

eBook

Comunidades Sustentáveis 2024

Projeto Turístico Aplicado às
Aldeias do Barlavento Algarvio

Alferce (Monchique)
Mexilhoeira Grande (Portimão)
Budens (Vila do Bispo)
Bordeira (Aljezur)
Bensafrim e Barão de São João (Lagos)

Luís Mota, Maria Inês Galvão & Miguel Portugal

Comunidades Sustentáveis 2024

Projeto Turístico Aplicado às
Aldeias do Barlavento Algarvio



Índice

Notas de Abertura	PAGE 4
Introdução	PAGE 9
Comunidades Envolvidas	PAGE 12
Projetos/Propostas	PAGE 21
Contribuições	PAGE 98
Conclusões e próximos passos	PAGE 99

Ficha Técnica

AUTORES

Luís Mota

Co-Diretor do Mestrado em Gestão e Inovação em Turismo e Hospitalidade e Professor no ISMAT Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes

Maria Inês Galvão

Professora no ISMAT Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes

Miguel Nuno Portugal

Diretor da Licenciatura em Gestão do Turismo e Professor no ISMAT Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes

TÍTULO

Comunidades Sustentáveis. 2024

Projeto Turístico Aplicado às Aldeias do Barlavento Algarvio

DIREÇÃO EDITORIAL

ISMAT Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes

EDIÇÃO E PAGINAÇÃO

Miguel Nuno Portugal

ISBN: 978-989-98768-8-0

Copyright© Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes. 2025



ISMAT

Instituto Superior
Manuel Teixeira Gomes

O ISMAT está implantado numa zona privilegiada da Europa e possui instalações qualificadas na zona histórica de Portimão. É um instituto de natureza universitária que oferece uma gama diversificada de cursos universitários acreditados, alguns deles únicos no sul de Portugal, lecionados por um corpo docente altamente qualificado e em permanente atualização. Desenvolve investigação nas mais variadas áreas do saber, dinamiza um programa de atividades imparável, com conferências, cursos livres, colóquios, workshops, exposições e coordena um alargado leque de parcerias com entidades públicas e privadas da região algarvia, que está em contínuo alargamento.

É um projeto universitário de grande qualidade e dinamismo que já formou mais de 2500 diplomados, nas mais diversificadas áreas do saber, pessoas que estão a dar o seu contributo para o desenvolvimento do Algarve, e de Portugal, que enfrentam diariamente os seus desafios profissionais com a marca e a garantia do Grupo Lusófona.

Um instituto universitário que transmite saber e saber-fazer, mas também tem de criar conhecimento novo, tem de interagir com o mundo circundante, tem de se internacionalizar, tem de inovar, tem de arriscar. É tudo isso que o ISMAT está a fazer, consciente dos desafios que tem pela frente: Trabalhar no alargamento da oferta formativa conferente de grau, propondo novos cursos de licenciatura, de mestrado, e mesmo de doutoramento; desenvolver um ciclo de avaliação a nível institucional, que é uma oportunidade de melhoria da qualidade do en-



ISMAT

Instituto Superior
Manuel Teixeira Gomes

sino que oferece; dinamizar toda a comunidade académica, com novos projetos e novos desafios; oferecer um programa alargado de pós-graduações inovadoras; aprofundar a internacionalização, através do aumento de mobilidade de docentes e de estudantes, graças aos programas Erasmus+ e Overseas; consolidar os seus centros de investigação e dinamizar projetos de investigação e atividades de publicação, alargando os seus contactos e os seus protocolos através de todos os setores de atividade do Algarve; e consolidar o seu sistema interno de gestão da qualidade.

Portimão tem todas as vantagens das cidades periféricas: tem uma dimensão humana e tem um ritmo de vida tranquilo. Mas também possui um ambiente cosmopolita e moderno, um clima invejável, um dinamismo cultural verdadeiramente ímpar. Não é por acaso que Portimão é um dos mais populares destinos turísticos da Europa. É o lugar onde todos querem passar férias? Por isso mesmo é também o lugar ideal para estudar.

O ISMAT, para além de fazer parte do Grupo Lusófona, o maior grupo de ensino particular e cooperativo em Portugal, tem a inegável vantagem da sua dimensão. Uma instituição de pequena dimensão, onde todos se conhecem, onde o ambiente é amigável e familiar, mas onde prima a busca do rigor e da excelência, a busca da inovação e da criatividade. Um dos grandes trunfos do ISMAT, de resto, é a sua proximidade. Está perto das pessoas, está mesmo aqui, em Portimão.

PROJETO

Comunidades Sustentáveis

O Projeto Comunidades Sustentáveis oferece um olhar interdisciplinar e transdisciplinar sobre a realidade dos territórios algarvios de baixa densidade. Neste projeto, onde o conceito de comunidade está bem presente, reúnem-se contributos de várias unidades curriculares, ciclos de estudos e docentes, num modelo de análise que assenta em três grandes grupos do saber – espacial, social e económico

Nota de Abertura I



Rui Loureiro

Diretor do ISMAT Instituto Superior Manuel
Teixeira Gomes

Enquanto Diretor do Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes (ISMAT), é com particular satisfação que contribuo para a apresentação deste e-book sobre a terceira edição do projeto «Comunidades Sustentáveis», uma iniciativa inovadora desenvolvida por estudantes e docentes do ISMAT, desta vez em colaboração com as Juntas de Freguesia de Alferce, Bensafirim/Barão de São João, Budens e Mexilhoeira Grande, e também com a participação da Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão e da Vicentina - Associação para o Desenvolvimento do Sudoeste. Este projeto é um exemplo claro da nossa missão de promover uma educação de excelência, que une diferentes saberes e áreas de estudo, e reflete o compromisso do ISMAT com a construção de soluções sustentáveis, respeitando as especificidades e necessidades das comunidades rurais do Algarve.

A importância desta colaboração vai além da simples aplicação de conhecimento académico. Através da integração entre a comunidade académica e as populações locais, o projeto «Comunidades Sustentáveis» é uma demonstração clara do papel fundamental da educação superior no desenvolvimento harmonioso e sustentável das comunidades, especialmente em contextos rurais, que exigem respostas inovadoras e locais aos desafios da globalização .

Nota de Abertura I

(Continuação)

Rui Loureiro

Diretor do ISMAT Instituto Superior Manuel
Teixeira Gomes

Nesse sentido, o projeto está alinhado com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), nomeadamente aqueles que visam promover comunidades e cidades sustentáveis, a ação contra as mudanças climáticas e a gestão responsável de recursos naturais.

Além disso, este projeto ressalta a importância da investigação no ISMAT, não apenas como uma ferramenta de criação de conhecimento, mas também como um mecanismo de transformação social e ambiental. Através de pesquisas e iniciativas práticas, procuramos oferecer soluções que respondam aos desafios específicos das freguesias algarvias, ao mesmo tempo que tentamos contribuir para um mundo mais justo e equilibrado.

Ao ler este e-book, o leitor poderá acompanhar as ideias, as propostas e os resultados de um esforço coletivo que visa fortalecer a ligação entre o ISMAT e as comunidades circundantes. Mais do que um projeto, «Comunidades Sustentáveis» é uma prova do impacto positivo que a educação superior pode ter no desenvolvimento local/regional e na construção de um futuro mais sustentável e inclusivo para todos.

Nota de Abertura II



Aura Fraga

Presidente da Direção da Vicentina Associação para o Desenvolvimento do Sudoeste

O desenvolvimento do projeto Comunidades Sustentáveis pelo ISMAT mereceu o interesse e a atenção da Associação Vicentina, desde a sua primeira edição. Percebemos a sua enorme virtualidade, porque coloca a academia e jovens estudantes a encarar os territoriais de baixa densidade como espaços de desenvolvimento, de projetos e com potencial turístico, assim como desafia a criatividade na elaboração de propostas empreendedoras para as dinâmicas de desenvolvimento territorial. A pluridisciplinaridade desse olhar acrescenta valor e potencia propostas integradas, que importa analisar e considerar.

Foi com enorme satisfação que, a convite do ISMAT, tivemos a oportunidade de participar na seleção das freguesias do nosso território de intervenção, para integração na 3ª edição do projeto, e de assistir à apresentação das propostas de intervenção pelos alunos de diversas áreas disciplinares. Acresce o desafio de analisar, ajustar e consolidar algumas propostas, para considerar a implementação de projetos exequíveis que respondam a necessidades e/ou a potencialidades dos territórios. Estamos certos de que as práticas deste projeto, a prazo, poderão impactar os processos de desenvolvimento dos territórios de baixa densidade.

Nota de Abertura III



Pedro Moreira

Diretor da Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão

É com grande satisfação e honra que a Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão participa no projeto "Comunidades Sustentáveis" desde a sua primeira edição.

Esta participação representa uma oportunidade muito relevante para os nossos alunos interagirem com o ensino superior, seus docentes e discentes, tomando maior e mais consistente consciência da necessidade e relevância que o conhecimento lhes aporta para que possam ser efetivos agentes de mudança nas suas vidas, tanto académicas como pessoais e profissionais.

Para a Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão, especializada na área de alimentação e bebidas, a participação neste projeto enquadra-se de forma perfeita no propósito desta escola em valorizar e promover as matérias-primas endógenas e os sabores tradicionais, que, embora possam ser trabalhados com técnicas e instrumentos contemporâneos, mantenham o respeito pela cultura e identidade das comunidades. Tal como a persecução dos ODS num mundo que se pretende cada vez mais sustentável em todas as suas dimensões.

Nas receitas apresentadas nesta edição do "Comunidades Sustentáveis" utilizamos produtos autóctones da freguesia do Alferce: a aguardente de medronho, citrinos, poejo, porco preto e diversas

Nota de Abertura III

(Continuação)

Pedro Moreira

Diretor da Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão

hortícolas. Este trabalho foi desenvolvido com base na metodologia de Design Thinking no âmbito do Clube de Ciência Viva – SEALAB da Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão.

Agradecemos à Junta de Freguesia do Alferce por ter aceitado o nosso projeto de intervenção, e todo o apoio que nos foi dado durante a sua execução, nomeadamente durante as visitas de prospeção e levantamento de informação.

Acreditamos firmemente que projetos como o "Comunidades Sustentáveis" são essenciais para fomentar o desenvolvimento sustentável e a coesão social, promovendo um futuro mais próspero e equilibrado para todas as regiões envolvidas. O ISMAT está de parabéns pela iniciativa.

Por fim, agradecemos ao ISMAT a permanente disponibilidade e apoio ao longo deste (e de outros) projeto, permitindo que os nossos alunos e restante comunidade escolar beneficiem de uma experiência enriquecedora e transformadora.

Introdução



Luís Mota Maria Inês Galvão Miguel Portugal

Professores do ISMAT
Coordenadores do Projeto
"Comunidades Sustentáveis", 2024

O projeto "Comunidades Sustentáveis – Projeto Turístico aplicado às Aldeias do Barlavento Algarvio" nasceu em 2021 numa parceria entre o Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes (ISMAT), as Escolas de Hotelaria e Turismo do Algarve (Faro, Portimão e V.R.S. António), a Dual Qualificação Profissional de Portimão, contando, nesta terceira edição, com a preciosa colaboração da Vicentina, Associação para o Desenvolvimento do Sudoeste.

Nas três edições já realizadas, colaboraram no projeto as Juntas de Freguesias de Budens, Burgau, Barão de São Miguel, Alferce, Cachopo, Mexilhoeira Grande, Bordeira e Bensafirim e Barão de São João dos Municípios de Portimão, Vila do Bispo, Monchique, Tavira, Aljezur e Lagos.

O projeto Comunidades Sustentáveis objetiva primordialmente potenciar a reflexão dos alunos

sobre as questões do despovoamento do interior algarvio consciencializando para os problemas que estas regiões apresentam devido a esse fator.

A operacionalização do projeto Comunidades Sustentáveis concretiza-se pelo desenvolvimento de ideias/projetos que promovam o desenvolvimento turístico sustentável, através de metodologias de Project-Based Learning, pela realização de trabalhos académicos de desenvolvimento local, sempre que possível disruptivos e autênticos que permitam estabelecer sinergias entre os vários domínios do saber, nomeadamente, ensino superior, ensino profissional e a sociedade sempre com especial incidência no desenvolvimento sustentável (ODS 2030): ODS 8 – Trabalho digno e crescimento económico, ODS 11 – Cidades e comunidades sustentáveis e ODS 12 – Consumo e produ-

Introdução

Continuação

ção responsáveis.

Na ideação dos projetos, são quatro os grandes eixos de colaboração e desenvolvimento: inclusão, segurança, resiliência e sustentabilidade que potenciem soluções sustentáveis em regiões de baixa densidade populacional.

O projeto “Comunidades Sustentáveis” tem como principais objetivos:

- i) Operacionalizar e desenvolver pensamento crítico nos alunos e aplicar soluções estratégicas para a concretização dos ODS 8, 11 e 12;
- ii) Elaborar projetos de desenvolvimento turístico relevantes interligando as comunidades locais, a economia e o ambiente, ou seja, a sustentabilidade em todas as suas dimensões, sociocultural, económica e ambiental.
- iii) Estabelecer sinergias entre os domínios do saber – turismo, desporto, arquitetura, design, gestão, recursos humanos, psicologia, informática, direito ..., a sociedade representada pelas comunidades



locais e poder local, e os objetivos de desenvolvimento sustentável (ODS).

- iv) Promover a atratividade da I&D em contexto aplicado como fator de desenvolvimento económico, social, cultural e ambiental transferindo e operacionalizando o conhecimento e a inovação da academia para o terreno.

A apresentação, idealização e concretização deste tipo de projetos visa aproximar a realidade académica ao quotidiano das comunidades, lançar desafios concretos e aliciantes aos alunos, promover a utilidade prática e aplicabilidade concreta da investigação científica, aproximar todos os agentes da sociedade na procura de soluções sustentáveis, demonstrar as potencialidades do turismo na revitalização dos territórios de baixa densidade populacional, desenvolver espírito crítico nos discentes e, por último,

Introdução

Continuação

difundir o mote central do projeto Comunidades Sustentáveis:

“... todos temos o direito a viver ... onde nos sentimos felizes”.

3ª edição “Comunidades Sustentáveis”, 2024

Nesta 3ª edição, os locais eleitos para apresentação de soluções de desenvolvimento sustentável foram as aldeias de Budens, Alferce, Mexilhoeira Grande, Bordeira e Bensafrim e Barão de São João.

No dia 13 de junho de 2024 realizou-se a apresentação dos projetos de desenvolvimento criados pelos alunos. Estiveram presentes em representação das aldeias eleitas, os respetivos Presidentes das Juntas de Freguesia, assim como por Presidentes e Vereadores das Câmaras Municipais de Portimão, Lagos e Vila do Bispo.

Foram apresentados no total 49 projetos por alunos das licenciatu-



ras das áreas do Turismo, Design, Arquitetura, Psicologia e Desporto e pela Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão.

Esta edição desenvolveu-se durante o 2º semestre (de março a junho), em três fases distintas:

- i) Apresentação e lançamento dos desafios aos alunos pelos respetivos Presidentes das Juntas de Freguesia convidadas, que se realizou em março no auditório do Museu de Portimão;
- ii) Seleção das localidades e desenvolvimento dos projetos pelo alunos e professores;
- iii) Apresentação dos projetos finais através da exposição/feira dos projetos, realizada no dia 13 de junho no ISMAT Campus, com a presença de todos os discentes, professores, autarcas e convidados.

CONTEXtualIZAÇÃO

Comunidades Envolvidas





Ana Margarida Cardoso Custódio
Presidente da Junta de Freguesia de Budens



A freguesia de Budens é uma freguesia do concelho de Vila do Bispo, composta por cinco aldeias, especificamente, Burgau, Salema, Vale de Boi, Figueira e Budens. Esta freguesia está situada na EN125 entre Lagos e Sagres e tem a particularidade de ser um dos territórios abrangidos pelo Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina.

A freguesia de Budens compreende uma área de 45,69 km², 1857 residentes (ao ano de 2022) e com uma densidade populacional de 40,64 habitantes/km².

Confronta com as freguesias de Barão de São Miguel e Vila do Bispo e Raposeira (Concelho de Vila do Bispo), Barão de São Jo-

ão e Luz (Concelho de Lagos).

Comumente mais conhecidas do que Budens são as localidades costeiras de Burgau e Salema e, entre elas, a praia da Boca do Rio na foz da Ribeira de Budens. É neste local, onde a ruína do Forte de São Luís de Almádena pode ser visitada.

Esta fortificação foi erguida no século XVII para proteger dos corsários as cabanas dos pescadores aí instaladas. Perto da Boca do Rio foram encontrados vestígios de uma antiga vila romana, tanques de salga para peixe e marisco e cetárias, onde era fabricado "garum", um condimento muito popular na Roma Antiga.

in

<https://www.freguesiadebudens.pt/home>



José Manuel Pereira Gonçalves
Presidente da Junta de Freguesia de Alferce



A 3ª Edição do Projeto Comunidades Sustentáveis, cuja apresentação final dos projetos realizou-se no passado dia 13 de Junho de 2024, foi o culminar de meses de trabalho e proatividade em várias aldeias integrantes do Barlavento Algarvio.

Esta edição foi, mais uma vez, um sucesso pela elevada qualidade dos projetos apresentados, demonstrando profunda dedicação e empenho, forte saber e rigor científico associado à sustentabilidade de cada aldeia.

A Freguesia de Alferce agradece ter integrado, mais uma vez, o âmbito do projeto e a substancial qualidade dos projetos dedicados ao território da nossa freguesia e os quais representam várias oportunidades e novos caminhos de investimento.

Bem hajam a todos!

Alferce é uma freguesia do concelho de Monchique, com a área de 95,31 km², confrontando a Norte com o concelho de Odemira, a Sul com o concelho de Silves e a Poente com o concelho de Monchique.

A freguesia de Alferce é situada numa zona serrana do interior, tem 391 habitantes (INE, Censos 2021), sendo na sua maioria constituída por uma população idosa. Paralelamente, a crescente fixação de residentes estrangeiros na freguesia é superior a 10% da população total.

A Freguesia de Alferce dispõe de acessibilidades, com ligação a Monchique e São Marcos da Serra pela estrada Nacional nº 267 e a Portimão pela estrada Municipal nº 1073. Situa-se a Norte de Portimão e dista, aproximadamente, 30 km.

