



PROGRAMA DETALHADO DE CONFERÊNCIAS E WORKSHOPS

CENTRO DE CONGRESSOS DO ESTORIL

09 a 12 de Outubro de 2014 | 09h00 – 20h00

DIA 09 OUTUBRO | Quinta-Feira

09h30 – 13h00 | Auditório (*Piso 2*)

CONFERÊNCIA DE ABERTURA DO GREENFEST - “EDUCAR PARA A SUSTENTABILIDADE: UMA QUESTÃO DE CIDADANIA”

Educar para a cidadania responsável é um processo de aprendizagem social de médio e longo prazo que, por sua vez, é enquadrado por políticas públicas orientadas para o desenvolvimento sustentável.

Como tirar proveito do carácter transversal deste tema que envolve escolas, universidades, empresas, autarquias e famílias? Qual o caminho a seguir para estimular a mudança de atitudes e comportamentos em relação ao planeta? Que papel tem o empreendedorismo e a inovação social na difusão do conceito de sustentabilidade? Estas são algumas questões em torno das quais juntaremos vários especialistas nacionais e internacionais para o debate sobre o desafio de promover uma educação para a sustentabilidade.

No sumário desta aula global que é o planeta, pretende-se traçar um caminho através da partilha de ideias e experiências.

10h00 – 12h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

COMO LIBERTAR PODER CEREBRAL NAS ORGANIZAÇÕES?

É comum as organizações sentirem que o seu capital humano não está a rentabilizar em pleno o seu potencial intelectual e de competências cognitivas e criativas, penalizando quer a satisfação pessoal com o seu desempenho ocupacional, quer criando balizas no pensamento lateral da própria organização e limitando a produtividade e eficácia das suas estratégias de mercado como um todo.

O que pode ser feito para libertar este poder cerebral individual criando um movimento sinérgico colectivo?



14h00 – 15h30 | Espaço Speakers Corner (*Piso 2*)

DNA CASCAIS | EMPREENDER COM SUSTENTABILIDADE – A MITIGAÇÃO DE RISCOS PARA NOVAS EMPRESAS

Tal como noutras áreas, também no empreendedorismo a sustentabilidade deve estar presente. Em concreto, as novas empresas devem procurar, na medida do possível, mitigar riscos de negócio e assim serem mais sustentáveis, gerando mais emprego duradouro e com mais valor acrescentado.

A DNA Cascais, Agência da CM Cascais, promove metodologias que promovem este objectivo, nomeadamente a estratégia de Mitigação de Riscos (Risco de mercado, operacional, equipa, financeiro, legal e tecnológico).

Assim, para além de uma apresentação geral da DNA Cascais, seus programas e resultados, iremos demonstrar exemplos de mitigação de risco com base em empresas DNA.

14h00 – 16h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

COMO LIBERTAR PODER EMOCIONAL NAS ORGANIZAÇÕES?

Sobretudo em tempos de escassez e dificuldades, como os que vivemos actualmente, existem movimentos de retração emocional, em que o peso do negativo, da ansiedade e, mesmo, dos conflitos se faz sentir com sérios prejuízos ao andamento de criação de valor nas organizações.

O que pode ser feito para libertar emoções adaptativas e que gerem valor colectivo numa organização?

14h00 – 16h00 | Espaço Community Factory (*Piso 1*)

WORKSHOP “ESPAÇOS PÚBLICOS: COMO PENSAR A ACESSIBILIDADE”

Quando pensamos no conceito de espaço acessível temos uma tendência para pensar em rampas, elevadores e WC adaptados, esquecendo, muitas vezes como é que o design e a forma como comunicamos as nossas atividades podem “abrir portas” a todo o tipo de público.

14h00 – 17h00 | Espaço Creative Crowd (*Piso 1*)

CONFERÊNCIA ARQUITETURA SUSTENTÁVEL E SOCIAL “VÁRIOS MEIOS, O MESMO FIM”

A arquitetura, assim como a sustentabilidade, deve ser encarada tendo em conta as vertentes ambiental, social e económica. Além de se cruzarem, estas áreas de desenvolvimento complementam-se e o “caminho” da arquitetura deve refletir esta visão abrangente. Por esta razão, reunimos arquitetos de várias gerações que além de refletirem sobre o papel da arquitectura nos dias de hoje vão também demonstrar a importância de olhar para estes aspetos tanto ou mais do que para a obra em si.



14h00 – 18h00 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

SYSTEMICSPHERE | Workshop "Como pode o ambiente ser utilizado num Portugal em 2050?"

Esta sessão de 4 horas pretende promover uma reflexão sobre as potencialidades que o "Ambiente" pode trazer à economia Portuguesa em 2050. Ou seja, pretende-se com este espaço que os participantes consigam imaginar como Portugal poderia ser em 2050, e o que seria necessário realizar-se para lá chegar. Identificar as acções por parte das empresas, do estado, das escolas, do cidadão.

Esta sessão tem um formato de Workshop e de diálogo constante entre a dinamizadora e os participantes. Ambiciona-se que no final desta sessão, os participantes tenham conseguido sonhar com um Portugal possível, encontrado consensos, de forma a que o resultado final seja uma história sobre o Ambiente em Portugal em 2020.

15h00 – 17h30 | Auditório (*Piso 2*)

BIS – BANCO INOVAÇÃO SOCIAL | CONFERÊNCIA “A NOVA ECONOMIA CÍVICA EM PORTUGAL”

15h00 – 15h30 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ACTIVIDADE “STRECHT IT” para adultos

Sessão de alongamentos, responsabilidade do Jazzy Life Club - actividade que visa a criação de uma competência psicologicamente importante no bem-estar e desenvolvimento pessoal.

15H00 - 17H30 | Sala E (*Piso 2*)

GREENFEST | CONFERÊNCIA ENERGIA: O GRANDE DESAFIO DO FUTURO

Segundo os dados da Agência Internacional de Energia, a procura energética poderá aumentar quase 50% até 2030, com o conseqüente aumento das emissões de dióxido de carbono e outros gases com efeito de estufa que estão a aquecer o planeta.

Os desafios impostos à humanidade, demográficos, sociais e económicos; significam muitas vezes a oportunidade de repensar modelos, melhorar sistemas e assegurar mudanças.

É possível criar um novo paradigma social e energético: renovável, descentralizado e eficiente? Quais as novas tendências associadas ao cluster da energia? Como sensibilizar para a importância da cooperação empresarial nesta matéria? Estará o planeta forçosamente dependente dos combustíveis fósseis? Como equilibrar as tendências demográficas e o consumo energético?

Neste espaço de reflexão reunimos exemplos de empresas, universidades, autarquias, decisores políticos, produtores e personalidades influentes da indústria para abordarmos em conjunto as soluções que podem impulsionar o futuro energético em Portugal. E no mundo.



16h30 – 17h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ACTIVIDADE “BE COOL” para adultos

Exercícios de potenciação de inteligência emocional - actividade que visa a criação de uma competência psicologicamente importante no bem-estar e desenvolvimento pessoal.

17h00 – 18h00 | Sala F1 (*Piso 2*)

CÂMARA MUNICIPAL DE CASCAIS | APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA DE EDUCAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO AMBIENTAL

No âmbito da sua estratégia de educação e de sensibilização ambiental, a Câmara Municipal de Cascais disponibiliza, para o ano letivo 2014/2015, a 3ª edição do Programa de Educação e Sensibilização Ambiental de Cascais, a apresentar aos professores do concelho no dia 9 de outubro pelas 17 horas.

Este é um programa de continuidade, definido em concordância com as orientações curriculares do Ministério da Educação, pretendendo ser uma ferramenta de apoio aos docentes, contemplando ações teóricas, visitas interpretativas e atividades experimentais, em várias vertentes da educação ambiental: Cidadania, Resíduos, Natureza, Mar e Energia.

A edição deste ano conta com algumas novidades, nomeadamente ao nível das ciências experimentais e projetos inter-escolares, visando a promoção de uma educação para o desenvolvimento sustentável, tendo em conta, sempre que possível, o enquadramento com a realidade local.

As inscrições para a presença na apresentação deverão ser confirmadas através do email: sensibilizacao@cascaisambiente.pt

17h30 – 18h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ACTIVIDADE “STRESS LESS” para adultos

Exercícios que permitem auto-regular estados emocionais negativos e obter relaxamento e auto-controlo.

17h30 – 19h30 | Espaço Speakers Corner (*Piso 2*)

FÁBRICA DE STARTUPS | WORKSHOP “COMO CRIAR UMA EMPRESA EM 3 DIAS” (1ª sessão)

António Lucena de Faria ensinará como criar e validar modelos de negócio, seguindo a metodologia FastStart. A Fábrica de Startups é uma aceleradora de empresas que aposta na criação de novas startups de sucesso global, orientando os empreendedores a testarem os seus clientes antes de desenvolverem o negócio para que assim tenham maior probabilidade de sucesso.

Ao terem já tido mais de 700 empreendedores em programas de aceleração tais como Energia de Portugal e FastStart a percorrer a sua metodologia FastStart, esta aceleradora de empresas conseguiu ajudar desenvolver negócios com menos risco e mais hipóteses de sucesso. Desta vez, o desafio será ensinar a



criar uma empresa em apenas 3 dias num workshop orientado por António Lucena de Faria, fundador e CEO da Fábrica de Startups. Nas 2 sessões de workshop será explicado o processo de criação e validação de um modelo de negócio.

18h30 – 19h30 | Sala E (*Piso 2*)

ISEG | "SUSTENTABILIDADE, INOVAÇÃO E EMPREENDEDORISMO"

Agenda:

18h30 A importância da formação em Sustentabilidade. Apresentação da Pós-Graduação em Gestão da Sustentabilidade do ISEG

Helena Gonçalves - Coordenadora Científica da Pós-Graduação em Gestão da Sustentabilidade

18h45 Empreendedorismo e Sustentabilidade

Francisco Banha - Empresário e Presidente da FNABA - Federação Nacional Associações Business Angels

19h00 Case-Studies sobre Empreendedorismo e Inovação:

EDP - José Ferrari Careto, Administrador da EDP Soluções Comerciais

Herb Pack - João Amaro

19h00 – 19h30 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ACTIVIDADE "BE MINDFUL" para famílias

Exercícios de mindfulness – atitude que permite manter uma atenção orientada para o aqui e agora; fundamental na prevenção em saúde mental.

19h00 – 20h00 | Espaço Networking Lounge (*Piso 2*)

CONVERSAS OUT OF THE BOTTLE | À CONVERSA COM NUNO CARVALHO DA PADARIA PORTUGUESA

Estas conversas são uma oportunidade para os visitantes poderem alargar a sua rede de contatos e contatarem de perto com empreendedores, que são uma inspiração e um exemplo nas suas áreas de negócio. Diz o povo que à mesa se fazem bons negócios e com esta ação queremos misturar a sabedoria popular com o espírito empreendedor.

