIA-ARTE DIGITAL

«JUSTA**POSIÇÃO**» (2024), Videoarte Generativa de Pedro Alves da Veiga

«**Salto Alto**» (2024), Videoarte/ Ilustração animada de Jaqueline Moreira

«**Intrusa[s]**» (2024), Videoarte de Cristina Cavalcanti

«**É preciso uma rampa?**» (2024), Videoarte de Sílvia Jermias

Realidade Aumentada: ARTIVIVE • [artivive.com](http://artivive.com)

Imagens por IA (Inteligência Artificial): Conceito e Criatividade:

Jorge Santos • Paralelo 3 – Ativismo ao Cubo • IA: Midjourney • [discord.com](https://discord.com)

DESIGN, PRODUÇÃO E MONTAGEM: Unveil

AGRADECIMENTOS

Cristina Cavalcanti • Jaqueline Moreira • Pedro Alves da Veiga • Sílvia Jermias

**“A liberdade não pode ser alcançada a menos que as mulheres tenham sido emancipadas de todas as formas de opressão.”**

**Nelson Mandela**



**EM AÇÃO!**



**PROMOÇÃO DA IGUALDADE DE GÊNERO**

O papel do Instituto Português do Desporto e da Juventude na promoção da igualdade de género

Infographic detailing the role of the Instituto Português do Desporto e da Juventude in promoting gender equality, including various statistics and small images of people.

**Agir**

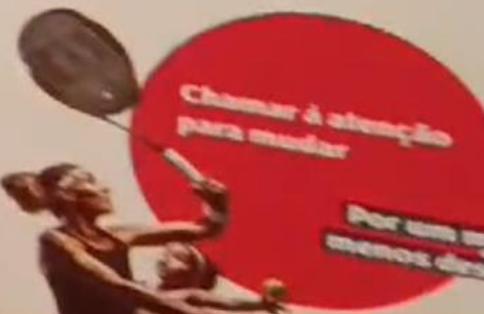
**RECOMENDAÇÕES POR ÁREAS TEMÁTICAS**

Textual content providing recommendations across different thematic areas, accompanied by small circular icons.

**BENEFÍCIOS DA IGUALDADE**

- Para a sociedade
- na saúde pública e desenvolvimento social
- na educação
- na inclusão
- na qualidade de vida

**#AcaboComOSexismo**  
**#Empowerment**  
**#Atitude**  
**#GenderEquality**  
**#IgualdadeDeGénero**



**Chamar à atenção para mudar**  
**Por um mundo melhor**

# PRESEVAR O PRESENTE PARA MEMÓRIA FUTURA



<https://museudesporto.ipdj.gov.pt>

museu@ipdj.pt    Tel. (+351) 210 540 340