A povoação de Alferce é muito

Continuação



Junta de Freguesia de Alferce

antiga, muito provavelmente de épocas anteriores ao século XIII, refletindo uma toponímia de origem árabe. Uma das raízes etimológicas que lhe está intimamente associada é a palavra "al-faris", que significa cavaleiro, existindo assim uma forte possibilidade de Alferce ser uma terra de cavaleiros.

Relacionando esta teoria com a arquitetura militar islâmica,

existente no Cerro do Castelo de Alferce, ao qual estudos recentes apontam para que este desempenhasse em tempos uma função geoestratégica de vigilância e segurança às atividades económicas do sector agropecuário e da população residente.

in <https://jf-alferce.pt/>
n <https://www.cm-monchique.pt/pt/menu/329/junta-de-freguesia-de-alferce.aspx>



José Vitorino Nunes
Presidente da Junta de Freguesia de Mexilhoeira Grande



Desde o primeiro evento “Comunidades Sustentáveis” que a Freguesia da Mexilhoeira Grande tem estado sempre presente, com desafios/propostas para os alunos das diversas áreas, abraçando sempre as suas sugestões apresentadas. Um exemplo prático deste trabalho/parceria foi a criação da marca Mexilhoeira Grande em 2023 que foi apresentada no nosso evento “Artes e Sabores da Nossa Terra”, que desde então está a ser replicada nos rótulos dos diversos artigos locais produzidos na Freguesia da Mexilhoeira Grande. Em cada evento somos sempre surpreendidos, pelo olhar de cada aluno, com propostas surpreendentes, umas mais fáceis de implementar que outras, mas todas interessantes para a freguesia.

Em nome da freguesia da Mexilhoeira Grande, o meu obrigado.

Mexilhoeira Grande é a maior das três freguesias que compõem o concelho de Portimão, embora detenha o menor número de habitantes. Apresenta paisagens singulares, resultado do perfil orográfico e climático da região bem como da atividade agrícola ali desenvolvida durante anos. De cariz essencialmente rural, mantém vivas tradições e costumes bem patentes nas vivências quotidianas dos mexilhoirenses.

A freguesia ocupa uma área de 91,4 km², ocupando cerca de 60% da área total do concelho de Portimão e abrange cerca de 4315 residentes (INE, Censur 2021).

A Mexilhoeira Grande é uma po-

Continuação



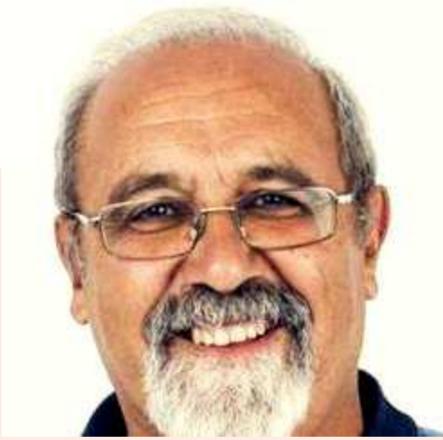
Freguesia de Mexilhoeira Grande

voação bastante antiga, cuja origem poderá remontar ao prolongamento dos povoados do Neolítico e do Calcolítico de Monte Canelas e Alcalar.

Esta vila é composta por várias edificações relevantes, tais como, os Monumentos Megalíticos de Alcalar (pré-história), passando pela Vila Romana da Abicada, depois pela extinta freguesia da Senhora do Verde e pela visita ao centro da vila de Mexilhoeira Grande, onde podemos observar o resultado de

todo este processo evolutivo. Das cinco freguesias iniciais, o Município de Monchique perdeu duas delas no século XIX: a freguesia da N^a S^a da Assumpção do Verde, cuja extinção foi justificada pelo reduzido número de residentes, e a Mexilhoeira Grande, que ao cabo de várias tentativas seria integrada no concelho de Portimão em 1834.

in <https://visitportimao.com/o-que-fazer/patrimonio-e-cultura/roteiro-mexilhoeira-grande/>
in <https://freguesiamexgrande.pt/>



José Francisco Estevão
Presidente da Junta de Freguesia da Bordeira



A Junta de Freguesia de Bordeira sentiu-se muito honrada e sensibilizada pelo convite que lhe foi endereçado para participar neste evento, integrando o júri de avaliação dos projetos apresentados pelos alunos.

A articulação e colaboração entre a academia, as autarquias e agentes do desenvolvimento local, no âmbito da partilha de saberes e concretização de projetos é, em nosso entender, uma aposta ganha, como o provam alguns já implementados e em fase de concretização nas freguesias que participaram desde o início do processo.

Neste contexto, o entusiasmo, a alegria e o vigor com que os alunos acompanhados dos seus professores colocaram na apresentação e defesa dos seus projetos foi fortemente contagiante e gratificante, para quem assistiu ao evento.

Em suma, estão de parabéns todos os intervenientes e é nossa convicção que com as potencialidades que lhe são inerentes, o futuro será garantidamente de sucesso.

Por último, a Junta de Freguesia de Bordeira está aberta e ansiosa por poder, através de futuras parcerias, ajudar a implementar e concretizar alguns projetos, de acordo com a sua realidade, dimensão e disponibilidade.

Bordeira é uma Freguesia portuguesa do Concelho de Aljezur, com 80,15 km² de área, 432 habitantes e uma densidade de 5,4 hab/km².

Constituem atualmente este território os lugares de Bordeira, Carrapateira, Alfambras e Vilariinha. Confronta com as freguesias de Aljezur (Concelho de Al-

Continuação



Freguesia da Bordeira

jezur), Vila do Bispo e Raposeira (Concelho de Vila do Bispo), Bensafrim e Barão de São João (Concelho de Lagos).

A praia da Bordeira situa-se na foz da ribeira da Carrapateira, envolta em dunas e paisagens grandiosas. É extensa, um tanto ventosa, mas convidativa ao lazer. Próximo, encontra-se a formação rochosa do Pontal da Carrapateira, recortada por altas falésias e angras.

Na Bordeira, o negro do xisto interrompe-se para dar lugar a uma arriba de natureza calcária, de cores claras e quentes, abrindo possibilidades à diversificação da vegetação.

Na praia, os extensos campos dunares que avançam pelo interi-

or até à povoação da Carrapateira marginam a ribeira da Bordeira, que forma ocasionalmente uma laguna de águas tépidas perto da foz e onde ainda é possível avistar lontras.

São também de assinalar os pinhais dunares de pinheiro-manso, com árvores enormes e antiquíssimas, sendo algumas utilizadas como armazém agrícola dado o diâmetro da sua copa. O areal é vastíssimo, com mais de 3 km de comprimento expostos aos ventos marítimos, e prolonga-se, quase sempre deserto, até à Pedra de Matez, enorme rochedo de tonalidade avermelhada, a norte.

in <https://www.jf-bordeira.pt>



Duarte Lopes Rio

Presidente da Junta de Freguesia da Bensafrim e Barão de São João

Bensafrim e Barão de São João (oficialmente: União das Freguesias de Bensafrim e Barão de São João) é uma freguesia portuguesa do concelho de Lagos com 130,20 km² de área e 2425 habitantes (2011). A sua densidade populacional é de 18,6 hab/km².

Constituem a freguesia de Bensafrim os lugares de Bensafrim, Colégio, Pincho, Castanheiro, Machada, Colinas Verde, Corte Bispo, Vale de Bensafrim, Jardim de Bensafrim, Lagarinho, Paraíso, Maranhão, Monte Novo, Hortinha, Azoia, Sernadinha, Almares Compridos, Cotifo, Bravura, Espinhaço de Cão, e de Barão de São João os lugares de Barão de São João, Pedragosa, Vinha Velha, Minhoto, Lagoa da Rosa, Monte das Figueiras, Atalaia, Catalão, Vale Coelhos e Monte Judeu.

A União de Freguesias de Bensafrim e Barão de São João confronta com as freguesias de Bordeira e Aljezur (Concelho de Aljezur), Marmelete (Concelho de Monchique), Barão São Miguel (Concelho da Vila do Bispo), São Gonçalo de Lagos, Luz e Odiáxere (Concelho de Lagos).

Do património histórico de Bensafrim, para além dos conhecidos vestígios arqueológicos, destacam-se a Igreja Matriz, bem como vários moinhos de vento. Como locais de interesse turístico, referência para a barragem da Bravura e respetiva albufeira, para a zona de caça associativa, bem como para a típica paisagem local. Elemento característico é a presença da rocha de grés vermelho que existe ainda na fundação de algumas casas.

De Barão de São João, destaca-se como património a Igreja de S. João Baptista, padroeiro da freguesia, templo seiscentista reconstruído em 1951 e a Mata Nacional de Barão de São João, inserida no património natural de Lagos que constitui um local ideal para quem deseja um contato direto com a natureza. A Mata Nacional de Barão de São João teve grande importância na época dos Descobrimentos, visto fornecer matéria-prima para a construção naval.

in <https://www.ufbensafrimbaraosjoao.pt>



Apresentação dos Projetos/Propostas

Neste capítulo estão representados todos os trabalhos apresentados aos Presidentes das Juntas de Freguesia de Budens, Mexilhoeira Grande, Alferce, Bordeira e Bensafrim e Barão de São João, no dia 13 de junho de 2024.

Todos os trabalhos terão uma breve descrição quanto ao título/tema, autoria, região aplicada, curso e orientação do projeto.

Título:	Se os Destinos Falassem
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Marcello Torres, Alexandra Bento & Tiago Salvador
Orientador(s):	Inês Galvão
Curso:	Gestão do Turismo



SE OS DESTINOS FALASSEM?

COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS 2024

Marcello Torres
Alexandra Bento
Tiago Salvador

Licenciatura em Gestão do Turismo
Ano Letivo 2023/2024 | 1º Ano 2º Semestre



INTRODUÇÃO

O presente projeto foi impulsionado pela unidade

Destino Turístico, no âmbito da colaboração na iniciativa Comunidades Sustentáveis, para o ano de 2024.

A elaboração do projeto vinculou o seu ponto de partida na definição do seguinte problema de investigação: como aumentar a atratividade das freguesias do Barrocal algarvio enquanto destinos turísticos, com foco na Mexilhoeira Grande?

Partindo dessa premissa, a investigação foi ganhando uma profundidade inevitável, que desenhava a necessidade de criarmos uma sinergia efetiva entre a resposta ao problema colocado e soluções mensuráveis e objetivas para os seguintes desafios:

- desenvolver destinos turísticos inteligentes
- promover o crescimento económico
- fomentar a mitigação da sazonalidade
- gestão sustentável da tríade Económica-Ambiental-Social
- modelos de gestão que permitam análise e ação em tempo útil
- proporcionar experiências imersivas, promovendo o regresso

RESULTADOS ESPERADOS E CONTRIBUIÇÕES

- Reconhecimento da freguesia como destino de elevado interesse para o turismo sustentável.
- Criação de novas cadeias de valor entre o Litoral e o Barrocal, gerando novos fluxos de movimentação turística que enriquecem as experiências e contribuem para o crescimento económico da freguesia.
- Demonstrar que é possível uma sinergia de sucesso entre tradição e tecnologia.
- Comprovar novas formas de comunicar, com resultados mensuráveis em tempo real.

O presente estudo e projeto espera contribuir para:

- O envolvimento da comunidade e agentes económicos locais.
- Uma nova abordagem na forma de criar oferta turística. Uma visão mais palpável de sustentabilidade. Demonstrar que é possível um destino superar expectativas. Comprovar que é possível uma relação de investimento e retorno de elevado potencial, acessível a destinos de todas as dimensões.

REVISÃO DA LITERATURA

A freguesia da Mexilhoeira Grande é considerada a mais rural do município de Portimão. Oferece mais de 88 quilómetros quadrados de vales, sapais, ribeiras e salinas que se fundem com a fauna e flora e a as cores das casas tradicionais que a ornamentam.

É uma vila rica em lendas e estórias, com património histórico e arqueológico com milhares de anos.

Com pouco mais de 4.000 habitantes, é um território onde contrastam a aposta no desporto motorizado de alta competição, e o sossego dos caminhos entre a vila, as aldeias e os vales.

A sua ligação ferroviária a 10 minutos de Portimão e Lagos, onde a média anual de dormidas superam o milhão, torna-o um destino com ingredientes de muito valor para se apresentar como alternativa a quem procura o turismo sustentável, de baixa pegada ecológica e com uma oferta de serviços que tem espaço para ser diversificada.

PARCERIAS-CHAVE

Parcerias Essenciais
Município de Portimão
Junta de Freguesia da Mexilhoeira Grande
Turismo de Portugal

Parcerias para licenças específicas

CP - Comboios de Portugal
Vamus Algarve
EP - Estradas de Portugal

Parcerias para promoção e dinamização

Unidades de Alojamento
Unidades de restauração e bebidas
Comércio e serviços locais
Estabelecimentos de ensino
Empresas de transporte de passageiros
Artesãos
Produtores agrícolas e vitivinícolas
Comunidade Local

Parcerias para potenciação regional

Município de Lagos
Município de Lagoa
Município de Albufeira

ATIVIDADES-CHAVE

Criação da **Rota de Descoberta** da freguesia, que privilegia a **ligação ferroviária** e o uso de bicicleta ou outros **meios de mobilidade sustentável**. Disponibilização de sistemas que permitam **interação em tempo real** com o turista, colocados em **pontos estratégicos ao longo da rota**. Promoção e alavancagem de venda dos produtos e serviços que compõem a economia local. Ações contínuas de **envolvimento da comunidade e agentes locais e regionais**.

RECURSO-CHAVE

App **Interativa**
Domínio e serviço de **alojamento web**
Pacote de **QR Codes Dinâmicos**
Software **CRM na cloud** com VoIP e/ou Chat

Placas de material sustentável e duradouro para **gravação a laser** de logótipo, **QR Codes** e **informação útil** em **texto e código Braille**.

Fotografia, áudio e vídeo
Tradução para **legendagem**

PROPOSTA DE VALOR

Mexilhoeira Grande - destino turístico **inteligente e interativo**.

Promoção do património, cultura, comércio, restauração, alojamento e outras **atividades económicas locais**, através de inovadores **conciérges digitais e tecnologia**.

Exponenciação da atratividade do destino, do **número de visitantes** e consequente **aumento da captação de receita**.

Afirmção de **identidade territorial**.

Solução de elevada **sustentabilidade ambiental, humana e económica**.

Sistema que permite **interpretação de dados, análise e adaptação em tempo real**.

Modelo de gestão inovador.

RELAÇÕES COM OS CLIENTES

Disponibilização de aplicativo web **interativo**, de **utilização fácil e adaptado**. **QR Codes direcionados** para gostos do visitante e com **conteúdos cativantes**. Incentivo à participação em **questionários de satisfação** e **partilha da experiência**. **Ações de marketing** para **incentivo ao regresso** do visitante.

CANAIIS DE DISTRIBUIÇÃO

Placas físicas, colocadas **ao longo da rota** da freguesia e de **estações e paragens** estratégicas da **Vamus Algarve** e **CP**. **Páginas** oficiais do **Município, Autarquia e Turismo de Portugal**. **Redes Sociais** e Newsletters
Panfletos promocionais distribuídos nos vários **hóteis e parceiros da região do Barlavento**.

SEGMENTOS DE CLIENTES

Geração X (nascidos entre 1965 e 1981)
Esta geração junta 5 elementos de atratividade complementares:

- Curiosos por tecnologia
- Propensos a atividades no exterior
- Nostalgia por atividades turísticas em família
- Estatuto financeiro estabilizado
- Pais da Geração Millennial

Interesses

- Turismo no espaço rural
- Turismo gastronómico
- Turismo histórico e cultural
- Experiências ao ar-livre e na natureza

Gostos

- Autonomia nas escolhas Experiências
- "self-service" Busca pela informação
- Escolhas baseadas no estado de espírito
- Destinos pouco explorados Gastronomia
- local Tradição e Cultura
-
-

ESTRUTURA DE CUSTOS

CUSTOS DE ARRANQUE

Desenvolvimento da App
Subscrição de pacote de QR Codes Dinâmicos
Subscrição de software CRM com Voip e/ou Chat
Captação e edição de media (imagens, áudio e vídeo)
Serviço de tradução e legendagem
Licenças publicitárias
Placas de suporte com gravação a laser e instalação

CUSTOS RECORRENTES

Anuidade de pacote de QR Codes Dinâmicos
Anuidade de software CRM com Voip e/ou Chat
Serviço de tradução e legendagem
Licenças publicitárias
Deslocações e comunicações

FONTES DE RECEITA

Subscrição anual dos agentes económicos locais e regionais para promoção na App e serviço adjacente.

Comissões sobre venda de bilhetes

Comissões sobre revenda de alojamento

Comissões sobre revenda de atividades de animação turística

Comissões sobre venda de produtos regionais através da App

Pedidos personalizados de Travel Design disponibilizado aos utilizadores da App

FUTURAS PROPOSTAS DE INVESTIGAÇÃO

- Aferir o crescimento do número de dormidas no destino
- Identificar a cadeia de valor impulsionada e medir os seus resultados
- Medir a relação entre dormidas e cadeia de valor
- Aferir os resultados NPS, eWOM e WOM
- Analisar o aparecimento de novos negócios locais, motivados pelo aumento do fluxo turístico

METODOLOGIA

- Pesquisa documental sobre o destino
- Presença no local para levantamento das características
- Utilização e teste da mobilidade na rede de transportes disponível
- Teste do sistema para aferição da sua eficácia.
- Estruturação do plano de negócio, de acordo com o Business Model Canvas (Osterwalder, 2004)

BIBLIOGRAFIA

- Página oficial da Freguesia da Mexilhoeira Grande
- Página oficial do Município de Portimão
- INE - Dados Estatísticos, Turismo, NUTS II 2021
- Guia Património e Cultura - Visit Portimão, 2022
- Guia Gastronomia e Vinhos - Visit Portimão, 2022
- Página oficial da Portuguese Trails
- Página oficial do Turismo de Portugal
- Página oficial da CP

Título:	Feira do Demo – buchas & bazelgadas de saberes e sabores
Região:	Alferce
Aluno(s):	Inês Barbudo e Eduardo Moroz
Orientador(s):	Inês Galvão
Curso:	Gestão do Turismo

Feira do Demo

buchas & bazelgadas de saberes e sabores!

Introdução

O nosso projeto foi elaborado de acordo com a unidade curricular de Gestão Estratégica de Destinos Turísticos.