São conversas descontraídas e informais acompanhadas de um copo de vinho, um desinibidor por excelência, no espaço nobre de networking do Greenfest. Uma oportunidade para estar cara a cara com personalidades de referência que estarão acessíveis para partilhar consigo os seus desafios. Vai perder esta oportunidade?

A Padaria Portuguesa conta hoje com mais de 20 lojas espalhadas pelo território nacional e é um case study nesta área. Vem conhecer na primeira pessoa a história do Nuno e da Padaria Portuguesa.



DIA 10 OUTUBRO | Sexta-Feira

09h15 – 10h15 | Espaço Speakers Corner (*Piso 2*)

IES – INSTITUTO DE EMPREENDEDORISMO SOCIAL | MANUAL PARA TRANSFORMAR O MUNDO

Sonha com um Mundo melhor e necessita de ferramentas para fazer parte desta mudança? Então o Manual para Transformar o Mundo é para si.

O Manual para Transformar o Mundo é um guia que desafia o leitor a (re)pensar a forma como se constroem soluções para problemas negligenciados da sociedade. Através deste livro vai ser capaz de transformar uma ideia inspiradora numa solução inovadora com elevado impacto social, em apenas 10 passos.

Na sessão do Speakers Corner encontrará as ferramentas para libertar o potencial das suas ideias e concretizá-las em benefício de um mundo melhor. E, para o inspirar para a acção, teremos testemunhos de empreendedores sociais que irão partilhar a sua experiência e os passos percorridos desde o momento em que tiveram a ideia, partiram para acção e como, hoje em dia, o seu projecto começa a transformar o Mundo.

Mais informações em:

<http://www.faz.transformaromundo.pt/> e <https://www.facebook.com/transformaromundo>

09h30 – 13h00 | Sala E (*Piso 2*)

GREENFEST / NEOTURIS| CONFERÊNCIA TURISMO ECO WATCH – AMBIENTE E SUSTENTABILIDADE NO TURISMO

Alguns dos objetivos do Seminário: Conhecer a realidade de diferentes casos de sucesso; A relação dos projetos de arquitetura com o ambiente, na hotelaria; A experiência multifuncional de um produto turístico numa herdade com as melhores práticas ambientais; e A indústria dos cruzeiros e a Sustentabilidade.

10h00 – 11h30 | Sala F7 (*Piso 2*)

CE GESTÃO DE STRESS | PALESTRA "GESTÃO DE STRESS NA EDUCAÇÃO"

A necessidade da Gestão de Stress na educação. O papel vital do diagnóstico e prevenção do stress para um melhor e mais completo desempenho na sociedade em geral.

10h00 – 12h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

COMO MOBILIZAR COMPORTAMENTOS ÚTEIS NAS ORGANIZAÇÕES?

A falta de foco, o desperdício, os erros de interpretação cumulativos, os actos de menor organização, os processos de tomada de decisão deficitários, as dificuldades de comunicação clara e orientada pelo resultado global são aspectos que criam comportamentos, muitas vezes em cadeia, que atrasam o passo das organizações. O que fazer para mobilizar comportamentos úteis e que redundem, inclusivamente, num incremento motivacional?



10h00- 13h00 | Espaço Creative Crowd (*Piso 1*)

CONFERÊNCIA DESIGN SOCIAL + SUSTENTÁVEL “DESIGN NÃO É SÓ IMAGEM”

O Ano do Design Português decorre entre junho de 2014 e maio de 2015 e o Greenfest celebra esta efeméride com um dia dedicado ao tema, no qual serão abordadas as vertentes económicas, ambiental e social do Design. Queremos dar a conhecer casos reais, divulgar projetos independentes e inovadores. Porque o Design não é só imagem.

10h15 - 11h15 | Espaço Speakers Corner (*Piso 2*)

IES – INSTITUTO DE EMPREENDEDORISMO SOCIAL | LABORATÓRIO DE INVESTIMENTO SOCIAL

O Investimento Social pretende juntar o melhor de dois mundos - sector social e financeiro - e mobilizar novas e melhores fontes de capital para a resolução dos principais problemas da nossa sociedade.

A sessão no Speakers Corner irá demonstrar como a inovação financeira pode ser posta ao serviço da sociedade com novos instrumentos financeiros, como os Títulos de Impacto Social (Social Impact Bonds), e novas formas de investir com impacto.

Se for uma organização social, esta sessão poderá ajudar a pensar em novas formas de financiar a sua actividade. Se for um investidor social, esta sessão irá informar sobre novas formas de investir. Se for um representante do sector público, poderá obter informação sobre como dinamizar o investimento social no seu município ou região.

Mais informações em: www.investmentosocial.pt

10h30 - 11h30 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

E-ESTRATÉGICO | SUSTENTABILIDADE EMPRESARIAL: COACHING ESTRATÉGICO®

O Coaching Estratégico® atua nos stakeholders promovendo a sustentabilidade através de uma visão sistémica, permitindo trazer empowerment a todos os caminhos, limitações e possíveis resultados envolvidos num problema ou situação, de modo a contribuir para um maior equilíbrio dos aspectos sociais, ambientais e económicos, atuando de forma eficaz, garantindo ecologias saudáveis, responsabilidade social e boa liderança empresarial.



11h00 – 13h00 | Sala C5 (*Piso 1*)

CADIN | INTEGRAR A DIFERENÇA – CAMINHOS PARA A INTEGRAÇÃO PROFISSIONAL DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS E INCAPACIDADES

Que desafios se colocam às empresas na hora de integrar um colaborador com deficiência ou incapacidade? Que apoios existem para que a integração tenha sucesso?

Para responder a estas questões contaremos com a participação de quem contrata, de quem acompanha o processo de integração e ainda de quem informa sobre apoios definidos na legislação portuguesa.

12h30– 14h30 | Espaço Green Container (*Greenfair*)

APPDA | WORKSHOP DE TÉCNICAS DE IMPRESSÃO – PRODUÇÃO DE MARCADORES DE LIVROS

O workshop pretende de uma forma simples dar a conhecer técnicas básicas da gravura (ponta-seca, monotipia).

A equipa formadora contará com a presença da artista gravadora Susana Romão e alguns jovens da APPDA-Lisboa que ajudarão na demonstração/apresentação da atividade demonstrando as potencialidades dos materiais e instrumentos utilizados. O workshop acima de tudo enquadra-se no espírito Greenfest: a sustentabilidade, a inclusão a partilha.

A dinâmica será a impressão na prensa, com produtos não tóxicos, reutilizando embalagens (cuvetes de legumes, pacotes de leite, cartões dos ovos) que serão convertidos em matrizes de impressão.

Iremos também utilizar produtos de origem natural, como folhas e texturas de origens diversas.

Cada participante poderá explorar as suas potencialidades expressivas através da impressão aliada ao desenho. O resultado final será a produção de marcadores de livros personalizados.

Neste workshop as tintas utilizadas serão à base de água. A palavra de ordem é: experimentação!

Nota: Inscrição prévia deverá ser feita na caseta da APPDA-Lisboa localizada dentro da Greenfair.

14h00- 18h00 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

APRESENTAÇÃO “DAR PALCO ÀS ARTES I”

Apresentação de diversos projetos com pessoas inspiradoras que vão contar as suas histórias, projetos, e paixões no âmbito das artes:

14h00 – 14h20 | Projecto ZUKATUGA – Projeto musical de dois amigos que fundem sonoridades lusófonas com o intuito de beber de vários ritmos e sonoridades dos países onde o Português é predominante, misturando ritmos Africanos, Brasileiros e Portugueses.

Ivo Dias escreve e compõe com base na musica popular Brasileira, e Diogo Caetano por sua vez, revela maiores influencias da musica Portuguesa.



14h30 – 14h50 | Projecto LION SKIN - O trio Lionskin emerge de parte incerta para contar a história de Sally, uma rapariga nascida para mudar o mundo. Esta personagem principal é vítima de situações que por vezes lhe podem parecer cruéis e injustas, mas que acabam por fazer parte de um grande esquema que a transportam por um longo caminho de transformação.

Cat de 24 anos, introduziu as palavras numa história fantástica e intrigante, onde acaba por dar à luz uma personagem misteriosa e encantadora, Sally.

Mike de 30 anos, musicou as palavras desta misteriosa fábula, extraíndo o melhor do indie e da pop.

David de 31 anos, entra com as melódicas guitarras que não vão sair da cabeça de ninguém.

15h00 – 15h20 | Projecto ZOOM Talentos - A associação ZOOM Talentos tem como missão estimular e apoiar a descoberta dos talentos, paixões e sonhos do indivíduo, contribuindo, desta forma, para uma sociedade de sucesso com maior consciência individual e colectiva.

Ajudar os jovens a descobrirem as suas paixões, a explorarem todo o seu potencial e a escolherem o seu caminho são os objectivos da associação, que promove FORMAÇÕES DINÂMICAS, PEDAGÓGICAS, DIVERTIDAS E REVELADORAS em todas as escolas portuguesas.

Com conteúdos e dinâmicas de várias áreas de desenvolvimento pessoal (Psicologia Dinâmica, Coaching Motivacional, Programação Neuro Linguística), as formações ZOOM têm resultados surpreendentes, promovendo a INTERACÇÃO, MOTIVAÇÃO, APRENDIZAGEM E DIVERSÃO.

15h30 – 15h50 | Projecto RITMUNDO - Desenvolvemos experiências e programas inovadores que apoiam o crescimento e desenvolvimento do potencial humano. Na Rit'Mundo acreditamos que a música, o ritmo, o movimento e a voz são ferramentas transformadoras que trazem às pessoas mais felicidade, bem estar e significado para as suas vidas, estas aliadas a técnicas inovadoras de desenvolvimento pessoal e organizacional, têm a capacidade de transformar, motivar e inspirar a vida de pessoas e de organizações.

14h00- 18h00 | Espaço Creative Crowd (*Piso 1*)

IADE | DESIGN – PROJETOS DE MESTRADO



14h00 – 18h00 | Sala F1 (Piso 2)

BASE & CCE | SEMINÁRIO "CASCAIS E A SUA COSTA: POTENCIALIDADES E VULNERABILIDADES DAS ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS PARA O TURISMO LOCAL"

O Seminário " Cascais e a sua costa: potencialidades e vulnerabilidades das alterações climáticas para o turismo local", explora e desenvolve um tema central no planeamento futuro deste sector económico crucial para Cascais e para Portugal numa óptica de competitividade, resiliência e sustentabilidade.

