

## Férias na Natureza 2024

**Datas – 5 a 11 de Setembro 2024**

**Preço:** Variável entre 25€ (dia) e 127€

**Inscrições** até 2 de Setembro por email: [geral@kevolution.org](mailto:geral@kevolution.org) ou [formaçãocomunidade@cm-palmela.pt](mailto:formaçãocomunidade@cm-palmela.pt)

Descontos 10% para sócios da Associação K-Evolution

**Info:** [geral@kevolution.org](mailto:geral@kevolution.org)

### Conceção e produção de Projeto

Alexandra Silva, Patrícia Gomes ([Associação The K-Evolution](#)) e Sandra Cordeiro (Formação Comunidade, CM Palmela).

Workshops e Temas	Calendarização	Duração	Facilitadores
<b>Manhã</b> Caminhada consciente na Natureza	05/09/2024 <b>5ª feira</b>	2H	Alexandra Silva
<b>Tarde</b> Impressão e personalização em tecido		2H	Sónia Castro
<b>Tarde</b> Brincadeira livre/Dinâmicas de grupo		2H	Animadoras Culturais
<b>Manhã</b> Tintas Naturais - Descobrir As Cores Da Natureza	06/09/2024 <b>6ª feira</b>	2 H	Rivis Ferreira
<b>Tarde</b> Aventuras na Floresta com <a href="#">Meu nome? WWW</a>		2 H	Jacqueline Santos
<b>Tarde</b> Brincadeira livre/Dinâmicas de grupo		2H	Animadoras Culturais
<b>Manhã</b> Meditação e atividades de Alimentação Consciente	9/09/2024 <b>2ªfeira</b>	2 H	Inês Mateus
<b>Tarde</b> Ilustração e recortes		2 H	Isaura Pinto
<b>Tarde</b> Brincadeira livre/Dinâmicas de grupo		2H	Animadoras Culturais
<b>Manhã</b> Atividade prática de Plantação	10/09/2024 <b>3ªfeira</b>	2H	Grupo das Plantas: Vítor Margarido e Equipa de Jardinagem Municipal
<b>Tarde</b> Desenho de plantas		2H	Isolina Jarro
<b>Tarde</b> Brincadeira livre/Dinâmicas de grupo		2H	Animadoras Culturais
Visita à Casa da Cerca em Almada	11/09/2024 <b>4ª feira</b>	Dia inteiro	Visita ao Jardim Botânico, Chão das Artes atividade: visita desenhada do jardim

## **FACILITADORES**

### **Alexandra Silva**

Alexandra é atualmente Presidente da [Associação THE K-Evolution](#). Guia certificada de Banhos de floresta e [Terapia da floresta](#) pelo [Forest Therapy Hub](#). Promotora de Ações de Educação para o Desenvolvimento Sustentável dentro da Associação The K-Evolution.

### **Rivis Ferreira**

Gestora de Marketing e Projetos na Biovilla Sustentabilidade, onde participa ativamente na defesa do turismo de natureza sustentável e regenerativo. Apaixonada pela Natureza e Sustentabilidade, comprometida com práticas ecológicas, por isso criou a [Panopono](#).

### **Jacqueline Santos**

Licenciada em Química e responsável pela área de formação das plantas naturais e cosmética natural na Biovilla Sustentabilidade.

### **Sónia Castro**

Para a artesã a criatividade surge do improviso e das matérias primas em si. Desde criança que a imaginação a tem levado a trabalhar com tecidos, madeiras, barro e tantos outros materiais, dedicando-se de momento à personalização e upcycle de vestuário.

### **Vitor Margarido**

Formado em Química, Meio Ambiente e Segurança no Trabalho. Trabalhou na Siderurgia Nacional mais de 30 anos, foi ainda professor no Ensino Público e trabalhou na Segurança Ocupacional. Na aposentação cultivou novos conhecimentos, talvez por um apelo premonitório da ancestralidade: ambos os ramos da sua família viviam da agricultura. Membro do Grupo das Plantas.

### **Isaura Pinto/ Ervilha Maravilha**

Licenciada em Educação de Infância desde 1995 e artista plástica desde que as mãos seguram tesouras e lápis, desenvolve projetos de ilustração e colagem utilizando uma variedade de matérias que passam por papéis/ cartão, livros antigos, revistas, aguarelas, acrílicos e elementos recolhidos na natureza.

### **Maria Isolina Jarro**

Trabalha na promoção da leitura e da cultura há décadas, primeiro como professora depois trabalhando com grupos diversos. Literatura, cinema e artes plásticas são as áreas teóricas e práticas da sua vida. Faz parte da equipa da Biblioteca Municipal de Palmela e do Grupo das Plantas.

### **Inês Mateus**

É professora da Kundalini Yoga. Fundou [ConscienteMente](#), projeto dedicado à alimentação Vegan, sem glúten e sem adição de açúcares, que promove um estilo de vida saudável e sustentável. Inspira mudanças conscientes na alimentação através de experiências culinárias educativas e deliciosas.

## **ANIMADORAS SOCIO-CULTURAIS**

Mariana Antunes, Clara Sprung