O âmbito do projeto enquadra-se nas Comunidades Sustentáveis de 2024.

O desafio apresentado respeito à Freguesia de Aífece, onde recentemente nasceu o projeto dos Passadiços do Baranco do Demo, também fruto da mesma iniciativa em ano transacto.

Ao explorarmos a freguesia para aferir as suas características, foi inevitável constatar a existência de um campo desportivo, muito próximo do acesso aos passadiços.

O potencial do espaço e da sua localização, deu origem ao projeto que aqui apresentamos, com a visão de revitalizar o espaço e consequente criação de valor económico, social e cultural.

Partimos da investigação documental e presencial, por forma a desenvolver um modelo gestão que dinamizasse uma cadeia de valor que apresenta ainda muito espaço para crescimento.

A criação de um mercado regional, possibilita agregar o valor das tradições e dos produtos da economia local, aos gostos e interesses de um número crescente de turistas que procura oferta diferenciada.

Revisão da Literatura

A *Aífece de Aífece* é uma freguesia do concelho de Monchique, com a área de 95,51 km², fazendo fronteira com o concelho de Odemira e o concelho de Silves.

Em Aífece existem 411 residentes (INE, Censos 2011), sendo estes maioritariamente idosos.

O conceito que queremos trazer de volta, são os mercados antigos. O convívio e até mesmo a passagem de conhecimento.

O turismo quer-se sustentável. Este deve ter como objetivo a criação de benefícios socioeconómicos, devendo manter a sustentabilidade através da conservação do meio ambiente e da cultura local (DMT, 1996, p. 74).



RESULTADOS ESPERADOS E CONTRIBUIÇÕES

- Dinamizar a região
- Reabilitar a área
- Envolvimento de produtores/ negócios locais
- Diversificação da população visitante
- Demonstrar a potencialidade da freguesia no que respeita ao seu crescimento económico.

Parcerias estratégicas

- Junta de freguesia de Aífece
- maxmat ou Leroy Merlin
- Câmara Municipal de Monchique
- Clube Desportivo de Aífece
- Escola Primária de Aífece
- Grupo de Escoteiros de Monchique

Recursos principais

- Barracas/stands de mercado coloridos, em materiais sustentáveis e amovíveis
- Roca ou linha de identificação do evento na entrada principal
- Rocas de demarcação e identificação de zonas: w/c, proteção civil, zona de exposição, palco ou tribuna de discursos, entre outros.
- Outdoors publicitários colocados estrategicamente nos polos de maior densidade da região

Principais atividades

Sempre foi a comércio de bens e serviços, onde pequenos comerciantes e artesãos vendem seus produtos diretamente aos consumidores. As barracas coloridas e as lojas familiares são o coração pulsante desses mercados, oferecendo uma diversidade de opções que vão desde frutas frescas e verduras até roupas, utensílios domésticos e artesanato local.

A interação direta entre vendedores e compradores cria um ambiente vibrante e comunitário, onde a negociação e a troca de histórias são tão importantes quanto os produtos oferecidos. Esses mercados não são apenas locais de compra e venda, mas também centros de convivência social, onde as pessoas se encantam, conversam e fortalecem os laços comunitários. Além disso, muitos mercados tradicionais são conhecidos por suas especialidades regionais, que refletem a cultura e as tradições locais. Por exemplo, em algumas regiões, é comum encontrar especiarias exóticas, iguarias culinárias e produtos artesanais únicos que não podem ser encontrados em nenhum outro lugar.

No entanto, com o avanço da tecnologia e a globalização, esses mercados enfrentam desafios significativos. A competição com grandes redes de supermercados e lojas online exige que os comerciantes tradicionais se adaptem e inovem para sobreviver. Alguns têm adotado métodos modernos, como a venda online e a promoção em redes sociais, para alcançar um público mais amplo e diversificado.

Apesar desses desafios, os mercados tradicionais continuam a ser um elemento vital na cadeia econômica e cultural de muitas comunidades. Eles representam um legado de resiliência e adaptação, mantendo vivas as tradições enquanto abraçam as mudanças da modernidade.

A proposta de valor

- Aproximar os turistas do habitante local
- Aumentar o turismo na região
- Promover os produtos locais
- Fomentar a preservação cultural e ambiental
- Oferecer experiências autênticas e imersivas
- Desenvolver parcerias com negócios locais
- Criar oportunidades de emprego para a comunidade local
- Garantir o bem-estar e a segurança dos visitantes
- Implementar práticas de turismo sustentável
- Nosso objetivo é criar uma conexão significativa entre turistas e comunidade local promovendo um intercâmbio cultural que enriqueça a ambos.
- Queremos que cada visitante se sinta parte da região, desfrutando de suas tradições, gastronomia e belas paisagens enquanto contribui para o desenvolvimento económico e social da área.

Objetivos

- Objetivos principais:**
- Venda de produtos regionais
 - Promover a cultura
 - dinamizar a convivência do local com o turista
- Objetivos secundários:**
- Incentivar a economia sustentável valorizando os produtos e serviços locais.
 - Criar parcerias com entidades culturais e educativas para enriquecimento mútuo.
 - Organizar eventos e festivais que celebrem as tradições e o património da região.
 - Desenvolver campanhas de marketing que destaquem as singularidades e o charme do local.
 - Facilitar workshops e cursos que capacitem os comerciantes e produtores locais, promovendo o empreendedorismo e a inovação.

Distribuição e Comunicação

- Stand-points com os questionários e sugestões em suporte físico
- Redes Sociais e Newsletters
- Panfletos promocionais distribuídos nos vários hotéis e parceiros da região do Barlavento.

Perfil do Cliente/Visitante

- TURISMO RURAL
- TURISMO ECONÓMICO
- TURISMO SUSTENTÁVEL
- TURISMO CULTURAL

Diferentes categorias de turismo oferecem experiências únicas e enriquecedoras, como o turismo rural, o turismo económica, o turismo sustentável, o turismo cultural o turismo de aventura e o turismo gastronómico. Cada tipo de turismo proporciona vivências distintas, desde a conexão com a natureza no turismo rural até a imersão na história e tradições locais no turismo cultural. O turismo sustentável busca minimizar impactos ambientais e promover o bem-estar das comunidades, enquanto o turismo gastronómico convida os viajantes a explorarem sabores locais e mergulharem na cultura culinária de cada destino. Em todas as categorias, cada viagem é uma oportunidade de crescimento e apreciação das maravilhas da vida.

Será essencialmente para a geração Y e Z pois estas gerações querem conhecer a fundo a região e ter experiências diferentes. Querem se sentir parte da comunidade.

ESTRUTURA DE CUSTOS

CUSTOS DE ARRANQUE

- Campo de futebol Aífece
- barraqüinhas removíveis
- Produtores
- Profetas
- Outdoors

CUSTOS RECORRENTES

- Licenças publicitárias
- Deslocações e comunicações

FONTES DE RECEITA

Pagamento dos agentes económicos locais e regionais para a participação no mercado

Propostas futuras de investigação

- Medir o crescimento do número de visitantes no ano n+1
- Compreender o impacto económico do evento nos negócios locais
- Mensurar os resultados na comunidade local
- Medir a aderência e satisfação dos visitantes do evento

Metodologia utilizada

- A criação desta ideia teve como ponto inicial a conversa com os locais para tentar perceber a que mais faz falta e ir de encontro as necessidades.
- O modelo da ideia foi criado a partir do Modelo Canvas.

Bibliografia

- Página oficial da Freguesia de Aífece
- Página oficial do Município de Monchique
- INE - Dados Estatísticos, Turismo, NUTS II 2021
- Página oficial do Turismo de Portugal

Título:	Aventuras no Barranco
Região:	Alferce
Aluno(s):	Paulo Luz & Nuno Gonçalves
Orientador(s):	Inês Galvão
Curso:	Gestão do Turismo



Aventuras no Barranco

1. Introdução

A realização deste projeto surge no âmbito da Unidade Curricular de Gestão Estratégica de Destinos Turísticos da turma de Gestão de Turismo do 1º ano.

O desenvolvimento de comunidades sustentáveis é uma abordagem essencial para promover um equilíbrio entre crescimento económico, conservação ambiental e bem-estar social.

A proposta deste projeto visa integrar o turismo de aventura utilizando a infraestrutura já existente e adicionar novas infraestruturas, que permitirá expandir a oferta turística e atrair um público diversificado.

3. Metodologia

Este projeto visa a criação de infraestruturas direcionadas para turismo de aventura na freguesia do Alferce, com área para mountain coaster, tirolesa, áreas de escalada e rappel.

Este modelo de negócio foi desenvolvido com recurso ao Business Model Canvas (Osterwalder, 2004).

<p>Parceiros Principais</p> <ul style="list-style-type: none"> - Agências de Turismo. - Fornecedores de Equipamentos. - Entidades Governamentais. 	<p>Atividades Principais</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mountain coaster, tirolesa, escalada e rappel. 	<p>Estrutura de Custos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Licenciamento, Infraestruturas, Construção, Ativo fixo/corrente. 	<p>Relacionamento Clientes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Através de guias turísticos, online através das redes sociais 	<p>Segmentação de Clientes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Turistas de aventura que procuram a atividade. - Turistas de natureza interessados em caminhadas, observação de aves e paisagens naturais. - Famílias e grupos escolares que procuram atividades recreativas e educativas. - Visitantes locais e da região que praticam caminhadas.
<p>Recursos Principais</p> <ul style="list-style-type: none"> - Infraestrutura: Passadiço (existente), mountain coaster, tirolesa, áreas de escalada e rappel, ponte suspensa (existente), receção de visitantes. - Recursos humanos: Guias turísticos, instrutores, equipa de atendimento ao cliente. - Tecnologia: Plataforma on-line e marketing digital. 			<p>Canais de distribuição</p> <ul style="list-style-type: none"> - Plataforma online com informações detalhadas, redes sociais, parcerias com agentes de turismo e marketing local 	
<p>Proposta de valores</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oferecer uma experiência única de turismo de aventura, com atividades como mountain coaster, tirolesa, escalada, rappel e ponte suspensa. - Proporcionar aos visitantes uma imersão na natureza através de trilhos e passadiços, destacando a biodiversidade local da região. - Promover a educação ambiental através de workshops, tours guiados e eventos temáticos. 			<p>Fluxo de Receitas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Venda de atividades de aventura, visitas guiadas, workshops, eventos e atividades educativas. Loja/café para vendas de souvenirs, alimentos e bebidas. 	

5. Referencias bibliográficas

Junta de Freguesia do Alferce. (2024). <https://jf-alferce.pt/>

Ferreira, José Miguel Filipe (2023). Impacto do Turismo de Aventura: uma revisão sistemática da literatura. Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em Marketing e Promoção Turística. <http://hdl.handle.net/10400.8/9168>

2. Revisão da Literatura

Alferce é uma freguesia do concelho de Monchique, com a área de 95,31 km², confrontando a norte com o concelho de Odemira e a sul com o concelho de Silves.

A freguesia de Alferce tem 411 habitantes (fonte: INE, Censos 2011), sendo na sua maioria constituída por uma população idosa.

O turismo de aventura é um segmento crescente da indústria turística global, caracterizado por atividades que envolvem desafios físicos e experiências em ambientes naturais.

4. Resultados Esperados e Contribuições

Pretende-se um aumento do fluxo turístico significativo no número de visitantes ao Passadiço do Barranco do Demo, atraídos pelas novas atividades. Objetivo de ser reconhecido como um destino de referência para o turismo de aventura sustentável no Algarve.

6. Futuras Propostas de Investigação Investigação sobre como o turismo de aventura pode influenciar a economia local da freguesia, análise de criação de empregos, crescimento de pequenos negócios e impactos no custo de vida.

Título:	Parque Tranquilidade – Mexilhoeira Grande
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Jéssica Santos, João Costa, José Cabrita, Marcelo Viana & Raquel Jesus
Orientador(s):	Ricardo Oliveira
Curso:	Gestão do Turismo

COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS

Projeto Turístico Aplicado às Aldeias do Barlavento Algarvio



Parque da Tranquilidade - Mexilhoeira Grande

1. INTRODUÇÃO

Este projeto surge no âmbito da Unidade Curricular de Análise e Gestão Financeira, da turma de Gestão de Turismo, do 2º ano, com o apoio e orientação do Prof Doutor Ricardo Oliveira.

Propõe-se a criação de ideias para um projeto de investimento âncora que permita colocar a Mexilhoeira Grande como destino turístico, bem como o desenvolvimento e otimização de atividades e recursos associados. Para tal, opta-se pela criação de um Parque de Campismo, que promova práticas de turismo sustentáveis como modo a potenciar a Procura e atratividade locais, salvaguardando os interesses da freguesia.

Definimos como principal objetivo a criação de um Parque de Campismo, com três valências: Autocaravanas, Campismo e Bungalows.

2. REVISÃO DA LITERATURA

Geografia da Freguesia A freguesia da **Mexilhoeira Grande**, pertence ao município de Portimão, ocupando uma área total de 91,4 Km² (60% da área geográfica deste) com uma população de 4313 habitantes (CENSOS 2021). A economia local dominante constitui-se de atividades agrícolas (Limão, Laranja, Figos e Amêndoas) estruturada em pequenos negócios familiares.

Caracterizada pelo seu ambiente rural e proximidade a Portimão, sugere um elevado potencial de crescimento económico e social sustentados, permitindo aumentar a sua atratividade turística e impulsionado o **turismo rural** e o **ecoturismo** na região. O **autocaravanismo** é uma modalidade de turismo itinerante que permite viajar com liberdade e flexibilidade em uma "casa sobre rodas", valorizando a proximidade com valores naturais e culturais dos destinos e dinamizando as economias locais, reduzindo a sazonalidade, especialmente na época baixa, valorizando o consumo de produtos e gastronomia locais, gerando riqueza na restauração e no comércio locais. Segundo Beni (2019), o **turismo** é uma das principais atividades geradoras de emprego e uma fonte de rendimento para muitos países. Considerado antes uma atividade de lazer, tornou-se atualmente uma das mais importantes atividades geradoras de lucro para a economia mundial. A atividade turística desenvolveu-se exponencialmente nos últimos anos, chegando ao seu momento crucial de desenvolvimento nos dias de hoje. Beni (2019), sugere ainda que é devido à procura de qualidade em conjunto com a rentabilidade social e privada que aumenta a competitividade entre os produtos e regiões turísticas, visto que existe uma crescente preocupação por parte dos turistas com o impacto causado pelo turismo nos aspetos económicos, social e ambiental. Refere Carvalho (2020) que a atividade turística tem a capacidade de se adaptar a diversos ambientes, existindo também nas regiões mais remotas do globo, mesmo que com menos intensidade em alguns locais. Goodwin (2013), refere que seria o destino turístico o melhor local para ampliar as oportunidades de produtos e serviços para que a população possa também usufruir dos benefícios que são gerados através da indústria turística, fortalecendo deste modo a economia do país.

3. METODOLOGIA

Geração de ideias através da audição de habitantes e autarcas da Mexilhoeira Grande, alunos das licenciaturas do ISMAT e docentes universitários.

Foi definida uma aplicação do Business Model Canvas, Osterwalder (2004), permitindo a "Big Picture" desta ideia, fazer a leitura de Gestão dos nove pontos cruciais a um negócio.

Parceiros
Principais

Associação de Autocaravanismo, Junta de Freguesia da Mexilhoeira Grande, Turismo de Portugal, Empresários locais.	Atividades Principais Estadia/Alojamento: Autocaravanismo, Campismo e Bungalows e serviços associados.	Proposta de valores ★ Através da utilização do parque de campismo, criamos valor via atividades de lazer e património, cultural, ambiental e gastronómico.	Relacionamento Clientes Direto através de contactos, aplicações, canais digitais e redes sociais.	Recursos Principais Recursos humanos, acessibilidade, localização, recursos endógenos, natureza, financeiros e conhecimento de gestão.
Estrutura de Custos Licenciamento, Infraestruturas, Construção, Ativo fixo/corrente.	Segmentação de Clientes Turistas nacionais e internacionais.	Canais de distribuição Associações de auto caravanismo, sites de auto caravanismo, site municipal, associação do turismo de Portimão.	Fluxo de Receitas Vendas de aluguer/alojamento.	

4. RESULTADOS ESPERADOS E CONTRIBUIÇÕES

Os resultados esperados para este projeto incluem o aumento do fluxo turístico da Mexilhoeira Grande, gerando receitas sustentáveis, criando empregos locais e elevada satisfação dos visitantes. Embora na ausência de estudo de viabilidade económica e financeira, considerando projetos com alguma similitude aplicados ao destino turístico Algarve a recuperação do investimento (Pay-Back) aconteceria até 7 anos (numa estimativa a 10 anos).

As contribuições incluem o desenvolvimento económico local, a valorização da região, a implementação de práticas de turismo sustentável e o fortalecimento das relações comunitárias. Além disso, o projeto pretende promover a educação e consciencialização sobre a preservação ambiental e cultural, beneficiando a comunidade e posicionando a Mexilhoeira Grande como um destino turístico sustentável e de qualidade.

5. FUTURAS PROPOSTAS DE INVESTIGAÇÃO

Possíveis áreas de pesquisa futura incluem a viabilidade económica, financeira e ambiental, a implementação de estratégias de marketing para diferentes segmentos de turistas, o impacto das práticas de turismo sustentável no parque de campismo, a interação entre o turismo e a economia local, a experiência do visitante no parque e suas sugestões para melhorias. Estas investigações podem fornecer valiosos "insights" para o desenvolvimento contínuo do turismo em Mexilhoeira Grande, promovendo bem-estar geral.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BENI, M., Como Certificar o Turismo Sustentável? Revista Turismo em Análise, 14(2), 5-16. 2003. CARVALHO, T., O Crescimento do Turismo Sustentável Aliado aos Empreendimentos Turísticos Relatório de Estágio de Mestrado em Ecologia Humana e Problemas Sociais Contemporâneos, 2020. GOODWIN, H., Turismo y reducción de la pobreza. In: Gascón, J., Pérez, S. M. & Tresserras, J. (Org.). Cooperación en turismo. Nuevos desafíos, nuevos debates. 2013. Junta de Freguesia da Mexilhoeira Grande. (2024). Sítio na Internet da Freguesia de Mexilhoeira Grande. <https://freguesiamexgrande.pt/> INE, Statistics Portugal. Census 2021, Osterwalder, A. The Business Model Ontology – A Proposition in a Design Science Approach. 2004. Lausanne. Switzerland: University of Lausanne.