O enfoque do debate dará a conhecer aos participantes os principais impactes previstos em diferentes cenários, antevendo-se, em particular, qual a sua influência no sector e região.

Conclusões do Grupo da Orla Costeira serão partilhados pelo Professor Filipe Duarte Santos e as suas implicações abordadas pelos diferentes agentes presentes, bem como as novas oportunidades e recursos do Turismo de Natureza delineados pelo Turismo de Portugal. A sessão conta ainda com um modelo participativo orientado para os agentes turísticos e investigadores. Pretendem-se explorar novas oportunidades, novos modelos e planos de negócio, assim como mitigar riscos associados à incerteza e à necessidade de adaptação e manutenção dos recursos naturais e projectos turísticos.

Sessão 1:

Kick-off com apresentação do Prof. Filipe Duarte Santos sobre as conclusões do Grupo Costeiro mandatado pelo MAOT

+ apresentação sobre as Alterações Climáticas e a Costa de Cascais (impactos, vulnerabilidades e oportunidades)

+ apresentação sobre novas oportunidades e produtos de Turismo da Natureza na orla costeira (Dr. João Portugal - Turismo Portugal).

20 min cada + 30 min de debate e Q&A.

Sessão 2 (Participada):

Mapeamento de Vulnerabilidades e Oportunidades

Brainstorm Session de alternativas para o território

Sessão final: como financiar a adaptação costeira em Cascais (debate)



14h00 – 18h00 | Sala F7 (*Piso 2*)

BLOOMCAST CONSULTING & BOSTON CONSULTING GROUP | CONFERÊNCIA “SUSTENTABILIDADE: DA IDENTIFICAÇÃO DAS PRIORIDADES À ACÇÃO”

A sustentabilidade tem assumido uma crescente importância na lista de prioridades de negócio das organizações. Essa relevância tem por base motivações sociais – há uma maior divulgação e notoriedade do tema na sociedade e temas como a inclusão têm tido uma crescente visibilidade –, motivações económicas – a sustentabilidade pode, e deve, constituir-se como um aspeto diferenciador nas estratégias das empresas, para além de potenciar novos negócios – e motivações ambientais – pela necessidade crescente de minimização de impactos da atividade económica, assegurando o futuro das próximas gerações.

A relevância atribuída a estas prioridades tem conduzido a mudanças também na estratégia das organizações, mas num menor grau face à relevância dada ao tema.

O objetivo desta sessão, organizada pela BloomCast Consulting e com a colaboração da Boston Consulting Group, é fomentar o debate e a partilha de melhores práticas entre as empresas e as organizações de diferentes dimensões e backgrounds, mas que têm um traço comum – acreditam na importância da sustentabilidade e possuem políticas activas e efectivas.

15h00 – 15h30 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ACTIVIDADE “STRECHT IT” para adultos

Sessão de alongamentos, responsabilidade do Jazzy Life Club - actividade que visa a criação de uma competência psicologicamente importante no bem-estar e desenvolvimento pessoal.

15h00 – 16h30 | Sala C5 (*Piso 1*)

CADIN | CRIATIVIDADE: UM TRUNFO FORA DO BARALHO

Um pensamento divergente, fora do quadrado, novo, diferente”. As capacidades criativas são fundamentais, porque uma ideia “fora do baralho” é, muitas vezes, a ideia que faz a empresa. Todos os meios que permitam trazer informação acrescida na identificação de “capacidades criativas” são fundamentais nas organizações modernas. Como é que a neuropsicologia pode contribuir para a identificarmos e utilizarmos a criatividade nas equipas de trabalho é a proposta deste workshop.



15h00 – 17h30 | Sala E (*Piso 2*)

GREENFEST | CONFERÊNCIA SUSTENTABILIDADE: UM OLHAR INOVADOR SOBRE AS TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO

Vivemos numa sociedade altamente tecnológica que transporta em si mesma uma componente facilitadora nunca antes alcançada. Com as vantagens e desvantagens que todos lhe reconhecemos, a sociedade atual é indissociável da alta velocidade a que se transmite informação e da forma revolucionária como passámos a comunicar.

Alguns termos tão usuais hoje em dia, tais como “Sociedade de Informação”, “Cibercultura” ou “Tecnodemocracia”; transportam em si a ideia de cooperação e redes de alcance infinito.

Promover o entendimento e auscultar os exemplos dos setores público, privado e sociedade civil sobre o papel do conhecimento e da comunicação é o objetivo desta conferência.

Contamos com um painel de especialistas que nos ajudará a olhar para o poder transformador (e transversal) da tecnologia nos dias de hoje.

16h30 – 17h00 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

ATN - ASSOCIAÇÃO TRANSUMÂNCIA E NATUREZA | APRESENTAÇÃO “TORNAR A EUROPA UM LUGAR MAIS SELVAGEM: REWILDING EUROPE E A RESERVA DA FAIA BRAVA”

Rewilding Europe é um projecto que nasceu na Holanda e pretende renaturalizar 1 milhão de hectares até 2020. O crescente abandono agrícola que se verifica por toda a Europa pode trazer novas oportunidades para a natureza e para o homem.

Com três vectores de actuação, conservação, comunicação e negócio, o Rewilding Europe pretende, respectivamente, criar áreas de vida silvestre na Europa, outrora zonas agrícolas; mostrar aos cidadãos europeus que existe a possibilidade de observar espécies únicas na Europa e apoiar o desenvolvimento de novos negócios sustentáveis, relacionados com as áreas-piloto.

A Reserva da Faia Brava, área protegida privada no Vale do Côa, é parceira do Rewilding Europe e, em conjunto com a Reserva Biológica de Campanários de Azaba, da Fundación Naturaleza y Hombre, constitui a área-piloto do Oeste Ibérico.

17h30 – 18h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ACTIVIDADE “BE COOL” *para crianças*

Exercícios de potenciação de inteligência emocional - actividade que visa a criação de uma competência psicologicamente importante no bem-estar e desenvolvimento pessoal.



17h30 – 19h30 | Espaço Speakers Corner (*Piso 2*)

FÁBRICA DE STARTUPS | WORKSHOP “COMO CRIAR UMA EMPRESA EM 3 DIAS” (2ª Sessão)

António Lucena de Faria ensinará como criar e validar modelos de negócio, seguindo a metodologia FastStart. A Fábrica de Startups é uma aceleradora de empresas que aposta na criação de novas startups de sucesso global, orientando os empreendedores a testarem os seus clientes antes de desenvolverem o negócio para que assim tenham maior probabilidade de sucesso.

Ao terem já tido mais de 700 empreendedores em programas de aceleração tais como Energia de Portugal e FastStart a percorrer a sua metodologia FastStart, esta aceleradora de empresas conseguiu ajudar desenvolver negócios com menos risco e mais hipóteses de sucesso.

Desta vez, o desafio será ensinar a criar uma empresa em apenas 3 dias num workshop orientado por António Lucena de Faria, fundador e CEO da Fábrica de Startups. Nas 2 sessões de workshop será explicado o processo de criação e validação de um modelo de negócio.

18h00 – 20h00 | Sala C5 (*Piso 1*)

WAKESEED | SESSÃO DE INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Pessoas com auto-conhecimento e felizes são mais eficazes e produtivas do que pessoas com elevadas competências técnicas mas com pouco auto-conhecimento e domínio das suas emoções.

Destinatários: Profissionais do setor da educação e da saúde. Público em geral

18h30 – 19h00 | Espaço Creative Crowd (*Piso 1*)

ENTREGA DOS B-GREEN AWARDS

O GREENFEST lança mais uma vez o concurso B Green Awards, destinado a todas as empresas participantes no GREENFEST 2014. Os prémios serão atribuídos em quatro categorias diferentes:

- B Green Stand Award
- B Green Action Award
- B Green Leadership Award
- B Green Innovation Award

À semelhança dos anos anteriores, o concurso conta com a cooperação e orientação do Centro de Congressos do Estoril e respetivo programa de certificação Green Events. Esta iniciativa pretende dinamizar uma presença mais sustentável das empresas participantes no evento, promovendo o compromisso com os valores que o GREENFEST e o Centro de Congressos do Estoril preconizam. A avaliação dos candidatos será feita em função das opções de exposição, comunicação e ações durante o evento. Será igualmente tida em consideração a continuidade do compromisso sustentável que as entidades assumem antes e após a feira.



18h30 – 20h00 | Community Factory (*Piso 1*)

O COMPANHEIRO | APRESENTAÇÃO DO LIVRO “PERCURSOS EM LIBERDADE. HISTÓRIAS COM VIDA.

18h30 – 20h00 | Sala C7 (*Piso 1*)

WORKSHOP “GERIR E RESOLVER CONFLITOS: SOLUÇÕES ALTERNATIVAS” com JOSÉ VASCONCELOS E KATIAN CARIA

Tribunal, força ou indiferença são métodos caros, muitas vezes pouco eficientes e ecologicamente e pessoalmente custosos de resolver conflitos. Sendo os conflitos inevitáveis e fonte de problemas de saúde e financeiros para os envolvidos interessa conhecer e incentivar novas formas de gestão e resolução de conflitos.

Havendo uma consciência crescente da necessidade de encontrar formas ecologicamente menos caras e psicologicamente menos violentas de resolução de conflitos este workshops irá partilhar, em cooperação entre apresentadores e participantes, algumas alternativas disponíveis de formas de gestão e resolução de conflitos.

O workshop, eminentemente prático, será facilitado por dois profissionais experientes: Katian Caria, coach, mediadora de conflitos e formadora; e José Vasconcelos, gestor, mediador e conselheiro de Think Thanks. Ambos são especialistas em mudança pessoal e organizacional.

19h00 – 19h30 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “STRESS LESS” para adultos

Exercícios que permitem auto-regular estados emocionais negativos e obter relaxamento e auto-controlo.

19h00 – 20h00 | Espaço Networking Lounge (*Piso 2*)

CONVERSAS OUT OF THE BOTTLE | À CONVERSA COM MIGUEL NEIVA DO PROJETO COLOR ADD

Estas conversas são uma oportunidade para os visitantes poderem alargar a sua rede de contatos e contatarem de perto com empreendedores, que são uma inspiração e um exemplo nas suas áreas de negócio. Diz o povo que à mesa se fazem bons negócios e com esta ação queremos misturar a sabedoria popular com o espírito empreendedor.

São conversas descontraídas e informais acompanhadas de um copo de vinho, um desinibidor por excelência, no espaço nobre de networking do Greenfest. Uma oportunidade para estar cara a cara com personalidades de referência que estarão acessíveis para partilhar consigo os seus desafios. Vai perder esta oportunidade? Miguel Neiva é designer de profissão, professor de coração e um entusiasta na verdadeira essência da palavra. Graças a uma ideia inovadora está a mudar o mundo de milhares de pessoas. Venha conhecer o designer Miguel Neiva e o projeto ColorADD e deixe-se contagiar pela cor!