Título:	Projeto Turístico Alferce
Região:	Alferce
Aluno(s):	João Costa & José Cabrita
Orientador(s):	
Curso:	Gestão do Turismo

Projeto Turístico Alferce

João Costa
José Cabrita
13/06/2024

EMPREENDEDORISMO - Investimento Capital Privado

Negócios de Restauração, Cafés, Esplanadas

- Bilhética Passadiço e ASA 50% partilhada com a JF Alferce com contrapartidas
- Manutenção do passadiço
- Limpeza e Higienização I.S.
- ASA

Alojamento Local

- Através da aquisição e recuperação do edificado exigente, condições:
- Manutenção da traça arquitectónica tradicional
- Utilização de materiais e cores tradicionais

Criação de Emprego

- Necessidade de habitação a custo controlado

Posto de Turismo Alferce

- Divulgação de material de marketing
- Gestão de Redes Sociais
- Plano de Marketing Alferce 2030

Título:	Calendário de Eventos 2025 - Inverno
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	2º ano de Gestão do Turismo
Orientador(s):	Ricardo Oliveira
Curso:	Gestão do Turismo

CALENDÁRIO EVENTOS 2025

INVERNO

JANEIRO. "Vamos Cantar as Janeiras""

FEVEREIRO. Feira de Agricultura

DEZEMBRO. Presépio Vivo
Mercadinho de Inverno

PRIMAVERA

MARÇO. Cânticos Gregorianos
MotoGP

ABRIL. Feira da Horta Local
Workshop de Doces Regionais

MAIO. Feira da Espiga

VERÃO

JUNHO. Festival Rock

JULHO. ExpoArt, Joalheria e Artesanato

AGOSTO. Festival do Mar

OUTONO

SETEMBRO. Noite Branca

OUTUBRO. Feira da Caça e Pesca

NOVEMBRO. Magusto na Vila

Realização: Gestão de Turismo, 2º Ano | UC AGF | Ano Lectivo 2023/2024

Título:	ElektroSound Fest – Barão de São João, Lagos
Região:	Barão de São João
Aluno(s):	Jéssica Santos & Marcelo Viana
Orientador(s):	Luís Mota
Curso:	Gestão do Turismo

COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS

Projeto Turístico Aplicado às Aldeias do Barlavento Algarvio



ElektroSound Fest • Barão de São João, Lagos

INTRODUÇÃO & CONTEXTUALIZAÇÃO

Este projeto foi realizado no âmbito da Unidade Curricular de Gestão de Eventos e Experiências de Lazer, e tem como objetivo atrair população jovem à região, aproximando os visitantes da comunidade local dinamizando o território e promovendo investimento na freguesia.

Barão de São João é uma charmosa freguesia no concelho de Lagos, conhecida por sua história rica e ambiente rural tranquilo. A economia provém da agricultura, complementada pelo turismo rural, em crescimento. Eventos aqui realizados reforçam a cultura comunitária.



O FESTIVAL

O **ElektroSound Fest** é um festival de música eletrônica em harmonia com a natureza, realizada na deslumbrante **Mata Nacional do Barão de São João**, no mês de Maio:

São 3 dias de festival, que oferecem uma experiência imersiva com:

- Os melhores talentos da música eletrônica internacional;
- Uma variedade de gastronomia e bebidas;
- Áreas de descanso relaxantes;
- Outras atividades (Ex. Yoga, meditação, Reiki, ...);



IMPACTOS LOCAIS

BENEFÍCIOS:

- Aumento do turismo (Maior ocupação de hotéis, restaurantes, ...);
- Gera empregos temporários e permanentes;
- Aumento da receita no negócios locais, como lojas e bares;
- Oportunidade de novos negócios;
- Promoção da freguesia internacionalmente, atraindo investidores.

DESAFIOS:

- Sobrecarga das infraestruturas locais devido à grande afluência de pessoas;
- Congestionamentos por aumento do tráfego;
- Degradação ambiental, danos na flora e fauna, aumento de resíduos;
- Disrupção da qualidade de vida dos residentes;
- Preocupações de segurança.

PLANEAMENTO & EXECUÇÃO

Produção

Produtores, coordenadores de eventos, equipa de marketing, designers, técnicos de som e luz, equipa de produção técnica, ...

Logística

- **Transportes:** Parceria com empresas de transportes garantindo shuttles a partir de Lagos e cidades circundantes até ao local do evento.
- **Alojamento:** Parcerias e divulgação de hotéis e alojamentos em Lagos e cidades circundantes, promovendo o turismo local.
- **Segurança:** Equipa de segurança treinada, posto de primeiros socorros, socorristas e equipa de bombeiros.
- **Alimentação & Bebidas:** Área de restauração com uma várias opções, incluindo comida local e internacional; Bancas de bebida (alcoólicas e não alcoólicas) espalhadas pelo local, bebedouros gratuitos.
- **Licenças:** Licença do Evento, Licença Ambiental, Licença de Venda de Bebidas Alcoólicas, Licença de Música e Entretenimento, Licença de Segurança e Saúde, Licença de Alvará de Funcionamento e Seguro de Responsabilidade Civil.
- **Instalações, Orçamento ...**

Marketing e Promoção

- Estratégia de marketing com divulgação digital (redes sociais; sites da junta de freguesia e municipal; sites de turismo, musica, eventos internacionais), outdoors publicitários, agencias de viagem, spots publicitários, ...
- Venda de bilhetes antecipada online, com desconto para incentivar a compra antecipada e garantir uma base de participantes sólida. Diários e pacotes.

Principais Atrações

- Cartaz de DJs e Produtores internacional (Incluindo vários géneros de música eletrônica: House, Techno, Trance, Drum & Bass, ...)
- Performances visuais em sincronização com a música.
- Áreas temáticas com diferentes atmosferas musicais: Uma área de chill-out na floresta, uma tenda de música experimental, vários palcos simultâneos.

Experiência do Participante

- Decoração temática espalhadas pelo local.
- Áreas de descanso com zonas de sombra para os participantes.
- Atividades extras, como: workshops de dança, ioga, meditação, reiki e caminhadas guiadas pela Mata Nacional.

Monitorização e Feedback

Recolher avaliações e feedback dos participantes, identificar pontos fortes e pontos a melhorar imediatos. Reunir informação para melhoria de futuros eventos.

Pós-Eventos

Pagamentos, desmontagem e limpeza do espaço, agradecimentos a patrocinadores, parceiros e participantes, planeamento da próxima edição, ...

Sustentabilidade

Compromisso com a sustentabilidade ambiental (Reciclagem, uso de produtos biodegradáveis, incentivo ao transporte público e coletivo para o evento, programa 0% Plástico, ...)

Referências Bibliográficas

• Yeoman, I., Robertson, M., Ali-Knight, J., Drummond, S., & McMahon-Beattie, U. (Eds.). (2012). Festival and events management: An international arts and culture perspective. Routledge.

• UFBensaFrimBaraosJoao.pt. (n.d.). União de Freguesias de Bensafrim e Barão de São João. Retrieved from <http://www.ufbensafrimbaraosjoao.pt>

• CM Lagos. (n.d.). Câmara Municipal de Lagos. Retrieved from <https://www.cm-lagos.pt/>

• Boom Festival. (n.d.). Boom Festival. Retrieved from <https://www.boomfestival.org/>

Título:	espuMar
Região:	Alferce
Aluno(s):	Alunos do Nível 4 do Curso de Gestão de Cozinha e Pastelaria e de Restaurante Bar
Orientador(s):	Ana Lúcia Marques
Curso:	Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão

COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS

Projeto Turístico Aplicado às Aldeias do Barrocal Algarvio



NOME	espuMar
CURSO	Gestão de Cozinha e Pastelaria e de Restaurante Bar
ANO	Nível V

TURISMO DE PORTUGAL

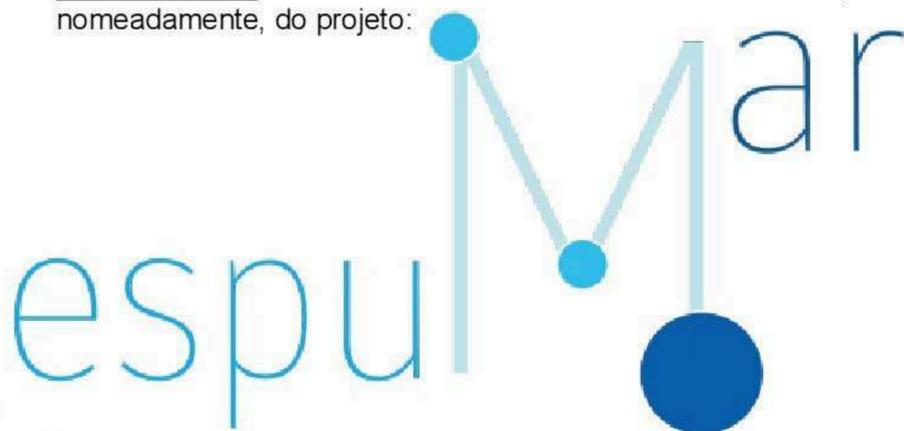


escola de Portimão

1. Introdução

Em resposta ao desafio do ISMAT, no âmbito da 3.ª Ed. COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS, a **Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão** apresenta duas propostas inovadoras, de produtos gastronómicos, com o intuito de que possam reforçar a Oferta do Produto Turístico da região, e contribuir para o aumento da procura dos respetivos ingredientes, ativando o tecido económico desde a produção, e estimulando então os ODS 08, 11 e 12 na freguesia do **Alferce**.

Propostas desenvolvidas também no âmbito do **SEA LAB Cozinhar o Mar** – o Clube de Ciência Viva da EHT Portimão, nomeadamente, do projeto:



2. Proposição Inicial

Aplicar **técnicas de Espuma** (cozinha molecular) na construção dos produtos gastronómicos inovadores, que usam produtos do Mar (microalgas, neste caso) e **produtos autóctones da freguesia do Alferce, concelho de Monchique, tais como a aguardente de medronho, citrinos, poejo, porco preto e hortícolas**.

O projeto espuMar integra o SEA LAB – Clube de Ciência Viva da EHT Portimão, que também se propõe a alavancar a Inovação, a Cultura Enogastronómica, a Responsabilidade Social e transferência do conhecimento para fora da comunidade escolar.



3. Fontes de Conhecimento, Informação e futuros Dados

- Conhecimento técnico partilhado pelos parceiros (nomeadamente da empresa NECTON)
- Conhecimento Técnico da Equipa EHT Portimão e resultados do projeto
- Brochura 2023 da Allmicroalgae, natural products
- DRAP Algarve – Direção Geral de Agricultura e Pescas do Algarve

4. Metodologia

Os alunos receberam a visita, palestra e provas de produtos na escola, através dos parceiros do projeto, a par com os conhecimentos transmitidos pelos formadores da Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão, das diversas áreas de saber envolvidas.

Conhecendo os produtos e as suas características, utilizaram-se estratégias de Design Thinking para a Criação das Receitas Inovadoras.

Procedeu-se à Testagem e Prototipagem das Receitas criadas, até ao resultado final ora apresentado.

Pesquisa de Fontes de Informação fez também parte da Metodologia para o desenvolvimento deste projeto.

5. Resultados e Contributos

Facultar provas das Receitas Gastronómicas Inovadoras resultantes do projeto, na apresentação da 3.ª Ed. COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS:

Tacos po-Mar:

Taco de Spirulina com Pulled Pork,
Salada de repolho, cebolo, laranja, coentros e
Espuma de Citrinos

Cocktail al-Mar:

Aguardente de medronho
Shrub de laranja, poejo e canela
Xarope de limão e zest limão
Clara de ovo
Microalga em pó
Laranja desidratada e outras decorações

Vídeo como evidência de todo o processo e trabalho desenvolvido até ao momento.

Partilhas e apresentações orais no evento.

Propostas p/ continuidade de Desenvolvimento do Projeto:

- Organizar outros Eventos de Promoção Integrada entre os *players*, dos Produtos Gastronómicos desenvolvidos a partir dos produtos autóctones, enquanto elementos enriquecedores da Oferta Turística, promoção do tecido económico local e contribuição para os ODS 8, 11 e 12.

Título:	São Marcos 2024
Região:	São Marcos da Serra
Aluno(s):	Ana Carolina Lopes de Maria
Orientador(s):	David Palma
Curso:	Design de Comunicação



São Marcos

2024

1º Ano Design de Comunicação
História do Design
Ana Carolina Lopes de Maria

ALFERCE

— MONCHIQUE



1º Ano Design de Comunicação
História do Design
Christopher M. Roque da Silva

Título:	Sem Título
Região:	Alferce
Aluno(s):	Christopher M. Roque da Silva
Orientador(s):	David Palma
Curso:	Design de Comunicação



1º Ano Design de Comunicação
História do Design
Christopher M. Roque da Silva

Título:	Igreja de São Sebastião 1762
Região:	Budens
Aluno(s):	Clara Camacho Nicolau
Orientador(s):	David Palma
Curso:	Design de Comunicação

BUDENS

igreja de são sebastião

1762



8o49'47,31"O | 37o5'11,03"N

1º Ano Design de Comunicação
História do Design
Clara Camacho Nicolau

Título:	Um conto, um roteiro, um poema, uma aventura, uma viagem
Região:	Bordeira, Alferce, Mexilhoeira Grande, S. Marcos da Serra, Budens e Barão de São João
Aluno(s):	Ana Carolina Maia, Beatriz Vaz, Christopher da Silva, Clara Nicolau, Diana Vlis, Enzo Costa, Filipe Maçanita & Rodrigo Oliveira
Orientador(s):	David Palma
Curso:	Design de Comunicação

UM CONTO UM ROTEIRO UM POEMA UMA AVENTURA UMA VIAGEM

Ana Carolina Maria
Beatriz Vaz
Christopher da Silva
Clara Nicolau
Diana Vlis
Enzo Costa
Filipe Maçanita
Rodrigo Oliveira

Editoriais desenvolvidos a partir de histórias, tradições e características que definem as diferentes regiões do Barrocal algarvio.

- Aldeia de Bordeira
- Aldeia de Alferce
- Vila Mexilhoeira Grande
- Aldeia de S. Marcos da Serra
- Aldeia de Budens
- Barão de S. João

COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS

Projeto desenvolvido pelos alunos de 2º ano do curso de Design de Comunicação.

3ª Edição



COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS

d&Sign. Ismat

Título:	Nora 2024
Região:	São Marcos da Serra
Aluno(s):	Diana Criki Vlis
Orientador(s):	David Palma
Curso:	Design de Comunicação

Boletim

2024

comunidades sustentáveis

são marcos da serra

1º Ano Design de Comunicação
História do Design
Diana Crika Vlis

Título:	Moinho da Torre
Região:	Budens
Aluno(s):	Enzo Rafael Costa
Orientador(s):	David Palma
Curso:	Design de Comunicação

BUDENS

MOINHO DA TORRE



1º Ano Design de Comunicação
História do Design
Enzo Rafael Costa

ALFERCE

Apetece Viver

comunidade sustentável

2024

1º Ano Design de Comunicação
História do Design
Filipe Duarte Maçanita

Título:	Apetece Viver
Região:	Alferce
Aluno(s):	Filipe Duarte Maçanita
Orientador(s):	David Palma
Curso:	Design de Comunicação



Alferce

apetecece viver

1º Ano Design de Comunicação
História do Design
Filipe Duarte Maçanita

Título:	Igreja Matriz e Bonecos Barão de São João
Região:	Barão de São João
Aluno(s):	Rodrigo Filipe G. de Oliveira
Orientador(s):	David Palma
Curso:	Design de Comunicação

Barão de São João

•Igreja matriz de Barão de São João

igualmente denominada de Igreja de São João Baptista, é um edifício religioso na localidade de Barão de São João, no concelho de Lagos, em Portugal.

•Bonecos Barão de São João

Estes bonecos de madeira esculpidos à mão são uma verdadeira obra de arte, com uma expressividade surpreendente que cativa os turistas que por lá passam.



Título:	Artesanato Sustentável: Conexão Cultural e Desenvolvimento Local
Região:	Alferce, Bensafrim e Barão de São João, Bordeira, Budens e Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Ana Leandro, Catarina Neto, Célia Silva, Filipa José, Isadora Silva, Iuri Cruz, Jéssica Neves, Mariangélica Gomes, Natália Mestre, Oksana Korobchuk, Raquel Cunha
Orientador(s):	Anderson Luiz de Souza
Curso:	Design e Produção de Moda e Têxtil

1. Objetivos

Apresentar a criação de produtos têxteis variados, como bolsas, chapéus e peças de vestuário, desenvolvidos para serem comercializados por comunidades sustentáveis nas aldeias de Alferce, Bensafrim Barão de São João, Bordeira, Budense MexilhoeiraGrande.

2. Descrição das Peças

As peças foram desenvolvidas dentro da disciplina de Impressão e Estamparia e possuem design minimalista para facilitar a reprodução a nível artesanal ou industrial de maneira fácil. Cada item conta com estampas que refletem a identidade cultural e os elementos distintivos de suas comunidades de origem, promovendo uma conexão direta com o local e valorizando a herança cultural.

3. Impacto Esperado

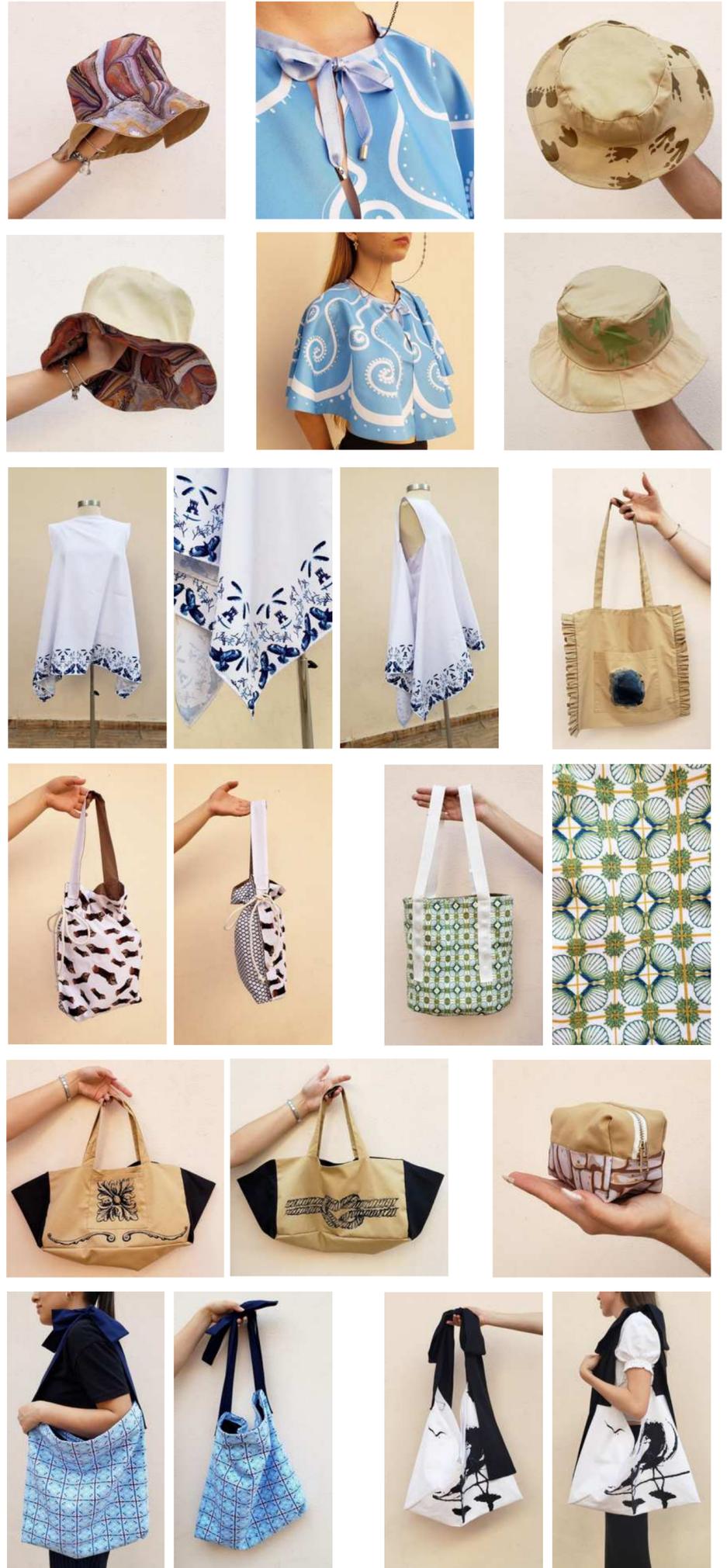
- **Empoderamento das Comunidades Locais:** Fornecimento de novas fontes de renda e desenvolvimento de habilidades artesanais.
- **Promoção do Turismo Sustentável:** Atração de turistas interessados em produtos autênticos e culturais.
- **Valorização da Cultura Local:** Criação de peças únicas que contam a história e a identidade de cada comunidade.

4. Soluções e Propostas

- **Design Minimalista de Fácil Reprodução:** Facilitação da produção local e valorização das habilidades tradicionais. O design de cada produto foi pensado para que possa ser reproduzido tanto através de processos industriais quanto artesanais
- **Incorporação de Técnicas de Estamparia:** Adição de detalhes únicos que representam artisticamente a cultura local.
- **Temáticas Adaptáveis:** Possibilidade de adaptação das estampas para refletir diversos aspectos das comunidades.
- **Produtos Acessíveis e Fáceis de Transportar:** Desenvolvimento de itens de baixo custo e alta portabilidade, ideais para turistas.

5. Desdobramentos Futuros

- Explorar temas adicionais ligados às comunidades, como história local, tradições e eventos culturais.
- Expandir a linha de produtos para incluir outros itens de artesanato.
- Estabelecer parcerias com agências de turismo e hotéis locais para promover os produtos como souvenirs autênticos.
- Investir em capacitação e treinamento para aprimorar as habilidades dos artesãos e expandir a variedade de produtos disponíveis.
- Utilizar materiais reciclados para criar produtos sustentáveis e com baixo impacto ambiental.



Este pôster destaca não apenas a criação de produtos têxteis, mas também o potencial de desenvolvimento econômico e cultural das comunidades locais, oferecendo uma abordagem sustentável e autêntica para o turismo e o comércio.

Título:	Bolsas, Sacos Bordados e Almofadas Tecidas com Identidade e Cultura Local
Região:	Alferce e Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Artemisa Silva & Audrey Andrade
Orientador(s):	Anderson Luiz de Souza & Gisele Nepomuceno
Curso:	Design e Produção de Moda e Têxtil

Licenciatura em Design e Produção de Moda e Têxtil

Laboratório de Arte Têxtil / Design de Têxteis para Decoração - 2º Ano

Estudantes: Artemisa Silva, Audrey Andrade

Professores: Anderson Luiz de Souza / Gisele Nepomuceno

Aldeias: Alferce e Mexilhoeira Grande

1. Introdução

Uma comunidade sustentável é um agrupamento de pessoas que vivem e trabalham juntas em harmonia com o meio ambiente, promovendo o bem estar social, econômico e ambiental. Esta abordagem visa criar um equilíbrio entre as necessidades humanas e a preservação dos recursos naturais, garantindo qualidade de vida e sustentabilidade para as futuras gerações. Foi a partir desta definição que, ao serem escolhidas as localidades de Alferce e Mexilhoeira Grande, buscou-se desenvolver produtos que possam vir a ser fabricados pelas próprias comunidades, a fim de serem convertidos em fonte de renda em uma relação direta com o turismo, adaptando-se às características únicas de cada ambiente local.

2. Problema

Comunidades pequenas em regiões turísticas enfrentam diversos desafios na produção e comercialização de produtos para turistas. Problemas como a baixa capacidade de produção, dificuldades em manter a qualidade e consistência, e limitações logísticas e de distribuição são comuns. Além disso, a concorrência com produtos industrializados, os custos elevados de produção e a falta de conhecimento sobre marketing e preferências dos turistas dificultam a competitividade dos produtos locais. A conformidade com regulamentações, a necessidade de certificações, e a pressão sobre os recursos naturais também representam obstáculos significativos.

A sustentabilidade é uma preocupação importante, já que a produção local pode impactar negativamente o meio ambiente se não seguir práticas adequadas. A falta de formação e capacitação dos produtores locais, juntamente com o difícil acesso a financiamento, agravam esses desafios. Para superar essas barreiras, é necessário um esforço conjunto que inclua capacitação técnica, melhorias na infraestrutura, apoio governamental e colaboração com o setor privado, visando criar um ambiente que favoreça a produção e comercialização sustentável de produtos locais.

3. Soluções Propostas

Criação de produtos têxteis, como sacos, malas, almofadas feitos a partir do upcycling de tecidos e peças de vestuário, projetados com um design minimalista, permitindo uma reprodução artesanal fácil e eficiente. Além disso, as criações incorporariam técnicas de bordado artesanal e tecelagem manual, com desenhos que representem artisticamente elementos e imagens diretamente ligados às respectivas comunidades, criando produtos únicos e exclusivos.

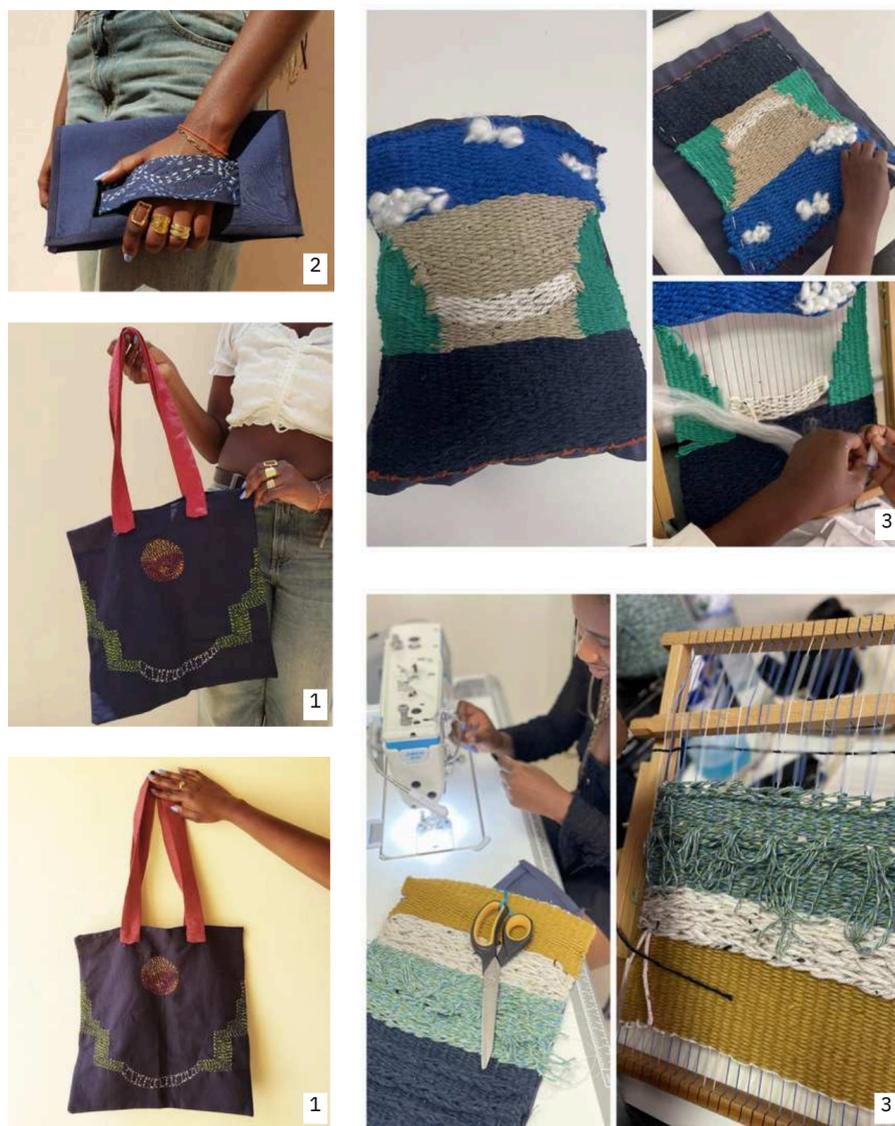
Esses produtos têxteis seriam mais do que simples artesanato, oferecendo aos turistas uma conexão tangível e significativa com as comunidades locais. Ao verem esses produtos, os turistas poderiam reconhecer facilmente a ligação com Alferce e Mexilhoeira Grande, valorizando-os como peças autênticas e distintas que refletem a identidade e a cultura locais. Essa abordagem não apenas promove a sustentabilidade através do upcycling, mas também valoriza o patrimônio cultural, gerando renda e fortalecendo a economia local de maneira sustentável e significativa. Tornando também a comunidade mais ativa e integrada.

4. Possíveis Desdobramentos

A partir da modelagem base dessas peças, incluem a adaptação das temáticas dos bordados e a execução de trabalhos em tear para outros temas ligados às comunidades. Com essa flexibilidade, as comunidades podem explorar uma variedade de inspirações culturais e naturais, criando produtos que refletem diferentes aspectos de sua identidade local.

Nos protótipos apresentados, por exemplo, pode-se destacar um **saco bordado à mão** com um desenho minimalista que representa a ponte sobre o Passadiço do Demo em Alferce (1). Esse tipo de representação artística não só valoriza um ponto turístico local, mas também cria um produto exclusivo que atrai turistas interessados na história e na paisagem da região.

Outro exemplo é uma **bolsa tipo clutch** com bordado Sashiko que representa o mar (2). Esse design poderia evocar a ligação de Mexilhoeira Grande com a costa, utilizando técnicas tradicionais de bordado japonês para criar um produto elegante e culturalmente significativo. As **almofadas** feitas no tear doméstico reforçam as temáticas mas apresentam ao consumidor uma amostra da técnica utilizada na região (3). Ao diversificar os temas e técnicas, as comunidades podem constantemente renovar suas ofertas, mantendo o interesse dos turistas e promovendo a rica herança cultural de cada localidade. Esses produtos não apenas se destacam como peças únicas de artesanato, mas também como lembranças que carregam histórias e memórias dos locais visitados, fazendo com que a herança ancestral do artesanato seja mantida e divulgada.



1- **Saco bordado à mão** com um desenho minimalista que representa a ponte sobre o Passadiço do Demo em Alferce (1).

2 - **Bolsa tipo clutch** com bordado Sashiko que representa o mar

3 - **Almofadas** feitas no tear doméstico reforçam as temáticas mas apresentam ao consumidor uma amostra da técnica utilizada na região

Título:	Budens DNA
Região:	Budens
Aluno(s):	Adelino Soares, Alice Rodrigues, Cristiana Vieira, Rafael Mateus e Rebecca Sousa
Orientador(s):	Ana Reys
Curso:	Ciências do Desporto

COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS



Organização de Eventos Desportivos | Ciências do Desporto | 3º ano

Docente: Prof.ª Drª Ana Reyes

Discentes: Adelino Soares, Alice Rodrigues, Cristiana Vieira, Rafael Mateus e Rebecca Sousa

Projeto Turístico Aplicado às Aldeias do Barrocal Algarvio

BUDENS DNA



MISSÃO

O nosso projeto visa promover a união e o fortalecimento dos laços familiares, entre avós e netos, procurando fomentar a convivência e a cooperação, tendo em consideração os objetivos de desenvolvimento sustentável.

INTRODUÇÃO

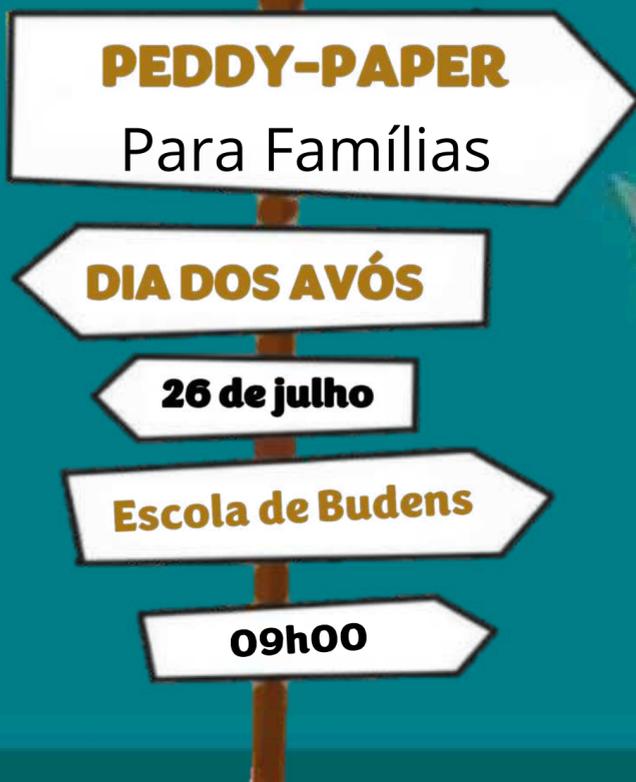
O evento consiste na realização de um *Peddy-Paper*, na Freguesia de Budens, direcionado à comunidade local, no âmbito do Dia Nacional dos Avós.

PÚBLICO-ALVO

Esta iniciativa é direcionada a toda a família, em especial aos avós e netos. O *Peddy-Paper* é aconselhado a crianças a partir dos 5 anos de idade.

EXPETATIVAS

O evento procura, numa primeira fase, ter impacto na comunidade local, através da comemoração do Dia dos Avós. Posteriormente, o objetivo é replicá-lo por vários pontos do país, através da organização de diferentes iniciativas, associadas a uma única marca DNA

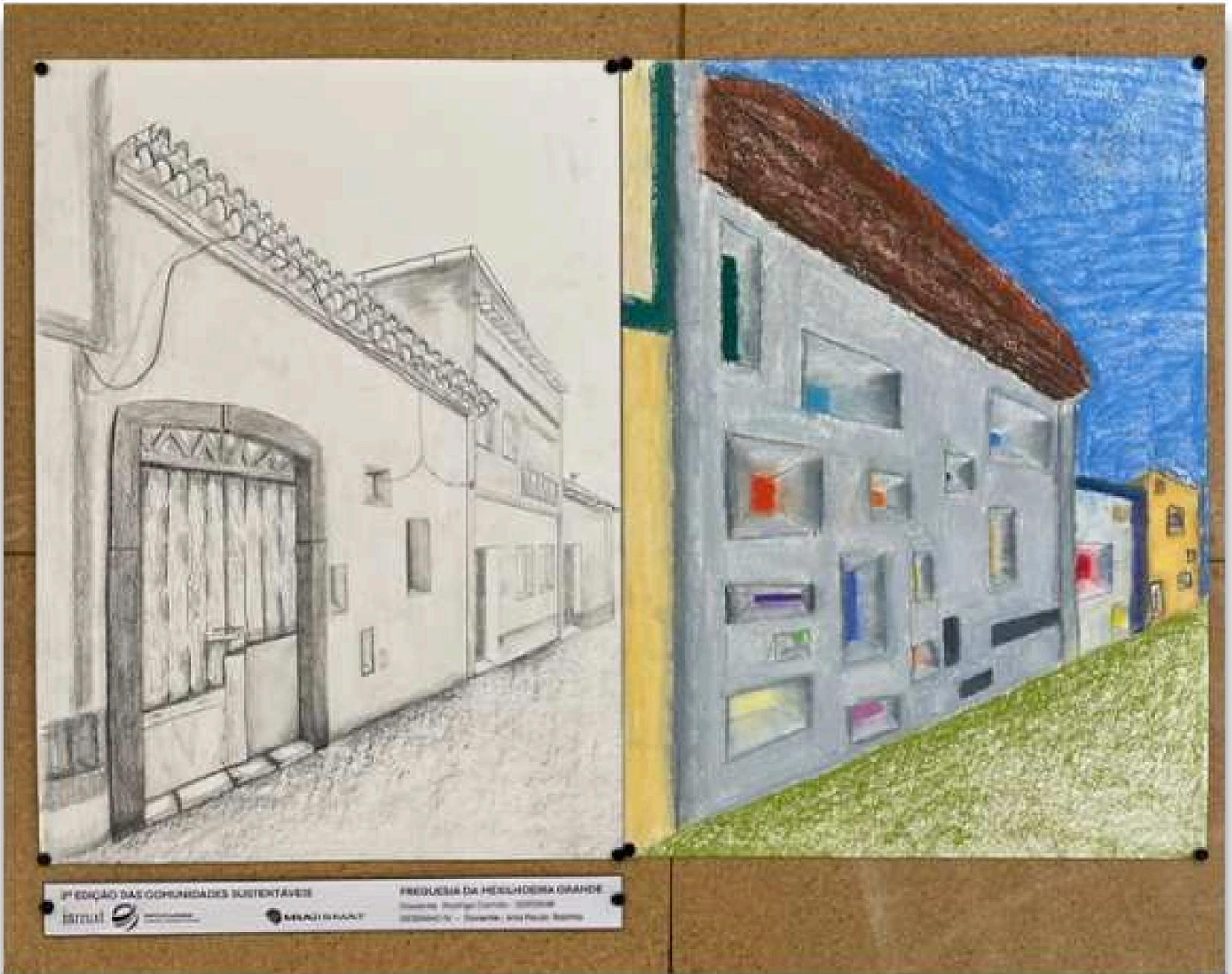


Os alunos do 2.º ano do MIA Mestrado Integrado Arquitectura tiveram os seus trabalhos, com o título "ARQUITECTAR O IMAGINÁRIO", expostos na 3.ª edição das Comunidades Sustentáveis, que se realizou no dia 13 de Junho, no ISMAT, Portimão.