DIA 11 OUTUBRO | Sábado

10h00 – 11h00 | Jardins do Casino do Estoril

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | AULA DE CHI KUNG TERAPÊUTICO

Aula onde aprende a compreender e a regular a energia vital. Como consequência encontrará maior vitalidade, mais foco, melhor postura corporal, menos tensões físicas e mentais e melhor desempenho quer ao nível pessoal ou ao nível profissional.

10h00 – 11h00 | Sala C2 (Piso 1)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSA SENHORAS DO BOM SUCESSO | PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE

Preparação para o Parto, Nascimento e Parentalidade – mais do que a soma de momentos porque: INFORMAR é mais que dizer, PARTILHAR mais que dar, VIVENCIAR mais que conhecer, ENVOLVER mais que estar junto e PREVENIR mais e melhor que remediar.

Trata-se de um processo sinérgico que possibilita à grávida, casal e família, reconhecerem-se como o recurso principal capaz de responder às exigências, adaptações e mudanças que o processo de transição para a nova fase do ciclo vital exige.

Nesta sessão, a cargo de duas Enfermeiras, uma das quais especializada em Obstetrícia e Psicóloga, será feita uma demonstração deste processo, com atividades práticas.

10h00 – 13h00 | Sala C3 (Piso 1)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | SHIATSU (tratamentos individuais)

Professores e alunos do 3º ano do curso de Shiatsu do IMP oferecem tratamentos para o público poder experimentar esta terapia (tratamentos individuais).

10h00 – 13h00 | Sala C6 (Piso 1)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | CONSULTAS RÁPIDAS DE FENG SHUI

Professores e alunos do curso de feng shui contemporâneo do IMP oferecem consultas de feng shui - através do desenho da planta da sua casa poderá aprender muito sobre o que se passa na sua vida. Receberá também propostas de melhorias da forma como organiza o espaço e isso terá um forte impacto na forma como o vive.



10h00 – 13h00 | Sala C6 (*Piso 1*)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | CHECK-UP DE MEDICINA CHINESA

Carimbe o seu passaporte para a Saúde! Já diz o ditado que “Prevenir é o melhor remédio”.

Como está a sua saúde? Não sabe, nós ajudamos! Venha fazer o seu Check Up de Medicina Chinesa gratuito. Cuide de si!

10h30– 12h30 | Espaço Green Container (*Greenfair*)

APPDA | WORKSHOP DE TÉCNICAS DE IMPRESSÃO – PRODUÇÃO DE MARCADORES DE LIVROS

O workshop pretende de uma forma simples dar a conhecer técnicas básicas da gravura (ponta-seca, monotipia).

A equipa formadora contará com a presença da artista gravadora Susana Romão e alguns jovens da APPDA-Lisboa que ajudarão na demonstração/apresentação da atividade demonstrando as potencialidades dos materiais e instrumentos utilizados. O workshop acima de tudo enquadra-se no espírito Greenfest: a sustentabilidade, a inclusão a partilha.

A dinâmica será a impressão na prensa, com produtos não tóxicos, reutilizando embalagens (cuvetes de legumes, pacotes de leite, cartões dos ovos) que serão convertidos em matrizes de impressão.

Iremos também utilizar produtos de origem natural, como folhas e texturas de origens diversas.

Cada participante poderá explorar as suas potencialidades expressivas através da impressão aliada ao desenho. O resultado final será a produção de marcadores de livros personalizados.

Neste workshop as tintas utilizadas serão à base de água. A palavra de ordem é: experimentação!

Nota: Inscrição prévia deverá ser feita na caseta da APPDA-Lisboa localizada dentro da Greenfair.

10h30 – 12h30 | Sala F1 (*Piso 2*)

RIVERGARDEN LDA | WORKSHOP DE AUTO-MAQUILHAGEM – BELLÁPIERRE: COMÉSTICA E MAQUILHAGEM ORGÂNICA

BelláPierre usa pó de Mica 100% puro, sem qualquer tipo de aditivos ou ingredientes nocivos ao organismo, tornando-a especial e diferente única. Mica pura é uma pedra que é oxidada para adquirir os tons desejados. Além de Mica, os produtos BelláPierre contêm outros minerais que protegem e alimentam a pele, resultando num filtro solar natural.

Porque as Mulheres adoram cor, mas preferem que a sua maquilhagem pareça natural, a BelláPierre ensina a tirar partido da maquilhagem 100% mineral. O que torna esta maquilhagem tão especial é a sua composição, o pó de Mica puro, sem qualquer tipo de aditivos ou ingredientes nocivos ao organismo.



No Greenfest 2014, damos a conhecer a Bellápierre em Workshops. Serão sessões de auto-maquilhagem, com a duração de 2 horas. Para partilhar um momento divertido onde aprenderá dicas e truques que vai usar todos os dias. Os produtos Bellápierre destacam-se por três fatores: saúde, diversão e preço.

Lugares limitados – necessário inscrição prévia. Envie um email para info@greenfest.pt com referência ao workshop data e hora, de forma a poder garantir o seu lugar.

11h00 – 11h30 | Espaço Kids Zone (*Piso 1*)

WAKESEED | RE.CRIAR COM ERVAS AROMÁTICAS

As ervas aromáticas são plantas de pequeno porte com diversas aplicações, que devemos ter sempre em casa para uso na culinária e manutenção da saúde. Vamos dar a conhecer várias plantas aromáticas e como as utilizar, ao natural ou secas, em refrescos, tisanas, sal aromático, sais de banho.

Destinatários: Famílias

11h00 – 11h35 | Sala C1 (*Piso 1*)

PADRÃO DOS DESCOBRIMENTOS | PEÇA DE TEATRO “O MÉDICO DO MAR”

Todos os dias, o Doutor Sulfamida mergulha nas profundezas do oceano no seu fantástico submarino, em busca de peixes e outras criaturas marinhas em apuros: um golfinho com dores de barriga, uma sardinha com mau cheiro, uma alforreca com febre e dores nas costas...Mas, um dia, algo corre mal e o médico do mar fica muito aflito. Uma peça de teatro de luz negra baseada no conto de Leo Timmers.

Destinatários: Crianças dos 4 aos 10 anos

11h00 – 12h00 | Espaço Kids Zone (*Piso 1*)

GET ZEN KIDS | REICLART E TRADIÇÃO SUSTENTÁVEL

Aprendizagem e construção de jogos tradicionais, recorrendo à utilização de materiais “em fim de vida”, dando-lhes um novo significado e abordando uma vertente ecológica e sustentável.

Para a realização da actividade deverá realizar a sua inscrição no dia pretendido junto do espaço Get Zen situado perto das escadas (piso 0 – centro congressos do Estoril).

11h00 – 12h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “HAPPY BRAIN, HAPPY FEET” para adultos

Em parceria com o Jazzy Life Club, é composto por 30 minutos de explicação e exercícios de pequenas técnicas que permitem contrabalançar a tendência negativista do cérebro (responsabilidade Oficina de Psicologia), seguidos de 30 minutos de dança bem-disposta para a libertação das endorfinas do bem-estar (responsabilidade Jazzy life Club).



11h00 – 12h00 | Sala C2 (Piso 1)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSA SENHORAS DO BOM SUCESSO | O BEBÉ CHEGOU A CASA!

A chegada de um recém-nascido implica a reorganização da família. Nesta sessão, a cargo de uma Enfermeira, serão abordados os seguintes temas: aspetos relacionados com o ambiente/espço; ritmos do bebé; comunicação, choro, mímica e posturas; aleitamento; cuidados à pele; vestuário; posições de conforto; transporte e segurança; sol e ar livre.

11h00 – 12h00 | Sala E (Piso 2)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | CORPO EM MOVIMENTO

Esta aula oferece a possibilidade de mover o nosso corpo através da coordenação de movimentos simples pelo espaço todo, num ambiente descontraído e lúdico. Abordaremos o corpo num encontro com o chão, a respiração, os outros e o espaço, a música e o movimento, correr, caminhar, saltar, deitar e levantar, ficar quieto e mover de novo! A possibilidade de partilhar em família ou com amigos uma hora da natureza do nosso corpo através de pequenos jogos de coordenação motora.

11h00 – 13h00 | Sala C7 (Piso 1)

WAKESEED | SESSÃO DE EDUCAÇÃO PARA A MORTE

Atualmente a morte é o grande tabu da nossa sociedade, muito mais do que o sexo. Porém todos vamos passar por essa experiência e também todos os nossos entes queridos. Defrontar a morte é defrontar a vida com todo o seu sentido e intensidade. Nesta sessão queremos contribuir para normalizar na sociedade este assunto, pois existe uma grande falta de informação e preparação.

Destinatários: Profissionais do setor da educação e da saúde. Público em geral

11h00 – 13h00 | Sala F3 (Piso 2)

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE ANÁLISE BIOENERGÉTICA | WORKSHOP “DESCOBRINDO A LIGAÇÃO CORPO/MENTE – ANÁLISE BIOENERGÉTICA, UM MODELO DE PSICOTERAPIA”

Workshop vivencial para tomada de consciência do contínuo corpo/mente, através da exploração das sensações corporais, respiração, emoções associadas e processos cognitivos.

Serão propostos exercícios de respiração, grounding, expressão emocional, partilha com o grupo.



11h00 - 13h00 | Sala F7 (Piso 2)

ÁSHRAMA ESTORIL CENTRO DO YOGA | YOGA E SUSTENTABILIDADE - AULA DO YOGA para ADULTOS

A prática do Yoga no contexto da Sustentabilidade. Yoga para Todos.

Yoga Sámkhya, o Yoga Total, Completo, com mais de 6.000 anos de existência.

12h00 – 13h00 | Sala C2 (Piso 1)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSA SENHORAS DO BOM SUCESSO | RECUPERAÇÃO PÓS-PARTO

A gravidez provoca na mulher alterações fisiológicas, emocionais e posturais, que podem agravar com o parto e que permanecem após o parto. É nestas alterações que o fisioterapeuta intervém no pós parto, tendo um papel muito importante na recuperação física e emocional da mulher. Neste sentido, as sessões de pós-parto incidem na reeducação postural, no reequilíbrio muscular, na prevenção/tratamento de alterações da função urinária, sexual e fecal, e proporcionam um ambiente de esclarecimento e de partilha de experiências.

Nesta sessão, a cargo de uma Fisioterapeuta especializada em Saúde da Mulher e de uma Enfermeira, serão abordados estes temas com a demonstração/experimentação de exercícios práticos de recuperação.

12h00 – 13h15 | Sala F2 (Piso 2)

EFT / TAPPING | PALESTRA “EMOTIONAL FREEDOM”

Está pronto para se libertar dos sentimentos que o têm estado a limitar? Descubra o EFT / TAPPING, uma técnica simples e inovadora de libertação do stress e de estados emocionais negativos.

12h00 – 14h00 | Sala F5 (Piso 2)

Sarrilho | WORKSHOP DE CROCHÉ COM FIO TÊXTIL REAPROVEITADO

A partir de peças de vestuário e outros têxteis gastos ou que já não estejam a ser utilizados (t-shirts, gangas, camisolas, restos de tecidos, cortinas, lençóis velhos), vamos reaproveitar esses tecidos como matéria-prima para o croché que vamos fazer.

De uma forma simples, através do croché, cada participante poderá explorar os pontos básicos desta técnica. Todos poderão participar, principiantes e aqueles que já têm conhecimentos para partilhar.

O projeto que propomos é a execução de uma forma modular que poderá funcionar individualmente (base para quentes, pega de cozinha, ...) ou associar-se a outras para concretizações mais ambiciosas.

Pretendemos criar um espaço, estimulante, descontraído, divertido, inter-geracional, em que se destaquem práticas de reaproveitamento, promovendo a partilha e a experimentação.

Workshop inclusivo, em que os mais experientes poderão trabalhar à sua maneira num ambiente de partilha do "saber-fazer" e os que agora experimentam encontram apoio para a execução do projeto.



Pedimos aos participantes que tragam os têxteis que irão transformar em matéria prima, tesoura, e agulhas de croché números 4 e 6.

Nota: Inscrição prévia deverá ser feita na Caseta da SARILHO na Greenfair.

12h30 – 13h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ACTIVIDADE “BE COOL” para crianças

Exercícios de potenciação de inteligência emocional - actividade que visa a criação de uma competência psicologicamente importante no bem-estar e desenvolvimento pessoal.

14h00 - 15h30 | Espaço Green Container (*Greenfair*)

ATN – ASSOCIAÇÃO TRANSUMÂNCIA E NATUREZA | WORKSHOP DE PLANTAÇÃO DE ÁRVORES

Vamos descobrir as árvores autóctones da Reserva da Faia Brava e aprender a semear e cuidar de uma árvore. Cada participante terá a oportunidade de semear e levar para casa um vaso com a sua árvore, ficando assim responsável pelo seu crescimento. O objectivo é cada participante poder visitar a Reserva da Faia Brava e plantar a sua árvore, quando está já tiver dimensão suficiente.

A Associação Transumância e Natureza iniciou em 2005 o programa “1 Milhão de Sementes para o Vale do Côa”, tendo já semeado cerca de 500 000 bolotas e plantado mais de 30 000 árvores na Reserva da Faia Brava. A ATN tem um viveiro florestal que renova actualmente colhendo as sementes na Reserva e plantando árvores, durante o outono e inverno, com o envolvimento de voluntários e da comunidade local.

14h00 – 15h30 | Sala C2 (*Piso 1*)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSA SENHORAS DO BOM SUCESSO | RASTREIOS DE SAÚDE ORAL DAS CRIANÇAS

Dinamizadas por uma Higienista Oral e uma Enfermeira, as sessões incluirão atividades de promoção da saúde oral da criança com orientações às crianças e pais no sentido de boas práticas de higiene oral.

Serão abordados temas como a dentição, a escovagem e a importância da alimentação. Serão realizados rastreios às crianças com orientação aos pais para a resolução de problemas identificados.

14h30 – 16h30 | Sala F1 (*Piso 2*)

RIVERGARDEN LDA | WORKSHOP DE AUTO-MAQUILHAGEM – BELLÁPIERRE: COMÉSTICA E MAQUILHAGEM ORGÂNICA

Bellápierre usa pó de Mica 100% puro, sem qualquer tipo de aditivos ou ingredientes nocivos ao organismo, tornando-a especial e diferente única. Mica pura é uma pedra que é oxidada para adquirir os tons desejados. Além de Mica, os produtos Bellápierre contêm outros minerais que protegem e alimentam a pele, resultando num filtro solar natural.



Porque as Mulheres adoram cor, mas preferem que a sua maquilhagem pareça natural, a BelláPierre ensina a tirar partido da maquilhagem 100% mineral. O que torna esta maquilhagem tão especial é a sua composição, o pó de Mica puro, sem qualquer tipo de aditivos ou ingredientes nocivos ao organismo.

No Greenfest 2014, damos a conhecer a BelláPierre em Workshops. Serão sessões de auto-maquilhagem, com a duração de 2 horas. Para partilhar um momento divertido onde aprenderá dicas e truques que vai usar todos os dias. Os produtos BelláPierre destacam-se por três fatores: saúde, diversão e preço.

Lugares limitados – necessário inscrição prévia. Envie um email para info@greenfest.pt com referência ao workshop data e hora, de forma a poder garantir o seu lugar.

14h30 – 17h00 | Sala C7 (*Piso 1*)

CADIN | CRIATIVIDADE: UM TRUNFO FORA DO BARALHO

Um pensamento divergente, fora do quadrado, novo, diferente”. Os novos desafios do mercado de trabalho deram um lugar de destaque àqueles que “pensam fora do baralho”. A promoção de um pensamento Criativo desde idades mais precoces permitirá dotar a criança de trunfos que serão relevantes no futuro. Como é a neuropsicologia pode ajudar a identificar a criatividade no seu filho e de que forma pode ajudar a utilizá-la a seu favor são as propostas deste workshop.

15h00 – 15h35 | Sala C1 (*Piso 1*)

PADRÃO DOS DESCOBRIMENTOS | PEÇA DE TEATRO “O MÉDICO DO MAR”

Todos os dias, o Doutor Sulfamida mergulha nas profundezas do oceano no seu fantástico submarino, em busca de peixes e outras criaturas marinhas em apuros: um golfinho com dores de barriga, uma sardinha com mau cheiro, uma alforreca com febre e dores nas costas...Mas, um dia, algo corre mal e o médico do mar fica muito aflito. Uma peça de teatro de luz negra baseada no conto de Leo Timmers.

Destinatários: Crianças dos 4 aos 10 anos

15h00 – 16h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “HAPPY BRAIN, HAPPY FEET” para crianças

Em parceria com o Jazzy Life Club, é composto por 30 minutos de explicação e exercícios de pequenas técnicas que permitem contrabalançar a tendência negativista do cérebro (responsabilidade Oficina de Psicologia), seguidos de 30 minutos de dança bem-disposta para a libertação das endorfinas do bem-estar.



15h00 – 16h00 | Espaço Kids Zone (*Piso 1*)

WAKESEED | CONTOS AMBIENTAIS

A Companhia de Teatro “Os Inadaptados” e a “Wakeseed” juntaram esforços e desenvolveram contos interativos para crianças sobre a natureza.

Destinatários: famílias

15h00 – 17h00 | Espaço Kids Zone (*Piso 1*)

GET ZEN KIDS | REICLART E TRADIÇÃO SUSTENTÁVEL

Aprendizagem e construção de jogos tradicionais, recorrendo à utilização de materiais “em fim de vida”, dando-lhes um novo significado e abordando uma vertente ecológica e sustentável.

Para a realização da actividade deverá realizar a sua inscrição no dia pretendido junto do espaço Get Zen situado perto das escadas (piso 0 – centro congressos do Estoril).

15h00 – 17h00 | Sala F3 (*Piso 2*)

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE ANÁLISE BIOENERGÉTICA | WORKSHOP “DESCOBRINDO A LIGAÇÃO CORPO/MENTE – ANÁLISE BIOENERGÉTICA, UM MODELO DE PSICOTERAPIA”

Workshop vivencial para tomada de consciência do contínuo corpo/mente, através da exploração das sensações corporais, respiração, emoções associadas e processos cognitivos.

Serão propostos exercícios de respiração, grounding, expressão emocional, partilha com o grupo.

15h00 – 18h00 | Sala C3 (*Piso 1*)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | SHIATSU (*tratamentos individuais*)

Professores e alunos do 3º ano do curso de Shiatsu do IMP oferecem tratamentos para o público poder experimentar esta terapia (tratamentos individuais).

15h00 – 18h00 | Sala C6 (*Piso 1*)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | CONSULTAS RÁPIDAS DE FENG SHUI

Professores e alunos do curso de feng shui contemporâneo do IMP oferecem consultas de feng shui - através do desenho da planta da sua casa poderá aprender muito sobre o que se passa na sua vida. Receberá também propostas de melhorias da forma como organiza o espaço e isso terá um forte impacto na forma como o vive.



15h00 – 18h00 | Sala C6 (*Piso 1*)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | CHECK-UP DE MEDICINA CHINESA

Carimbe o seu passaporte para a Saúde! Já diz o ditado que “Prevenir é o melhor remédio”.

Como está a sua saúde? Não sabe, nós ajudamos! Venha fazer o seu Check Up de Medicina Chinesa gratuito. Cuide de si!

15h30 – 16h45 | Sala F2 (*Piso 2*)

EFT / TAPPING | PALESTRA “EMOTIONAL FREEDOM”

Está pronto para se libertar dos sentimentos que o têm estado a limitar? Descubra o EFT / TAPPING, uma técnica simples e inovadora de libertação do stress e de estados emocionais negativos.

16h00 – 17h30 | Sala C2 (*Piso 1*)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSAS SENHORAS DO BOM SUCESSO | RASTREIOS DE SAÚDE ORAL DAS CRIANÇAS

Dinamizadas por uma Higienista Oral e uma Enfermeira, as sessões incluirão atividades de promoção da saúde oral da criança com orientações às crianças e pais no sentido de boas práticas de higiene oral.

Serão abordados temas como a dentição, a escovagem e a importância da alimentação.

Serão realizados rastreios às crianças com orientação aos pais para a resolução de problemas identificados.

16h30 – 17h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “BE MINDFUL” para adultos

Exercícios de mindfulness – atitude que permite manter uma atenção orientada para o aqui e agora; fundamental na prevenção em saúde mental.

16h30 – 17h15 | Sala C7 (*Piso 1*)

COURELA DA SAÚDE & PROJEITO SER SUSTENTÁVEL | PALESTRA FENG SHUI E PERMACULTURA

O que é Feng Shui? O que é Permacultura? Qual é a filosofia e práticas que as unem e como contribuem para um mundo mais sustentável? Nesta palestra vai conhecer a filosofia que une o Feng Shui e a Permacultura e como podem contribuir para a construção de um mundo mais sustentável.

Vamos falar sobre algumas práticas e apresentar soluções, simples e necessárias, para a uma vivência que ajude a alterar o paradigma de exploração desenfreada da terra e dos animais.