Estes trabalhos, feitos no âmbito da unidade curricular de Desenho IV, do Curso de Mestrado Integrado em Arquitectura do ISMAT, constituem não só um culminar de uma sequência de exercícios, cuja temática é "Espaços Exteriores", mas também um "momento síntese" de um percurso de 4 semestres que é a disciplina de Desenho.

Esta "mostra" pretende, num primeiro painel, uma narrativa ao nível da representação, onde se explora, nos edifícios e nos espaços urbanos, a materialidade, as texturas, as "patines" das camadas dos tempos, as cores, a luz e as sombras, tal como são, tal como as podemos observar, sendo, no entanto, sempre uma interpretação pessoal de quem os vê e analisa.

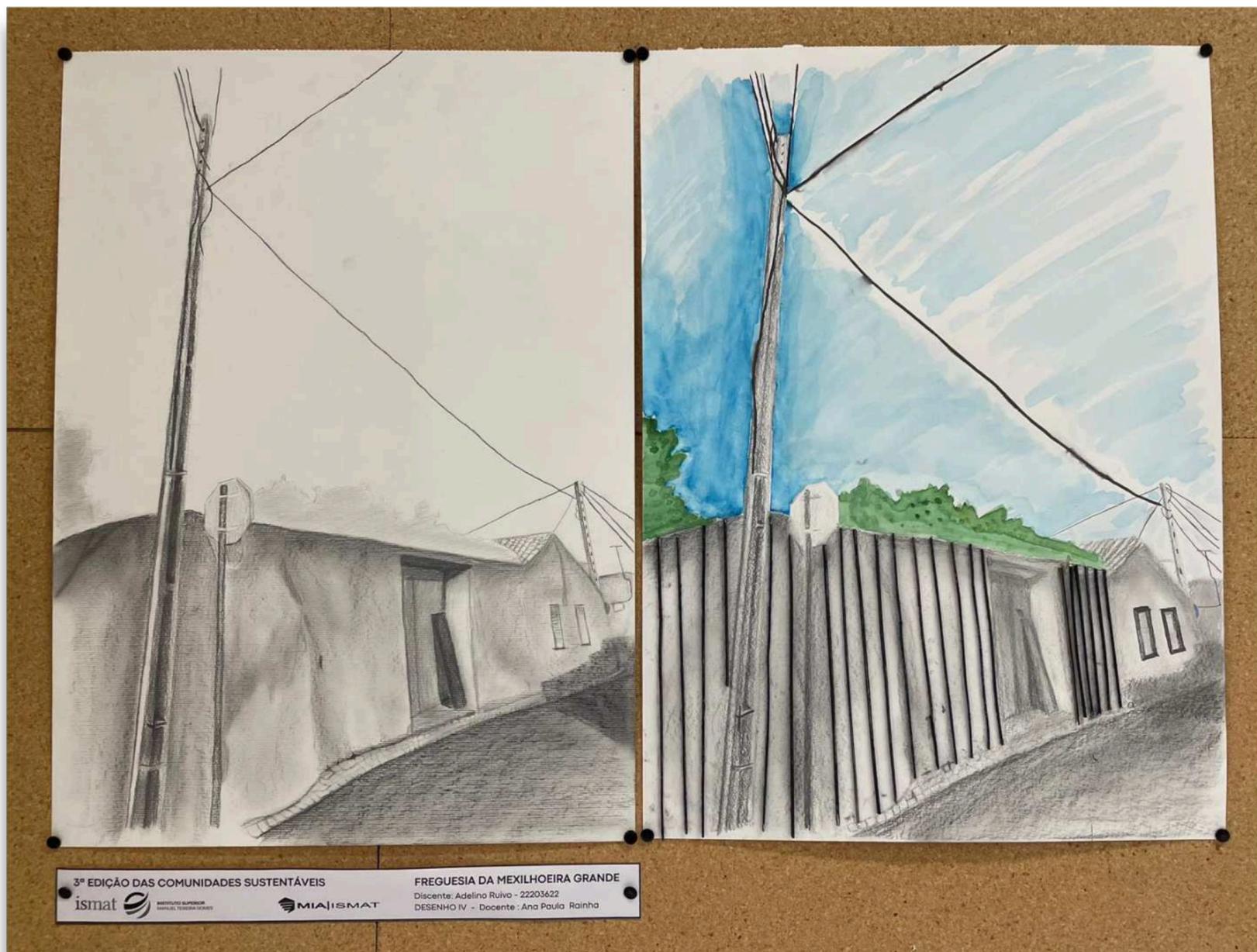
Num segundo painel, dá-se espaço para a fantasia e para a criatividade, onde o imaginário é protagonista, sem medos, sem pré-conceitos.



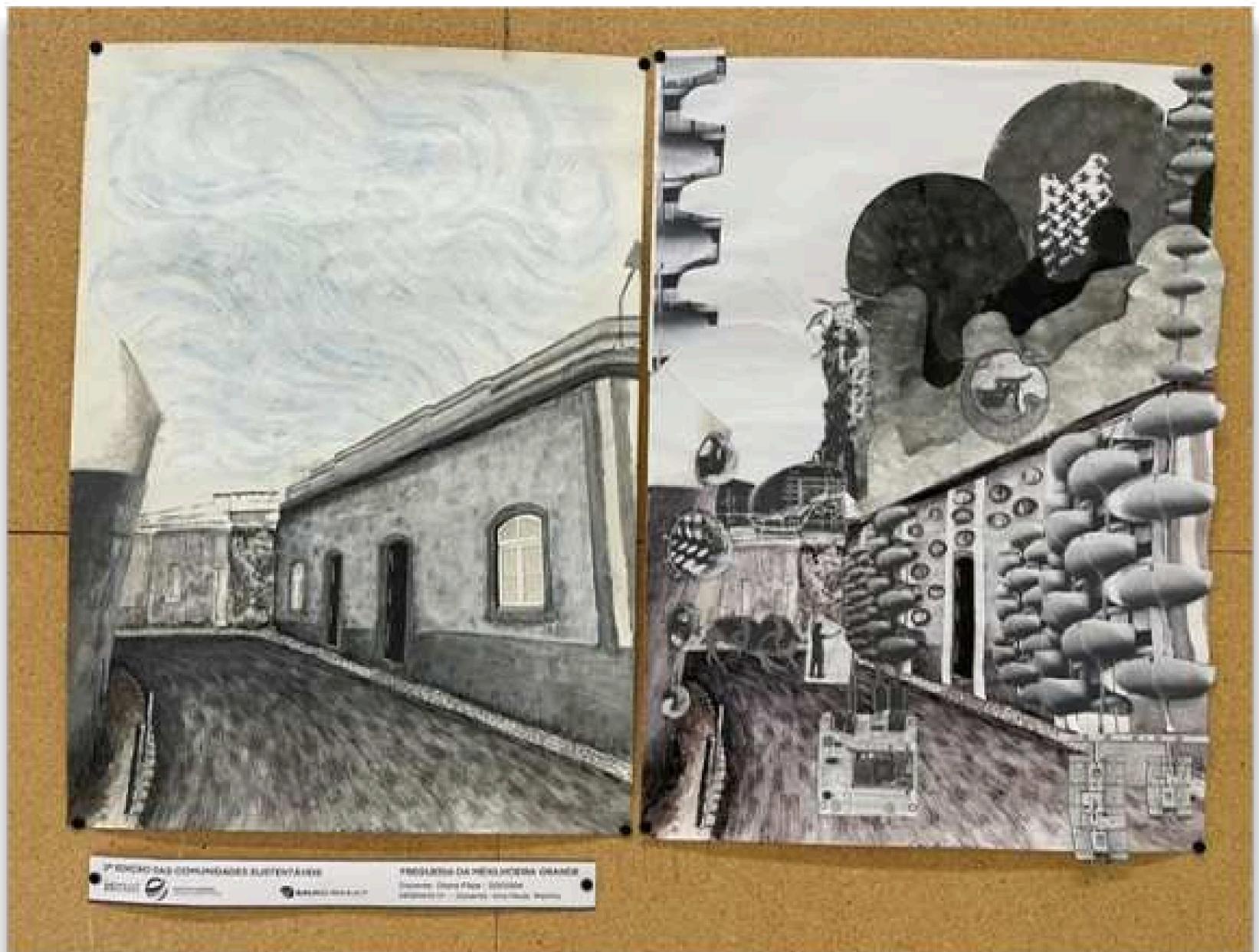
Título:	Sem Título
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Rodrigo Camilo
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	Sem Título
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Rita Dias
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	Sem título
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Adelino Ruivo
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	Sem Título
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Diana Filipe
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	Os “Templários” na Mexilhoeira Grande
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Ana Orlova
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	Rever Hitchcock: “Os Pássaros”!
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Emily Teles
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	“Dripping” Pollock na Mexilhoeira
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Íris Nicolau
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	“Memórias Desfeitas” Aquarela
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Cássia França
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	"... A colher a tradição ..."
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Joana Paul
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	Sem Título
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Paula Reis
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	Cores pré-Coloniais
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Karent Giraldo
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



3ª EDIÇÃO DAS COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS
 ISMAT
 MIA/INMAAT
 FREGUESIA DA MEXILHOEIRA GRANDE
 (Autoria: Roberto Sousa - 2024/2025)
 (Orientação: Ana Paula Rainha)

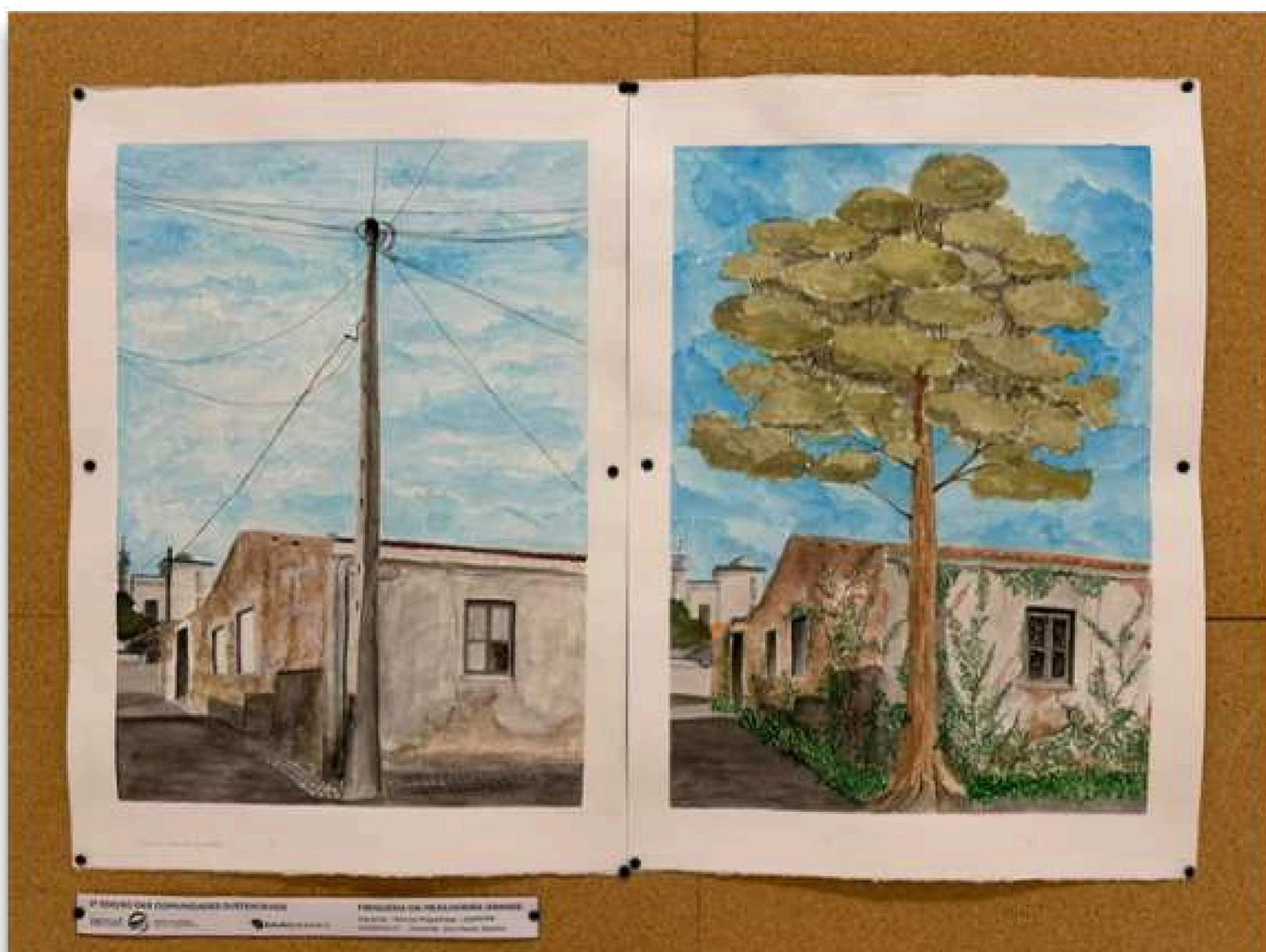
Título:	Rua em Mexilhoeira Grande
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Roberto Sousa
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	(DE)COMPODSIÇÃO
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Maria Perpétua
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



Título:	A aldeia sustentável é permeável !
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Marcela Almeida
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE ARQUITETURA
FACULDADE DE ARQUITETURA
CURSO DE MESTRADO INTEGRADO EM ARQUITETURA

Título:	Sem Título
Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Marcos Magalhães
Orientador(s):	Ana Paula Rainha
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura

Região:	Mexilhoeira Grande
Aluno(s):	Ana Viana, Bárbara Pereira, Diogo Barreto, Helen Silva, Igor Souza, Jéssica Comida, Jim Pinto, Lara Correia, Mariana Carvalho, Micaela Santos, Rodrigo Marreiros, Yagmur Cicek & Valentim Dias
Orientador(s):	Patrícia Melobbia
Curso:	MIA Mestrado Integrado Arquitetura

Poster 1	
Título:	Criação de rotas cicláveis e pedestres que se intersejam no núcleo urbano de Mexilhoeira Grande

Poster 2 e 3	
Título:	Requalificação dos percursos e melhoria da mobilidade acessível