Informação sistematizada dos conteúdos da palestra: <http://prezi.com/smrlwqlwgwnb/feng-shui-e-permacultura/>



17h00 – 17h35 | Sala C1 (*Piso 1*)

PADRÃO DOS DESCOBRIMENTOS | PEÇA DE TEATRO “O MÉDICO DO MAR”

Todos os dias, o Doutor Sulfamida mergulha nas profundezas do oceano no seu fantástico submarino, em busca de peixes e outras criaturas marinhas em apuros: um golfinho com dores de barriga, uma sardinha com mau cheiro, uma alforreca com febre e dores nas costas...Mas, um dia, algo corre mal e o médico do mar fica muito aflito. Uma peça de teatro de luz negra baseada no conto de Leo Timmers.

Destinatários: Crianças dos 4 aos 10 anos

17h00 – 18h00 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

O COMPANHEIRO | PERCURSOS DE (EN)CANTAR

Percurso de (En)cantar é uma actividade dinamizada pelo Programa Práticas Educativas Parentais (PEP) do Gabinete de Intervenção Social (GIS) d’O Companheiro na qual são interpretadas histórias por adultos e crianças que relatam um mundo mais inclusivo e igualitário.

Destinatários: Famílias

17h00 – 18h00 | Espaço Networking Lounge (*Piso 2*)

CONVERSAS OUT OF THE BOTTLE | À CONVERSA COM ANA BORGES DA BELLAPIÉRRE

Estas conversas são uma oportunidade para os visitantes poderem alargar a sua rede de contactos e contactarem de perto com empreendedores, que são uma inspiração e um exemplo nas suas áreas de negócio. Diz o povo que à mesa se fazem bons negócios e com esta ação queremos misturar a sabedoria popular com o espírito empreendedor.

São conversas descontraídas e informais acompanhadas de um copo de vinho, um desinibidor por excelência, no espaço nobre de networking do Greenfest. Uma oportunidade para estar cara a cara com personalidades de referência que estarão acessíveis para partilhar consigo os seus desafios. Vai perder esta oportunidade?

Ana Borges criou vários negócios e o seu mais recente projeto é a Bellápierre Portugal, no qual ocupa o cargo de gestora de marca. Um percurso empreendedor que certamente vai querer conhecer conversando com Ana Borges.

17h30 – 18h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “BE CREATIVE” para famílias

Exercícios de estímulo à criatividade.



17h30 - 20h00 | Sala E (*Piso 2*)

BIODANZA ELSA DAVID | AULA PRÁTICA DE BIODANZA COM ELSA DAVID *para adultos*

A Biodanza nasceu no Chile, pela mão de Rolando Toro Araneda, há cerca de 40 anos.

É um sistema de integração e de desenvolvimento de potenciais humanos, mediante a dança e a música, acessível a qualquer pessoa, de qualquer idade. Integração significa coerência e unidade entre as diferentes funções orgânicas e psíquicas. (O homem actual está dissociado a nível motor, emocional e orgânico. Sente uma coisa, pensa outra e actua de forma diferente.)

O desenvolvimento de potenciais humanos significa simplesmente a expressão genética das suas imensas capacidades afectivas e intelectuais. “A Biodanza é uma poética de encontro humano, que permite a expressão da identidade e o prazer de viver”. Os exercícios de Biodanza estão organizados a partir de um Modelo Teórico baseado nas Ciências da Vida: a Biologia, a Antropologia, a Psicologia e a Sociologia.

Não se trata apenas uma forma saudável de integração e saúde. A sua acção constitui uma forma de ecologia humana baseada numa percepção da vida como experiência suprema.

A Biodanza possibilita um verdadeiro renascimento existencial. Os alunos fortalecem a confiança em si mesmos, melhoram as suas formas de comunicação afectiva e resgatam o prazer de viver.

A Biodanza trabalha a parte saudável das pessoas e fundamentalmente o amor como fonte de vida.

A Biodanza está centrada na identidade e não na personalidade e utiliza indistintamente linguagem científica e poética.

18h00 – 19h00 | Sala F7 (*Piso 2*)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | SESSÃO DE RELAXAMENTO E MEDITAÇÃO

Através de exercícios propostos pelo facilitador, o participante vai ser encaminhado a tornar-se mestre do seu próprio destino com uma maior clareza de intenção!

Como resultado desta prática o participante desfrutará de um bem estar geral, uma sensação de leveza, uma visão mais positiva e optimista no dia a dia e uma melhoria na qualidade do sono.

18h00 – 19h30 | Espaço Creative Crowd (*Piso 1*)

LISBOA + BONITA COM ARTE DE RUA

Num ambiente descontraído e artístico, damos voz a quatro convidados relacionados com a arte de rua na cidade de Lisboa. O aparecimento da arte de rua e a sua evolução ao longo dos tempos, o potencial desta forma de arte e o embelezamento dos espaço urbano, são apenas alguns dos temas que terão lugar nesta sessão. Pretende-se que este seja um espaço de partilha, no qual convidamos o público a colocar questões sobre os vários assuntos em análise.



18h00 – 20h00 | Sala F5 (Piso 2)

Sarrilho | WORKSHOP DE CROCHÉ COM FIO TÊXTIL REAPROVEITADO

A partir de peças de vestuário e outros têxteis gastos ou que já não estejam a ser utilizados (t-shirts, gangas, camisolas, restos de tecidos, cortinas, lençóis velhos), vamos reaproveitar esses tecidos como matéria-prima para o croché que vamos fazer.

De uma forma simples, através do croché, cada participante poderá explorar os pontos básicos desta técnica. Todos poderão participar, principiantes e aqueles que já têm conhecimentos para partilhar.

O projeto que propomos é a execução de uma forma modular que poderá funcionar individualmente (base para quentes, pega de cozinha, ...) ou associar-se a outras para concretizações mais ambiciosas.

Pretendemos criar um espaço, estimulante, descontraído, divertido, inter-geracional, em que se destaquem práticas de reaproveitamento, promovendo a partilha e a experimentação.

Workshop inclusivo, em que os mais experientes poderão trabalhar à sua maneira num ambiente de partilha do "saber-fazer" e os que agora experimentam encontram apoio para a execução do projeto.

Pedimos aos participantes que tragam os têxteis que irão transformar em matéria prima, tesoura, e agulhas de croché números 4 e 6.

Nota: Inscrição prévia deverá ser feita na Caseta da SARILHO na Greenfair.

18h30 – 20h00 | Sala F3 (Piso 2)

WORKSHOP “ GERIR E RESOLVER CONFLITOS: SOLUÇÕES ALTERNATIVAS” com JOSÉ VASCONCELOS E KATIAN CARIA

Tribunal, força ou indiferença são métodos caros, muitas vezes pouco eficientes e ecologicamente e pessoalmente custosos de resolver conflitos. Sendo os conflitos inevitáveis e fonte de problemas de saúde e financeiros para os envolvidos interessa conhecer e incentivar novas formas de gestão e resolução de conflitos.

Havendo uma consciência crescente da necessidade de encontrar formas ecologicamente menos caras e psicologicamente menos violentas de resolução de conflitos este workshops irá partilhar, em cooperação entre apresentadores e participantes, algumas alternativas disponíveis de formas de gestão e resolução de conflitos.

O workshop, eminentemente prático, será facilitado por dois profissionais experientes: Katian Caria, coach, mediadora de conflitos e formadora; e José Vasconcelos, gestor, mediador e conselheiro de Think Thanks. Ambos são especialistas em mudança pessoal e organizacional.



19h00 – 19h30 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “TAKE CARE” para adultos

Controlo alimentar, higiene de sono, exercício físico, estilo de vida.

DIA 12 OUTUBRO | Domingo

10h00 – 11h00 | Sala C2 (*Piso 1*)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSA SENHORAS DO BOM SUCESSO | PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE

Preparação para o Parto, Nascimento e Parentalidade – mais do que a soma de momentos porque: INFORMAR é mais que dizer, PARTILHAR mais que dar, VIVENCIAR mais que conhecer, ENVOLVER mais que estar junto e PREVENIR mais e melhor que remediar.

Trata-se de um processo sinérgico que possibilita à grávida, casal e família, reconhecerem-se como o recurso principal capaz de responder às exigências, adaptações e mudanças que o processo de transição para a nova fase do ciclo vital exige.

Nesta sessão, a cargo de duas Enfermeiras, uma das quais especializada em Obstetrícia e Psicóloga, será feita uma demonstração deste processo, com atividades práticas.

10h00- 13h00 | Espaço Creative Crowd (*Piso 1*)

GREENFEST | CONFERÊNCIA TURISMO “TURISMO FORA DE PORTAS”

Têm surgido projetos inovadores na área do turismo que cativam pessoas e criam riqueza. Alguns desenvolvem-se em regiões com pouca população ou que, em alguns casos, correm mesmo o risco de ficarem desertas. Estes projetos incentivam o envolvimento dos habitantes, aguçam o espírito de comunidade, dinamizam regiões... O impacto em termos sociais e económicos é significativo. Este tipo de iniciativas desenvolve-se em áreas urbanas e rurais, frequentemente ligadas ao turismo de natureza, atividades ao ar livre, entre outras. São projetos que promovem o património arquitectónico e natural enquanto abordam novas formas de fazer turismo e que atraem cada vez mais turistas.



10h30 - 12h00 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

HORTINS | WORKSHOP DE PERMACULTURA (*sessão teórica*)

Sabemos que os grandes problemas de quem quer ter uma horta familiar, ou como gostamos de chamar, um “hortim” (horta/jardim), são o custo, o trabalho e a falta de estética.

A Permacultura ensina que com um bom planeamento e um bonito design inicial podemos superar esses problemas. Propomos um workshop com uma parte teórica onde vamos ensinar a fazer esse planeamento e design; e uma parte prática onde faremos a execução de um canteiro.

10h30 – 12h30 | Sala F1 (*Piso 2*)

RIVERGARDEN LDA | WORKSHOP DE AUTO-MAQUILHAGEM – BELLÁPIERRE: COSMÉTICA E MAQUILHAGEM ORGÂNICA

BelláPierre usa pó de Mica 100% puro, sem qualquer tipo de aditivos ou ingredientes nocivos ao organismo, tornando-a especial e diferente única. Mica pura é uma pedra que é oxidada para adquirir os tons desejados. Além de Mica, os produtos BelláPierre contêm outros minerais que protegem e alimentam a pele, resultando num filtro solar natural.

Porque as Mulheres adoram cor, mas preferem que a sua maquilhagem pareça natural, a BelláPierre ensina a tirar partido da maquilhagem 100% mineral. O que torna esta maquilhagem tão especial é a sua composição, o pó de Mica puro, sem qualquer tipo de aditivos ou ingredientes nocivos ao organismo.

No Greenfest 2014, damos a conhecer a BelláPierre em Workshops. Serão sessões de auto-maquilhagem, com a duração de 2 horas. Para partilhar um momento divertido onde aprenderá dicas e truques que vai usar todos os dias. Os produtos BelláPierre destacam-se por três fatores: saúde, diversão e preço.

Lugares limitados – necessário inscrição prévia. Envie um email para info@greenfest.pt com referência ao workshop data e hora, de forma a poder garantir o seu lugar.

11h00 – 11h35 | Sala C1 (*Piso 1*)

PADRÃO DOS DESCOBRIMENTOS | PEÇA DE TEATRO “O MÉDICO DO MAR”

Todos os dias, o Doutor Sulfamida mergulha nas profundezas do oceano no seu fantástico submarino, em busca de peixes e outras criaturas marinhas em apuros: um golfinho com dores de barriga, uma sardinha com mau cheiro, uma alforreca com febre e dores nas costas...Mas, um dia, algo corre mal e o médico do mar fica muito aflito. Uma peça de teatro de luz negra baseada no conto de Leo Timmers.

Destinatários: Crianças dos 4 aos 10 anos



11h00 – 11h50 | Sala F7 (Piso 2)

ÁSHRAMA ESTORIL CENTRO DO YOGA | “YOGA e O PLANETA” - AULA DO YOGA *para crianças*

A aula é apresentada de uma forma lúdica, estimulando a participação com concentração, para que a Criança possa captar e assimilar os benefícios do Yoga. Especificamente, às Crianças o Yoga Sámkhya mantém a flexibilidade e a criatividade, consolida o desejo de Sabedoria, educa a atenção e confere concentração, bem como valores de auto exigência e fraternais. Yoga Sámkhya, o Yoga Total, Completo, com mais de 6.000 de existência.

Destinatários: Crianças dos 4 aos 12 anos

11h00 – 12h00 | Espaço Kids Zone (Piso 1)

GET ZEN KIDS | REICLART E TRADIÇÃO SUSTENTÁVEL

Aprendizagem e construção de jogos tradicionais, recorrendo à utilização de materiais “em fim de vida”, dando-lhes um novo significado e abordando uma vertente ecológica e sustentável.

Para a realização da actividade deverá realizar a sua inscrição no dia pretendido junto do espaço Get Zen situado perto das escadas (piso 0 – centro congressos do Estoril).

11h00 – 12h00 | Espaço Oficina de Psicologia (Piso 1)

ATIVIDADE “HAPPY BRAIN, HAPPY FEET” *para adultos*

Em parceria com o Jazzy Life Club, é composto por 30 minutos de explicação e exercícios de pequenas técnicas que permitem contrabalançar a tendência negativista do cérebro (responsabilidade Oficina de Psicologia), seguidos de 30 minutos de dança bem-disposta para a libertação das endorfinas do bem-estar (responsabilidade Jazzy life Club).

11h00 – 12h00 | Sala C2 (Piso 1)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSA SENHORAS DO BOM SUCESSO | O BEBÉ CHEGOU A CASA!

A chegada de um recém-nascido implica a reorganização da família. Nesta sessão, a cargo de uma Enfermeira, serão abordados os seguintes temas: aspetos relacionados com o ambiente/espço; ritmos do bebé; comunicação, choro, mímica e posturas; aleitamento; cuidados à pele; vestuário; posições de conforto; transporte e segurança; sol e ar livre.



11h00 – 13h00 | Sala F3 (Piso 2)

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE ANÁLISE BIOENERGÉTICA | WORKSHOP “DESCOBRINDO A LIGAÇÃO CORPO/MENTE – ANÁLISE BIOENERGÉTICA, UM MODELO DE PSICOTERAPIA”

Workshop vivencial para tomada de consciência do contínuo corpo/mente, através da exploração das sensações corporais, respiração, emoções associadas e processos cognitivos.

Serão propostos exercícios de respiração, grounding, expressão emocional, partilha com o grupo.

11h30 - 13h00 | Sala E (Piso 2)

BIODANZA ELSA DAVID | AULA PRÁTICA DE BIODANZA COM ELSA DAVID *para famílias*

A Biodanza nasceu no Chile, pela mão de Rolando Toro Araneda, há cerca de 40 anos.

É um sistema de integração e de desenvolvimento de potenciais humanos, mediante a dança e a música, acessível a qualquer pessoa, de qualquer idade.

Integração significa coerência e unidade entre as diferentes funções orgânicas e psíquicas. (O homem actual está dissociado a nível motor, emocional e orgânico. Sente uma coisa, pensa outra e actua de forma diferente.)

O desenvolvimento de potenciais humanos significa simplesmente a expressão genética das suas imensas capacidades afectivas e intelectuais. “A Biodanza é uma poética de encontro humano, que permite a expressão da identidade e o prazer de viver”.

Os exercícios de Biodanza estão organizados a partir de um Modelo Teórico baseado nas Ciências da Vida: a Biologia, a Antropologia, a Psicologia e a Sociologia.

Não se trata apenas uma forma saudável de integração e saúde. A sua acção constitui uma forma de ecologia humana baseada numa percepção da vida como experiência suprema.

A Biodanza possibilita um verdadeiro renascimento existencial. Os alunos fortalecem a confiança em si mesmos, melhoram as suas formas de comunicação afectiva e resgatam o prazer de viver.

A Biodanza trabalha a parte saudável das pessoas e fundamentalmente o amor como fonte de vida.

A Biodanza está centrada na identidade e não na personalidade e utiliza indistintamente linguagem científica e poética.

11h45 – 12h45 | Espaço Speakers Corner (Piso 1)

CENTRO UPAYA | WORKSHOP MINDFULNESS – ATENÇÃO PLENA

Modo fazer vs. Modo estar - A necessidade de parar a incessante agitação interna e os benefícios de conectar com a vida de uma forma mais plena. Mindfulness (Atenção Plena) - Origem, definição e suas características. Exercício de Mindfulness. A Respiração - A respiração como fundação da prática e como âncora ao momento presente. O Corpo - Os benefícios de tomar consciência do nosso corpo. Os



Pensamentos - Pensamento aleatório vs. Pensamento construtivo. As Emoções - Como lidar com as emoções sem que fiquemos refém delas. Prática de Mindfulness

12h00 – 13h00 | Sala C2 (Piso 1)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSA SENHORAS DO BOM SUCESSO | RECUPERAÇÃO PÓS-PARTO

A gravidez provoca na mulher alterações fisiológicas, emocionais e posturais, que podem agravar com o parto e que permanecem após o parto. É nestas alterações que o fisioterapeuta intervém no pós parto, tendo um papel muito importante na recuperação física e emocional da mulher. Neste sentido, as sessões de pós-parto incidem na reeducação postural, no reequilíbrio muscular, na prevenção/tratamento de alterações da função urinária, sexual e fecal, e proporcionam um ambiente de esclarecimento e de partilha de experiências.

Nesta sessão, a cargo de uma Fisioterapeuta especializada em Saúde da Mulher e de uma Enfermeira, serão abordados estes temas com a demonstração/experimentação de exercícios práticos de recuperação.

12h00 – 14h00 | Sala F5 (Piso 2)

Sarrilho | WORKSHOP DE CROCHÉ COM FIO TÊXTIL REAPROVEITADO

A partir de peças de vestuário e outros têxteis gastos ou que já não estejam a ser utilizados (t-shirts, gangas, camisolas, restos de tecidos, cortinas, lençóis velhos), vamos reaproveitar esses tecidos como matéria-prima para o croché que vamos fazer.

De uma forma simples, através do croché, cada participante poderá explorar os pontos básicos desta técnica. Todos poderão participar, principiantes e aqueles que já têm conhecimentos para partilhar.

O projeto que propomos é a execução de uma forma modular que poderá funcionar individualmente (base para quentes, pega de cozinha, ...) ou associar-se a outras para concretizações mais ambiciosas.

Pretendemos criar um espaço, estimulante, descontraído, divertido, inter-geracional, em que se destaquem práticas de reaproveitamento, promovendo a partilha e a experimentação.

Workshop inclusivo, em que os mais experientes poderão trabalhar à sua maneira num ambiente de partilha do "saber-fazer" e os que agora experimentam encontram apoio para a execução do projeto.

Pedimos aos participantes que tragam os têxteis que irão transformar em matéria prima, tesoura, e agulhas de croché números 4 e 6.

Nota: Inscrição prévia deverá ser feita na Caseta da SARILHO na Greenfair.



12h30 – 13h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “BE MINDFUL” para adultos

Exercícios de mindfulness – atitude que permite manter uma atenção orientada para o aqui e agora; fundamental na prevenção em saúde mental.

14h00 – 15h30 | Sala C2 (*Piso 1*)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSAS SENHORAS DO BOM SUCESSO | RASTREIOS DE SAÚDE ORAL DAS CRIANÇAS

Dinamizadas por uma Higienista Oral e uma Enfermeira, as sessões incluirão atividades de promoção da saúde oral da criança com orientações às crianças e pais no sentido de boas práticas de higiene oral.

Serão abordados temas como a dentição, a escovagem e a importância da alimentação.

Serão realizados rastreios às crianças com orientação aos pais para a resolução de problemas identificados.

14h00- 16h00 | Espaço Creative Crowd (*Piso 1*)

CONFERÊNCIA DE AGRICULTURA FAMILIAR “A GERAÇÃO TERRA A TERRA”

Este ano vamos celebrar o Ano Internacional da Agricultura Familiar através de um diálogo entre diversas entidades que têm sido impulsionadoras nesta área. Vamos abordar as diferentes formas de produzir, comercializar e divulgar os produtos gerados em ambiente familiar, não só em áreas rurais mas também urbanas, e que são um importante segmento do rendimento de muitas famílias. Para além da questão económica, a agricultura familiar tem uma enorme importância na gestão dos recursos naturais e na proteção do meio ambiente. Importa também entender a evolução deste tema, identificando dificuldades e oportunidades, tendo como base a partilha de ideias que promovam um desenvolvimento mais equilibrado.

14h30 – 16h30 | Sala F1 (*Piso 2*)

RIVERGARDEN LDA | WORKSHOP DE AUTO-MAQUILHAGEM – BELLÁPIERRE: COSMÉTICA E MAQUILHAGEM ORGÂNICA

BelláPierre usa pó de Mica 100% puro, sem qualquer tipo de aditivos ou ingredientes nocivos ao organismo, tornando-a especial e diferente única. Mica pura é uma pedra que é oxidada para adquirir os tons desejados. Além de Mica, os produtos BelláPierre contêm outros minerais que protegem e alimentam a pele, resultando num filtro solar natural.