Comunidades Sustentáveis - 3ª edição

Mestrado integrado de Arquitectura - 2.º Ciclo - 1.º Ano - 2.º Semestre

Enquadramento Legal e Financeiro Reabilitação Urbano

O Território - Freguesia da Mexilhoeira Grande

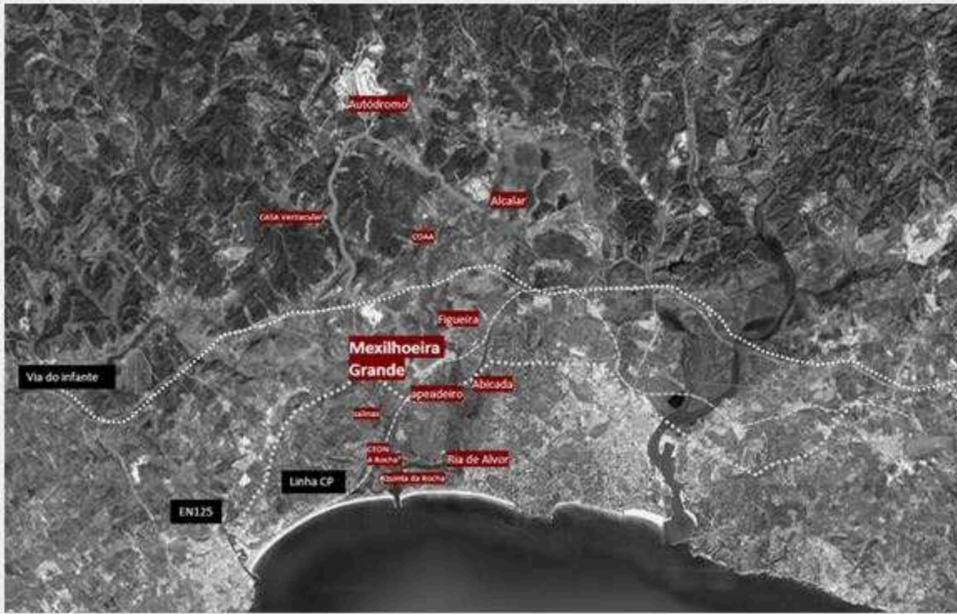


Fig. 1 - Referências e barreiras

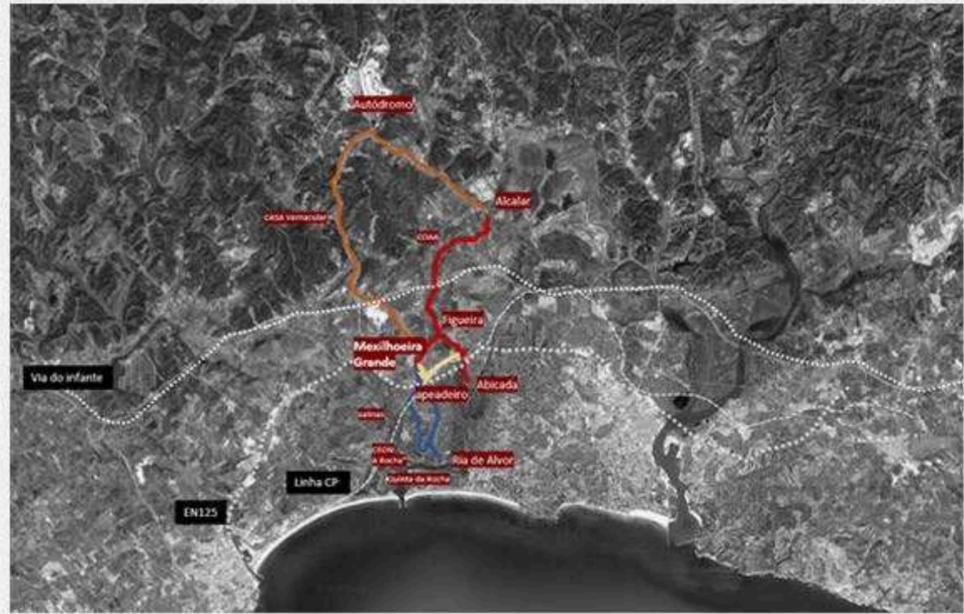
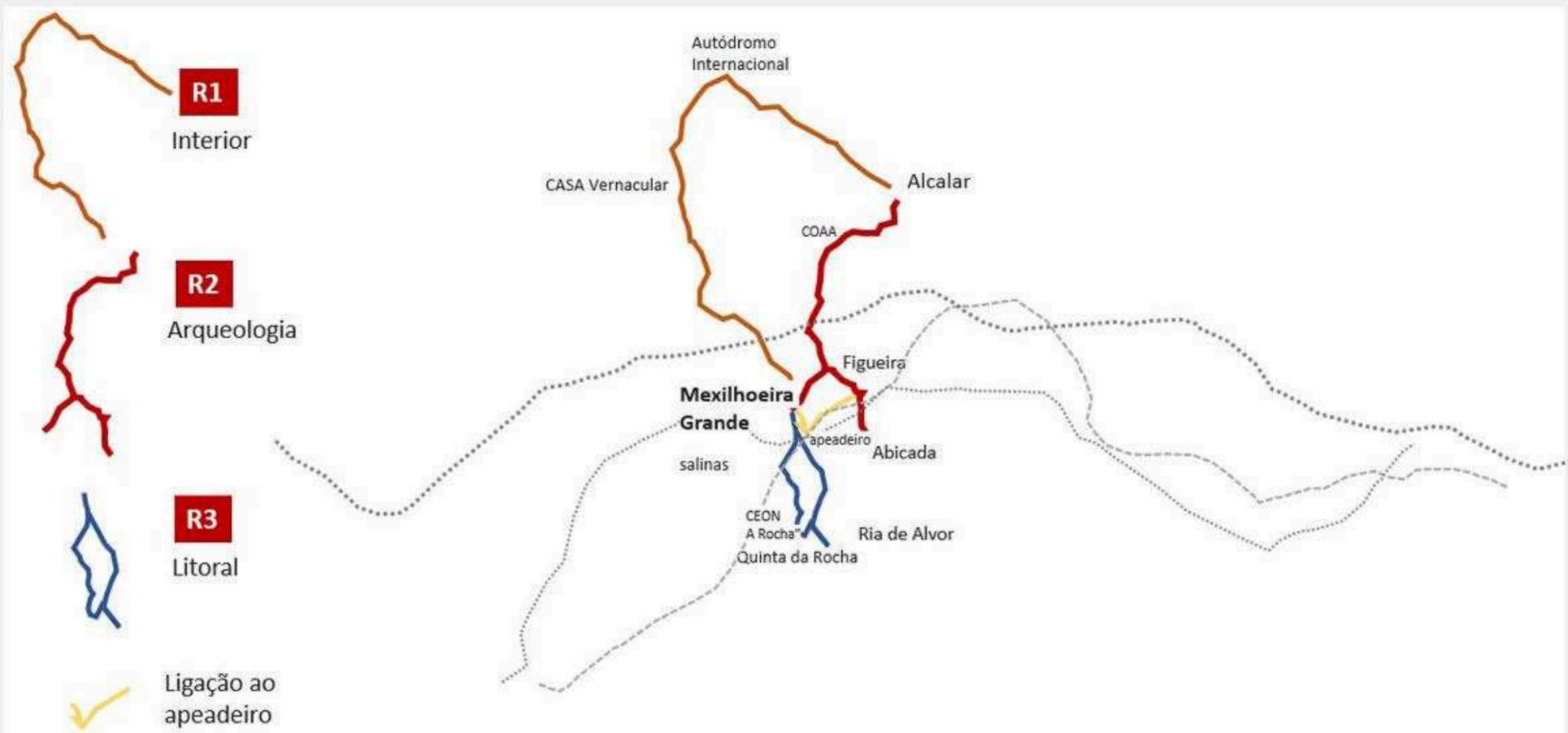


Fig. 2 - Proposta rotas e circuitos

Proposta - Criação de rotas cicláveis e pedestres que se intersejam no núcleo urbano de Mexilhoeira Grande



Turma 4º Ano - MIA-ISMAT Mestrado Integrado Arquitectura

Alunos:

Ana Cristina Lapa Viana
Bárbara de Sousa Pereira
Diogo Rafael dos Reis Barreto
Helen Gonçalves da Silva
Igor Gustavo Lopes de Souza
Jessica Candeias Comida
Jim Constâncio Pinto
Lara Alexandra Simão de Oliveira Correia
Mariana André de Carvalho
Micaela Filipa Sanches dos Santos
Rodrigo Correia Marreiros
Yagmur Çiçek
Valentim José Ramos Prego Dias

Docente: Patrícia Malobbia

O exercício partiu da identificação de alguns pontos de referência ao nível do património edificado, arqueológico e natural, ao nível das infraestruturas, equipamentos e estruturas económicas existentes. A proposta assenta assim na criação de circuitos, pedestres e cicláveis, que não só procuram ligar os vários elementos do território à sede de freguesia, como pretendem promover a descoberta, o conhecimento e uma maior permanência dos visitantes, dentro e fora do núcleo urbano. Foram assim definidas três rotas que variam entre os 3km e os 7km:

R1 – Rota interior – ligar a Mexilhoeira Grande ao Autódromo e Alcalar, com paragem na casa vernacular, objeto de estudo da UC.

R2 – Rota arqueológica – ligando Mexilhoeira a Alcalar e Abicada tendo como pontos de paragem Figueira;

R3 – Rota litoral - ligar a Mexilhoeira até à zona de estuário, sapal e salinas da ria de Alvor, com paragens na quinta Rocha e Centro de Estudos e Observação da Natureza.

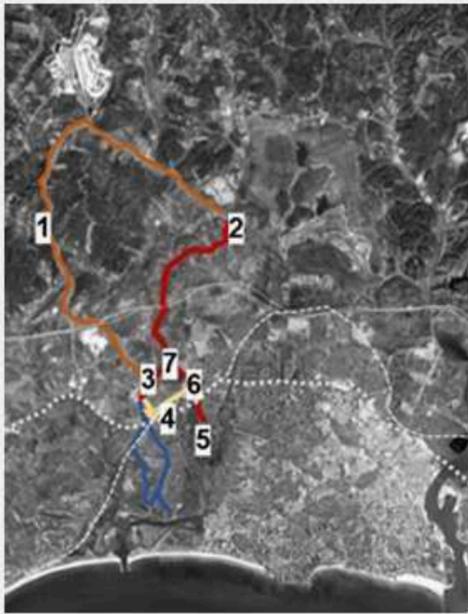
Nos diferentes circuitos foram ainda selecionados e desenvolvidos pontos específicos, nos quais os alunos propuseram a requalificação do espaço público, com vista a superação de algumas barreiras e a implementação de mais mobilidade acessível.

Comunidades Sustentáveis - 3ª edição

Mestrado integrado de Arquitectura - 2.º Ciclo - 1.º Ano - 2.º Semestre

Enquadramento Legal e Financeiro Reabilitação Urbano

O Território - Freguesia da Mexilhoeira Grande



Propostas para requalificação dos percursos e melhoria da mobilidade acessível.



Fig. 3 - Localização das Propostas

Proposta N.º 1 - "Criação de corredores verdes e ciclovias"



Fig. 4 - Proposta N.º 2



Fig. 5 - Proposta N.º 3



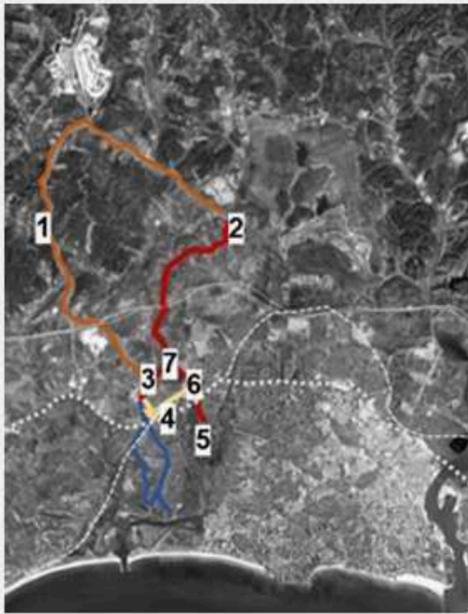
Fig. 6 - Proposta N.º 4

Comunidades Sustentáveis - 3ª edição

Mestrado integrado de Arquitectura - 2.º Ciclo - 1.º Ano - 2.º Semestre

Enquadramento Legal e Financeiro Reabilitação Urbano

O Território - Freguesia da Mexilhoeira Grande



Propostas para requalificação dos percursos e melhoria da mobilidade acessível.

Para interligar a Figueira e as ruínas da Abicada, propõe-se a criação de uma passagem que permita atravessar a passagem de nível de forma segura e eficaz, eliminando a necessidade de percorrer uma longa distância para a travessia. Esta passagem não só reduzirá o tempo de deslocamento entre os dois pontos, mas também aumentará a segurança para os pedestres e ciclistas.

A implementação da passagem direta é fundamental para a promoção da acessibilidade e a integração entre a Figueira e as ruínas da Abicada. Com uma travessia bem planeada, será possível melhorar significativamente a experiência e o tempo de quem visita esses locais, facilitando a exploração das áreas históricas.

Fig. 7 - Localização das Propostas



Fig. 8 - Proposta N.º 5



Fig. 9 - Proposta N.º 6



Fig. 10 - Proposta N.º 7

3

ARQUITETURA ISMAT

MIA|ISMAT

ismat
INSTITUTO SUPERIOR
MANUEL TEIXEIRA GOMES

Título:	Vários
Região:	Mixelhoeira Grande
Aluno(s):	3º ano
Orientador(s):	Paulo Martins, Catarina Alexandra, Ana Martins,
Curso:	Psicologia



Receber Compaixão

3ª Edição das Comunidades Sustentáveis

RECEBER COMPAIXÃO

A compaixão, no seu sentido mais puro, integra a competência de sentir empatia pelo sofrimento dos outros e a vontade de atenuar essa dor.

Receber compaixão é um conceito que se refere à capacidade de concordar e responder ao cuidado e à empatia que adquirimos de outros indivíduos, dando ênfase ao lado do recetor e frisa a importância de cada individuo ser capaz de receber com estima e transparência a essas manifestações de bondade.

O **objetivo** que esperamos alcançar com as duas atividades diferentes é o de maximizar a receção de compaixão na população pré-adolescente da Mexilhoeira Grande.

RECEBER COMPAIXÃO NAS COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS

A receção de compaixão é uma força silenciosa, mas incrivelmente poderosa, por isso tem uma ligação fundamental com a sustentabilidade porque ela impulsiona a coesão social e a colaboração, ambos vitais para o desenvolvimento sustentável. Quando os indivíduos se sentem que fazem parte de uma comunidade sustentável, estão mais predispostos a participar de ações que beneficiem a sociedade como um todo e defendam o ambiente



ismat



INSTITUTO SUPERIOR
MANUEL TEIXEIRA GOMES

ATIV. 1 O CIRCULO DE LIBERTAÇÃO

Esta atividade baseia-se na **maximização da autoaceitação**.

A autoaceitação é crucial para receber compaixão. Se uma pessoa se sente envergonhada com seus problemas, terá mais dificuldade em aceitar apoio, percebendo-o como uma ameaça ou um sinal de fraqueza. Ao realizar esta atividade é possível que os sujeitos possam gerar uma nova visão de si mesmos com mais autorespeito, autocompaixão e autoaceitação.

Esta atividade tem foco em **aumentar a autoestima**.

Um indivíduo com autoestima alta e segura vê-se no mesmo nível que os outros (sem se sentir inferior ou superior). Assim, este aceita compaixão dos que o rodeiam, pois não se sente inferior ao precisar de apoio em momentos difíceis, nem sente que o outro está se a sobrepor ao querer ajudar.

ATIV. 2 A CAIXA DA GRATIDÃO

RESULTADOS ESPERADOS

Na primeira atividade, ao praticar a autoaceitação, espera-se que os jovens sejam mais compreensivos consigo mesmos e menos autocríticos. A aceitação promove emoções adaptativas e bem-estar psicológico, facilitando a receção de compaixão sem vê-la como uma ameaça ou sinal de fraqueza.

Na segunda atividade, espera-se que a autoestima dos jovens aumente ao diminuir o sentimento de inferioridade, exercitando a gratidão interna e externa. Esta atividade auxilia-os a reconhecer mais aspetos positivos em si mesmos e nas suas vidas, mudando a sua perspetiva para melhor.

Viver COM Paixão

na Mexilhoeira Grande

O que nos move?

ODS 3 - Garantir o acesso à saúde de qualidade e promover o bem-estar para todos, em todas as idades

Acrescentar valor às redes comunitárias já existentes, promovendo a consciencialização da comunidade para as vantagens em manter e reforçar atitudes cooperativas e compassivas, com o objetivo final de promover a qualidade de vida e percepção de bem-estar.

O que pretendemos mostrar?

Atividades realizadas e outras que se pretendem realizar

Eixo I - Vídeo

Eixo II - apresentação dos projetos

1. O Grande Verde
2. Apadrinhamento
3. Solitude nas Comunidades Sustentáveis
4. Saberes Entrelaçados: encontro de gerações
5. A Arte de Receber
6. Sobre SER
7. À descoberta dos Contributos da Compaixão
8. Piquenique Compassivo

3ª edição das Comunidades Sustentáveis



Trabalho realizado por
Alunos do 3º ano do
1º ciclo em
Psicologia no âmbito
das UC's de
Psicologia
Comunitária
e Psicologia Clínica e
da Saúde



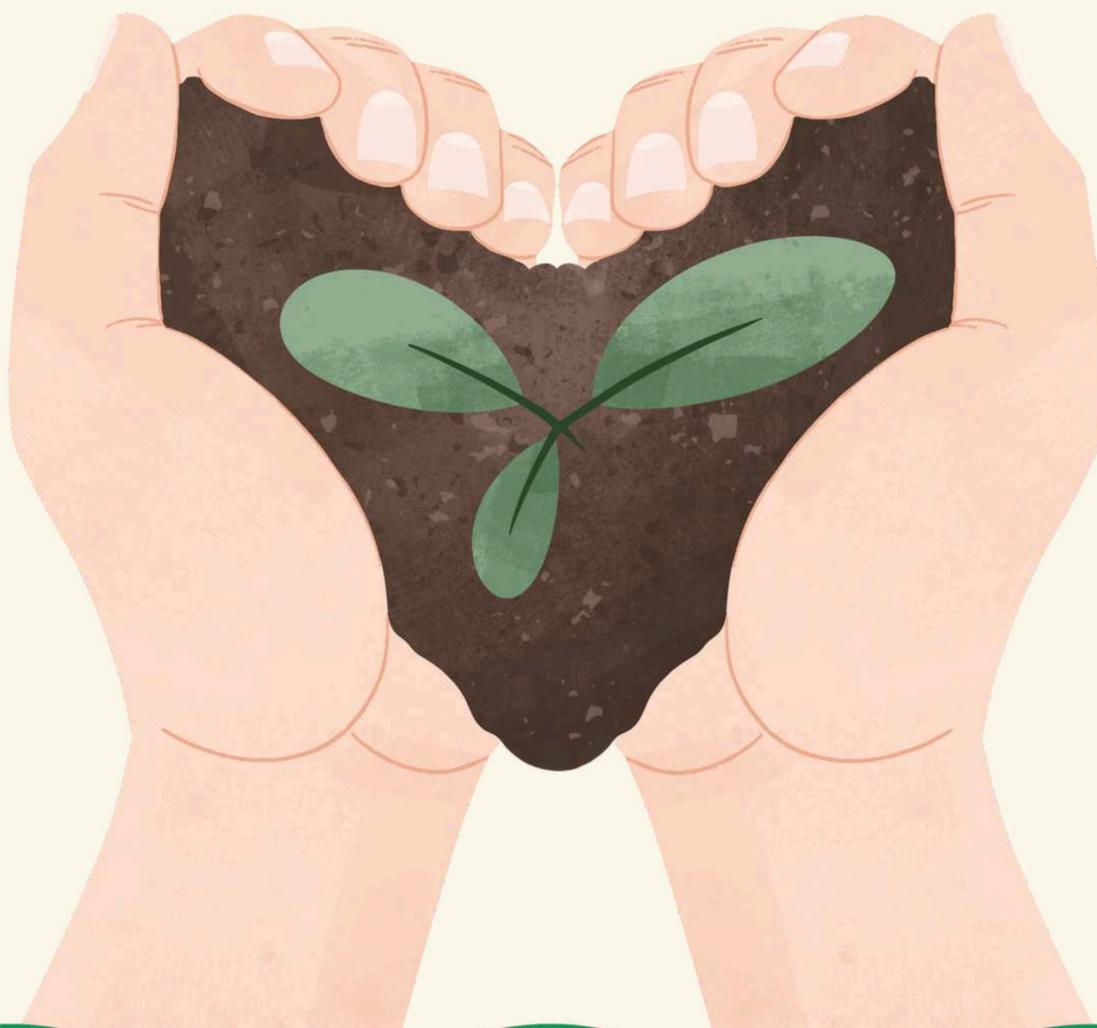
PODCAST

“O Grande Verde”

*Projeto de Intervenção Comunitária na
Mexilhoeira Grande*

Elaborado e apresentado por:

Ana Sofia Rodrigues & Raquel Gonçalves

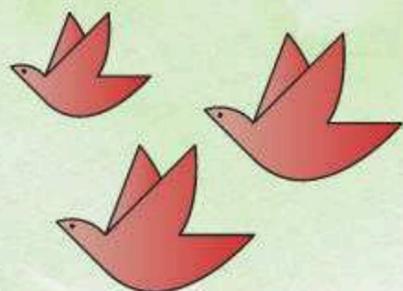


**3ª Edição das
Comunidades
Sustentáveis**

DIA 29 DE JUNHO VENHA DECORAR A ÁRVORE DA COMPAIXÃO DA MEXILHOEIRA GRANDE

CONTAMOS COM A SUA PRESENÇA

Ponto de encontro no adro da igreja da
Mexilhoeira Grande às 15:30



TRAGA POSTAIS COM POEMAS, CORAÇÕES,
FRASES, OBJETOS DECORATIVOS, TUDO O QUE
CONSIDERAR PERTINENTE PARA DECORAR A
ÁRVORE, RELACIONADO COM O TEMA COMPAIXÃO

Atenção todos os materiais devem ter
durabilidade derivado às mudanças
climatéricas



Trabalho realizado por:

Discentes:

Carina Coelho

Joaquina Ferraz

Docentes:

Professora Ana Martins

Professora Ana Catarina Alexandre

Professor Paulo Martins

3ª edição das comunidades sustentáveis

DANIEL
COSTA

MIGUEL
FERREIRA

SEBASTIÃO
SANTANA

SOLITUDE

NAS COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS



SOLITUDE, O PRAZER EM ESTAR SOZINHO

Professor Doutor Paulo Martins, Professora Mestre Catarina Alexandra
e Professora Doutora Ana Martins, Instituto Superior Manuel Teixeira
Gomes, Psicologia Comunitária e Psicologia Clínica e da Saúde,
Terceiro Ano 2023-2024

13/06

O Podcast que não vais querer perder!

3ª Edição das Comunidades Sustentáveis

PIQUENIQUE COMPASSIVO

08
JUNHO

📍 Centro Cívico da Pereira

Chegada e acolhimento pelas

15:30h

Com início pelas 16:00h

Partilhe com a sua comunidade uma refeição ou alimento característico da região e dê um pouco de si, oferecendo, algo com que se identifique ou que o caracterize enquanto pessoa ou modo de viver.





Ideia para o espaço





Apresentação do Projeto da 3ª Edição das Comunidades Sustentáveis

Diálogos Com Paixão

PODCAST
13/06/2024



@AliceSalvador
@IsabeleDuarte
@MáriaAntónio



“RECEITA DA AVÓ”

INGREDIENTES

- Duas colheres de sopa de Afeto
- Uma lata mimiinhos
- Três chávena de gentileza
- Doze pitadas de Colinho e abraços
- Dois ovos e carinho
- Não esquecer dois baldes de compaixão e muita alegria no coração



MODO DE FAZER

- 1😊 Caramelize o Amor com mimiinhos e o afeto.
- 2😊 Coloque os ovos, colinho e abraços .
- 3😊 Vá colocando compaixão sem medo de exagerar
- 4😊 Tape para ferver por meia hora.
- 5😊 Acrescente gentileza que nunca é demais e apague o fogo.
- 6😊 Coe e sirva bem quenteão
- 7😊 Relembrando sempre a compaixão.



BORA SER COMPASSIVOS!!!





"Jogos destes e doutros tempos"

APRENDER E
BRINCAR É A
RECEITA
PERFEITA, É SÓ
PRATICAR

MENOS TEMPO
DE ECRÃ

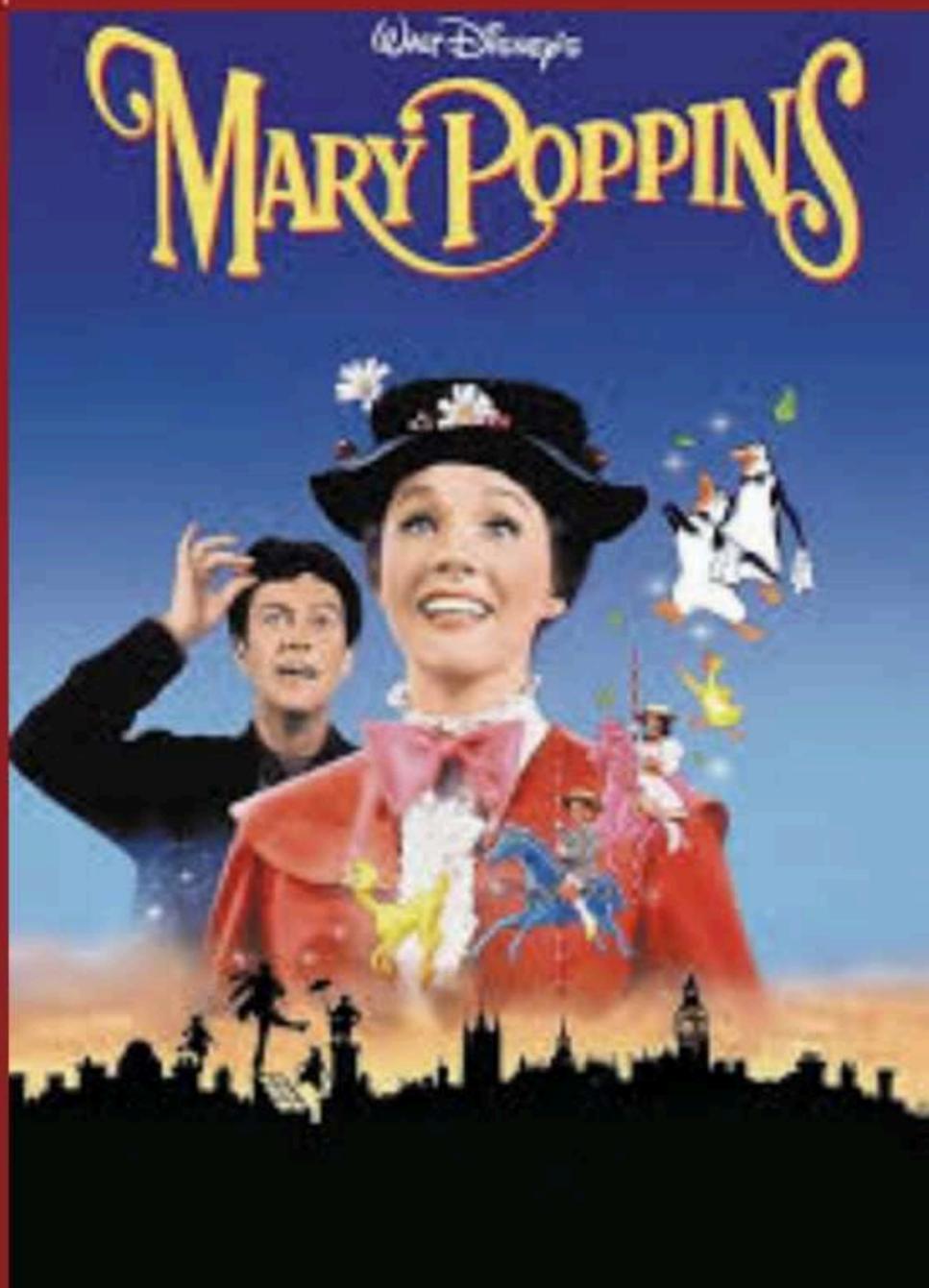




**“O
MEU
FILME,
TAMBÉM
É O TEU
FILME”**

**MOVIE
TIME**

--PIPOCAS--



Sobre Ser

Ações Compassivas

3.ª Edição Comunidades Sustentáveis

- 1 Projeto Intergeracional
- 2 Participação Voluntária
- 3 Promoção de União e Sentido de Pertença
- 4 Sensibilização e Partilha de Experiências

Inscrições a partir do dia 15/06 através de:



3.^a EDIÇÃO
COMUNIDADES
SUSTENTÁVEIS

WORKSHOP | 8h

“

SABERES

ENTRELAÇADOS”

”

**MANTENHA
A TRADIÇÃO
DA EMPREITA.**

DATAS

A DEFINIR

**MEXILHOEIRA
GRANDE**

Detalhes e inscrições em:
+351 917 932 524
saberentrelacados.24@gmail.com





À DESCOBERTA DOS ATRIBUTOS DA COMPAIXÃO



UM PROJETO (TRILHA) QUE
PROMOVE A SUSTENTABILIDADE E,
AO MESMO TEMPO, SENTIMENTOS
COMPASSIVOS



REALIZADO PELOS HABITANTES, COM
AS SUAS VIVÊNCIAS E PARTILHAS DOS
LOCAIS ESCOLHIDOS



AJUSTÁVEL A TODA A DINÂMICA
EXERCIDA NESTA FREGUESIA,
PROMOVENDO O QUE ELA TEM DE
MELHOR, A SUA HISTÓRIA



05.





ATRIBUTOS DA COMPAIXÃO

Os presentes atributos contribuem para a pessoa:

- **Sentir motivação para ser cuidadoso para consigo e para com os outros;**
- **Tendência para florescer**
- **Apelar aos seus sentimentos e às suas necessidades e dos outros;**
- **Conectar-se emocionalmente com os seus sentimentos e dos outros;**
- **Desenvolver habilidade para tolerar, em vez de evitar sentimentos, memórias ou situações difíceis;**
- **Desenvolver insight e compreensão com a sua mente e a dos outros;**
- **Desenvolver a aceitação para consigo mesmo, em vez de sentimentos de culpa (Gilbert, 2010).**



Projeto Realizado por:
Discentes:
Carina Coelho 22100299
Joaquina Ferraz 22103866
Docentes:
Professora Ana Martins
Professora Ana Catarina Henrique
Professor Paulo Martins
Com a participação da junta de freguesia
da Mexilhoeira Grande
**3ª Participação do ISMAT nas
comunidades sustentáveis**

Referências Bibliográficas
Gilbert, P. (2010). International Journal of Cognitive Therapy. AN INTRODUCTION TO THERAPY FOCUSED ON COMPASSION IN COGNITIVE THERAPY- BEHAVIORAL



PROGRAMA DO PIQUENIQUE COMPASSIVO

15:30

Boas-vindas

Início com entrega do termómetro e seguida da explicação do objetivo do piquenique.

16:15

Atividade quebra gelo: nome; o que mais gosto de viver na pereira é.../ gostaria de viver na pereira por(que)... início do lanche

17:00

Partilha de algo que nos caracterize enquanto pessoa ou modo de viver.

17:30

Dinâmica das curiosidades e provérbios

18:00

Termino com agradecimento e preenchimento do termómetro e do questionário de satisfação

Para mais informações, ou se quiser contribuir para a elaboração deste projeto contacte a Junta de Freguesia da Mexilhoeira Grande para saber como!



Projeto “Grande Verde”

*Projeto de Intervenção
Comunitária na Mexilhoeira
Grande*

Ana Sofia Rodrigues
Raquel Gonçalves



O que é?

Elaboração de um espaço verde, aberto a toda a comunidade, com o propósito de no futuro poderem ser realizados diversos tipos de atividades, como piqueniques, merendas, atividades físicas, etc., que promovam a comunicação, coesão social, convívio, entreatajuda e compaixão pelo outro.

Onde?

Na Mexilhoeira Grande, mais especificamente, no terreno que se encontra entre a escola e o bairro das fontainhas (Ata 2023 freguesia).

Objetivo

Com a construção deste espaço tem-se por objetivo geral promover mais ações compassivas entres os diferentes elementos desta comunidade. Mas também objetivos específicos como: aumentar o sentimento de pertença na comunidade; fomentar o autocuidado, a autocompaixão e a compaixão para com os outros; entre outros.

Recursos

Recursos materiais:

- Apoios financeiros;
- Terreno que se encontra entre a escola e o bairro das fontainhas;
- Materiais de Construção e Jardinagem.

Recursos Humanos:

- Grupo de voluntários para construção do Grande Verde;
- Profissionais de construção e Jardinagem voluntários.

Atividades Possíveis

Atividades Gerais: Piqueniques; merendas; atividades físicas; atividades em grupo; entre outras.

Atividades específicas sugestivas:

- Encontros entre a comunidade para servir almoços ou jantares de forma gratuita para os mais carenciados;
- <Companheiro de Viagem= - visita organizada ou piquenique com estudantes e idosos dos lares ao Grande Verde (partilha de conhecimentos, histórias, preocupações, etc.)



Contribuições de Alunos

97 alunos ISMAT e da EHT de Portimão

Adelino Ruivo (Mestrado Integrado Arquitetura)
Adelino Soares (Ciências do Desporto)
Alexandra Bento (Gestão do Turismo)
Alice Rodrigues (Ciências do Desporto)
Alice Salvador (Psicologia)
Alice Vieira (Psicologia)
Ana Carolina Maia (Design de Comunicação)
Ana Carolina Maria (Design de Comunicação)
Ana Catarina Henriques (Psicologia)
Ana Duarte (EHTP, Gestão e Produção de Cozinha)
Ana Leandro (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Ana Orlova (Mestrado Integrado Arquitetura)
Ana Rodrigues (Psicologia)
Ana Viana (Mestrado Integrado Arquitetura)
André Prudêncio (EHTP, Gestão e Produção de Cozinha)
Artemisa Silva (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Audrey Andrade (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Bárbara Pereira (Mestrado Integrado Arquitetura)
Beatriz Vaz (Design de Comunicação)
Bruna Bessa (Psicologia)
Carina Coelho (Psicologia)
Carolina Souza (EHTP, Gestão e Produção de Cozinha)
Cássia França (Mestrado Integrado Arquitetura)
Catarina Neto (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Célia Silva (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Christopher Silva (Design de Comunicação)
Clara Nicolau (Design de Comunicação)
Cristiana Vieira (Ciências do Desporto)
Daniel Costa (Psicologia)
Daniela Guerreiro (Psicologia)
Diana Filipe (Mestrado Integrado Arquitetura)
Diana Vlis (Design de Comunicação)
Diogo Barreto (Mestrado Integrado Arquitetura)
Eduardo Moroz (Gestão do Turismo)
Emily Teles (Mestrado Integrado Arquitetura)
Enzo Costa (Design de Comunicação)
Filipa José (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Filipe Maçanita (Design de Comunicação)
Francisco Gonçalves (EHTP, Gestão Restaurante e Bar)
Gerson Moreira (EHTP, Gestão e Produção de Cozinha)
Gonçalo Oliveira (Gestão do Turismo)
Helen Silva (Mestrado Integrado Arquitetura)
Igor Souza (Mestrado Integrado Arquitetura)
Inês Barbudo (Gestão do Turismo)
Inês Pestana (Psicologia)
Irina Dogot (EHTP, Gestão de Restaurante e Bar)
Iris Nicolau (Mestrado Integrado Arquitetura)
Isabele Duarte (Psicologia)
Isadora Silva (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Iuri Cruz (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Jésica Santos (Gestão do Turismo)
Jéssica Comida (Mestrado Integrado Arquitetura)
Jéssica Neves (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Jim Pinto (Mestrado Integrado Arquitetura)
Joana Paul (Mestrado Integrado Arquitetura)
João Bravo (EHTP, Gestão de Restaurante e Bar)
João Costa (Gestão do Turismo)
João D'Oliveira (EHTP, Gestão de Restaurante e Bar)
Joaquina Ferraz (Psicologia)
José Cabria (Gestão do Turismo)
Karent Giraldo (Mestrado Integrado Arquitetura)
Lara Oliveira (Psicologia)
Mafalda Silva (EHTP, Gestão de Restaurante e Bar)
Mamadou Diallo (EHTP, Gestão de Restaurante e Bar)
Marcela Almeida (Mestrado Integrado Arquitetura)
Marcello Alves (Gestão do Turismo)
Marcelo Viana (Gestão do Turismo)
Márcia Barão (Psicologia)
Marcos Magalhães (Mestrado Integrado Arquitetura)
Margarida Horta (Psicologia)
Mária António (Psicologia)
Maria Neto (Psicologia)
Maria Perpétua (Mestrado Integrado Arquitetura)
Mariangélica Gomes (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Miguel Ferreira (Psicologia)
Natália Mestre (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Nuno Gonçalves (Gestão do Turismo)
Oksana Korobchuk (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Paula Reis (Mestrado Integrado Arquitetura)
Paulo Luz (Gestão do Turismo)
Pedro Silva (EHTP, Gestão e Produção de Cozinha)
Rafael Mateus (Ciências do Desporto)
Rafael Silvestre (Psicologia)
Raquel Cunha (Design e Produção de Moda e Têxtil)
Raquel Gonçalves (Psicologia)
Rebecca Sousa (Ciências do Desporto)
Rita Dias (Mestrado Integrado Arquitetura)
Roberto Sousa (Mestrado Integrado Arquitetura)
Rodrigo Camilo (Mestrado Integrado Arquitetura)
Rodrigo Marreiros (Mestrado Integrado Arquitetura)
Rodrigo Oliveira (Design de Comunicação)
Rute Silva (Psicologia)
Sebastião Santana (Psicologia)
Tiago Romão (EHTP, Gestão e Produção de Cozinha)
Tiago Santana (Gestão do Turismo)
Valentim Dias (Mestrado Integrado Arquitetura)
Yagmur Cicek (Mestrado Integrado Arquitetura)

Um agradecimento especial a todos os professores, colegas dos Serviços Académicos e Administrativos do ISMAT, pelo apoio aos alunos e na organização do evento, e aos formadores da Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão, Chefes Valter Castanheira e Marcelo Ferreira, Rita Raimundo, João Conceição e em especial à Coordenadora do Clube de Ciência Viva da EHT Portimão: SEA LAB - Cozinhar o Mar - Ana Lúcia Marques.

Conclusões e próximos passos

Com base no inquérito de satisfação realizado no dia 13 de junho, dia do evento da apresentação dos projetos/propostas aos representantes autárquicos das aldeias do barlavento algarvio, a continuidade deste projeto tornou-se objetivamente uma obrigação.

Para a próxima edição, a coordenação do projeto irá convidar alunos do ensino secundário das escolas do barlavento algarvio que também desejem participar neste projeto, que afinal, é de TODOS.



*Para todos,
Obrigado!*