Porque as Mulheres adoram cor, mas preferem que a sua maquilhagem pareça natural, a BelláPierre ensina a tirar partido da maquilhagem 100% mineral. O que torna esta maquilhagem tão especial é a sua composição, o pó de Mica puro, sem qualquer tipo de aditivos ou ingredientes nocivos ao organismo.



No Greenfest 2014, damos a conhecer a BelláPierre em Workshops. Serão sessões de auto-maquilhagem, com a duração de 2 horas. Para partilhar um momento divertido onde aprenderá dicas e truques que vai usar todos os dias. Os produtos BelláPierre destacam-se por três fatores: saúde, diversão e preço.

Lugares limitados – necessário inscrição prévia. Envie um email para info@greenfest.pt com referência ao workshop data e hora, de forma a poder garantir o seu lugar.

14h40 - 15h20 | Espaço Story Telling (Piso 1)

DAR PALCO ÀS ARTES III

Apresentação de diversos projectos artísticos no âmbito das artes com pessoas inspiradoras que vão contar as suas histórias e projetos, e as suas paixões pelas artes.

14h40 – 15h00 | Projecto IMAGERIE - O projeto Imagerie Casa de Imagens foi fundado por Magda Fernandes e José Domingos em 2008 como um meio de partilha, pesquisa, formação e criação com foco especial em técnicas fotográficas alternativas.

A atividade da Imagerie passa ainda por um serviço educativo em parceria com municípios, escolas, centros culturais, etc., e pelo envolvimento com o voluntariado, com o intuito de expandir as oportunidades de aprendizagem para fora dos núcleos habituais, chegando a pessoas e locais tradicionalmente mais desfavorecidos.

Mantendo sempre o sentido de procura de novas formas de divulgar a fotografia através de uma interação alargada com o público, em 2012, o ateliê Imagerie criou o projeto Latas Na Cidade que tem vindo a desenvolver por todo o país.

Independentemente do seu percurso no futuro, continuará a ser um espaço em que se vive, pensa e fala de fotografia de uma forma aberta, despreziosa e sem preconceitos, de forma a ser mais um veículo de promoção de um público para a fotografia, heterogéneo, mas constante.

15h00 – 15h30 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

MARIA MARGARIDA MÜLLER | RAID KUANZA SUL

15h00 – 15h30 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “BE COOL” para famílias

Exercícios de potenciação de inteligência emocional - actividade que visa a criação de uma competência psicologicamente importante no bem-estar e desenvolvimento pessoal.



15h00 – 15h35 | Sala C1 (Piso 1)

PADRÃO DOS DESCOBRIMENTOS | PEÇA DE TEATRO “O MÉDICO DO MAR”

Todos os dias, o Doutor Sulfamida mergulha nas profundezas do oceano no seu fantástico submarino, em busca de peixes e outras criaturas marinhas em apuros: um golfinho com dores de barriga, uma sardinha com mau cheiro, uma alforreca com febre e dores nas costas...Mas, um dia, algo corre mal e o médico do mar fica muito aflito. Uma peça de teatro de luz negra baseada no conto de Leo Timmers.

Destinatários: Crianças dos 4 aos 10 anos

15h00 - 16h00 | Espaço Speakers Corner (*Piso 2*)

INSTITUTO MACRÓBIOTICO DE PORTUGAL | PALESTRA DE FENG SHUI DA ESCASSEZ E DA ABUNDÂNCIA

Já conhecido da maioria das pessoas, o feng shui é uma disciplina que nos ensina a organizar os espaços de modo a tirarmos o máximo partido dos mesmos e a experienciar uma vida em harmonia.

Esta palestra vai focar especialmente a relação do feng Shui com a escassez e abundância e de que forma podemos aumentar o fluxo energético de abundância nas nossas vidas.

15h00 – 17h00 | Espaço Kids Zone (*Piso 1*)

GET ZEN KIDS | REICLART E TRADIÇÃO SUSTENTÁVEL

Aprendizagem e construção de jogos tradicionais, recorrendo à utilização de materiais “em fim de vida”, dando-lhes um novo significado e abordando uma vertente ecológica e sustentável.

Para a realização da actividade deverá realizar a sua inscrição no dia pretendido junto do espaço Get Zen situado perto das escadas (piso 0 – centro congressos do Estoril).

15h00 – 17h00 | Sala F3 (*Piso 2*)

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE ANÁLISE BIOENERGÉTICA | WORKSHOP “DESCOBRINDO A LIGAÇÃO CORPO/MENTE – ANÁLISE BIOENERGÉTICA, UM MODELO DE PSICOTERAPIA”

Workshop vivencial para tomada de consciência do contínuo corpo/mente, através da exploração das sensações corporais, respiração, emoções associadas e processos cognitivos.

Serão propostos exercícios de respiração, grounding, expressão emocional, partilha com o grupo.

15h00 – 17h30 | Espaço Green Container (*Greenfair*)

HORTINS | WORKSHOP DE PERMACULTURA (sessão prática)

Sabemos que os grandes problemas de quem quer ter uma horta familiar, ou como gostamos de chamar, um “hortim” (horta/jardim), são o custo, o trabalho e a falta de estética.



A Permacultura ensina que com um bom planeamento e um bonito design inicial podemos superar esses problemas. Propomos um workshop com uma parte teórica onde vamos ensinar a fazer esse planeamento e design; e uma parte prática onde faremos a execução de um canteiro.

15h00 - 18h00 | Sala F2 (*Piso 2*)

EFT / TAPPING | EMOTIONAL FREEDOM – CONSULTAS INDIVIDUAIS DE AVALIAÇÃO

Está pronto para se libertar dos sentimentos que o têm estado a limitar? Descubra o EFT / TAPPING, uma técnica simples e inovadora de libertação do stress e de estados emocionais negativos.

15h30 - 16h00 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

RITMUNDO | PALESTRA “COACHING ASSISTIDO POR CAVALOS”

Criamos programas de desenvolvimento pessoal e organizacional com base numa metodologia internacional – Coaching Assistido por Cavalos.

A Inteligência Emocional tem sido reconhecida como um fator determinante no sucesso de qualquer organização. Os Cavalos são mestres nesta aprendizagem e podem ajudar-nos a tornarmo-nos mais ágis com as nossas emoções. Esta abordagem está concebida para desenvolver as 4 áreas da Inteligência Emocional: Auto-conhecimento, Controle e auto-motivação, Empatia, Competências Sociais (Relacionamentos inter-pessoais).

Nesta palestra vamos abordar o tema deste metodologia em Portugal e criar momentos de interação com o público.

16h00 - 17h00 | Espaço Creative Crowd (*Piso 1*)

ESCOLA TERRA NOVA | CRIAÇÃO DE PERSPECTIVAS PARA UMA MUDANÇA DO SISTEMA GLOBAL

Como é que o impasse da nossa civilização atual pode ser transformada para o início de uma nova cultura da vida humana na Terra? Como podemos criar um futuro sem guerra, uma sociedade baseada na confiança e na cooperação? Estas são algumas das questões que orientam a Escola Terra Nova, uma rede de grupos de aprendizagem em vários países ao redor do mundo.

O projeto é baseado na comunidade de pesquisa internacional para a paz , Tamera, no Alentejo, onde mais de 160 pessoas vivem e trabalham em um "Centro de Utopia Concreta".

O projeto Tamera trabalha há mais de 35 anos sobre as fundações sociais, ecológicas e tecnológicas para uma forma de vida profunda de não-violência e sustentabilidade. Iremos partilhar destas experiências e convidá-lo a colaborar com a rede global emergente.



16h00 – 17h30 | Sala C2 (*Piso 1*)

FNSBS – FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA DO BOM SUCESSO | RASTREIOS DE SAÚDE ORAL DAS CRIANÇAS

Dinamizadas por uma Higienista Oral e uma Enfermeira, as sessões incluirão atividades de promoção da saúde oral da criança com orientações às crianças e pais no sentido de boas práticas de higiene oral.

Serão abordados temas como a dentição, a escovagem e a importância da alimentação.

Serão realizados rastreios às crianças com orientação aos pais para a resolução de problemas identificados.

16h15 – 17h15 | Espaço Story Telling (*Piso 1*)

O COMPANHEIRO | PERCURSOS DE (EN)CANTAR

Percursos de (En)cantar é uma actividade dinamizada pelo Programa Práticas Educativas Parentais (PEP) do Gabinete de Intervenção Social (GIS) d'O Companheiro na qual são interpretadas histórias por adultos e crianças que relatam um mundo mais inclusivo e igualitário. Destinatários: Famílias

16h30 – 17h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “STRESS LESS”

Exercícios que permitem auto-regular estados emocionais negativos e obter relaxamento e auto-controlo.

17h00 – 17h35 | Sala C1 (*Piso 1*)

PADRÃO DOS DESCOBRIMENTOS | PEÇA DE TEATRO “O MÉDICO DO MAR”

Todos os dias, o Doutor Sulfamida mergulha nas profundezas do oceano no seu fantástico submarino, em busca de peixes e outras criaturas marinhas em apuros: um golfinho com dores de barriga, uma sardinha com mau cheiro, uma alforreca com febre e dores nas costas...Mas, um dia, algo corre mal e o médico do mar fica muito aflito. Uma peça de teatro de luz negra baseada no conto de Leo Timmers.

Destinatários: Crianças dos 4 aos 10 anos

17h00 – 18h00 | Espaço Networking Lounge (*Piso 2*)

CONVERSAS OUT OF THE BOTTLE | À CONVERSA COM ANTÓNIO GONZALEZ – AS LIGAÇÕES ENTRE AS ARTES E A PSICOLOGIA NO PERCURSO EMPREENDEDOR

Estas conversas são uma oportunidade para os visitantes poderem alargar a sua rede de contatos e contatarem de perto com empreendedores, que são uma inspiração e um exemplo nas suas áreas de negócio. Diz o povo que à mesa se fazem bons negócios e com esta ação queremos misturar a sabedoria popular com o espírito empreendedor.

São conversas descontraídas e informais acompanhadas de um copo de vinho, um desinibidor por excelência, no espaço nobre de networking do Greenfest. Uma oportunidade para estar cara a cara com



personalidades de referência que estarão acessíveis para partilhar consigo os seus desafios. Vai perder esta oportunidade?

António Gonzalez atualmente colabora com o grupo de teatro do GIRA e com a Operação Nariz Vermelho. Venham conhecer o cativante António Gonzalez e perceber como a arte e a psicologia podem fazer a diferença no mundo em que vivemos!

17h30 – 18h00 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “BE CREATIVE” *para famílias*

Exercícios de estímulo à criatividade.

19h00 – 19h30 | Espaço Oficina de Psicologia (*Piso 1*)

ATIVIDADE “TAKE CARE” *para adultos*

Controlo alimentar, higiene de sono, exercício físico, estilo de vida.