



ATIVIDADES PARA FAMÍLIAS,
CONFERÊNCIAS, TERTÚLIAS,
WORKSHOPS, SHOWCOOKING,
ESPETÁCULOS, SAÚDE E
BEM-ESTAR

17 > 20 OUTUBRO

GREENFEST
UNIVERSIDADE NOVA
DE CARCAVELOS

www.greenfest.pt
f /greenfestportugal
Descobre mais na App



Greenfest
CASCAIS

O GREENFEST REGRESSA
EM OUTUBRO COM UMA
NOVA CASA!



17 QUINTA-FEIRA

- 10h00-18h00** PROGRAMAÇÃO ESCOLAS (diversas actividades pedagógicas) – para mais informação consulte o website do Greenfest
- 10h00-12h00** Conferência Inaugural seguida de visita ao recinto
- 10h00-13h00** Oceanário de Lisboa "Planeta Oceano"
- 10h00-17h00** Aquaquiz | ADP – prémios para conhecimento sobre a água
- 10h00-17h00** Ecojogos Galp – "Dá a tua energia pelo planeta"
- 11h00-12h00** Silvia Nevjinsky "Mova-se mesmo Sentado"
- 14h00-14h45** TheCookLabProject ShowCooking
- 15h00-16h00** Zero Plástico – "Oficina Quando a T-Shirt se Transforma em Saco"
- 15h00-17h00** Rita Pelica – Brincar (a sério) com a Sustentabilidade! Uma (des)construção com LEGO® SERIOUS PLAY®.
- 15h15-16h00** Vitacress – ShowCooking
- 15h15-16h15** I.C.Sociais Observa – Talk
- 15h30-16h15** The Cook Lab Project – Palestra
- 16h30-19h00** Câmara Municipal de Cascais – Apresentação do Programa de Educação e Sensibilização Ambiental de Cascais
- 16h00-19h00** Sandra Brito – Quick massage
- 16h15-17h00** Daniela Ricardo ShowCooking
- 17h00-18h30** CCOceano Conferência
- 17h00-19h30** Câmara Municipal de Cascais – Encontro Anual de Tutores do Bairro
- 18h00-18h45** MIKAELA OVEN – Palestra "Educar com Mindfulness"



19 SÁBADO

- 10h00-19h00** JOYSOUND – Terapia de Som (sessões individuais)
- 10h00-10h50** Natur-Nutri GenewYou – "Nutrientes, vitaminas e compostos bioativos que melhoram a sua expressão genética"
- 10h00-17h00** Aquaquiz | ADP – prémios para conhecimento sobre a água
- 10h00-17h00** Ecojogos Galp – "Dá a tua energia pelo planeta"
- 11h00-12h00** Instituto de Macrobiótica de Portugal – "Palestra – Tema a definir"
- 11h00-13h00** Paula Ribeiro – Workshop Mediação Familiar
- 11h15-12h00** Movimento 1% "Workshop "Tenho um mundo dentro de mim"
- 11h15-12h00** Liquid Teresa Barata ShowCooking
- 11h45-13h00** Peça de Teatro da Companhia 21 em Cena "A Última Lição"
- 12h00-13h15** Zero Waste Youth – Oficina de compostagem
- 12h30-13h15** Instituto de Macrobiótica de Portugal – ShowCooking
- 13h30-14h15** Chef Duarte ShowCooking
- 14h00-15h00** Lilly Rahy – Espaço A.Dô.Lê
- 14h30-15h30** BOSCH – Workshop com Nutricionista Catarina Lopes – ShowCooking
- 14h45-15h30** Calixto Suarez – Talk "O Planeta Água"
- 15h00-15h50** GenewYou – Conferência "O poder da Epigenética na nossa saúde"
- 15h00-16h00** A minimalista – Palestra "Zero Waste, Full Life – Consumo Consciente e Combate ao Desperdício"
- 15h00-16h00** Sofia Loureiro – Masterclass "Pilares da Saúde e Bem-Estar"
- 15h30-16h45** Wholly Joana – Aula de Yoga: Hatha Yoga
- 15h45-16h45** Movimento 1% – Palestra "Educação das emoções"
- 16h00-17h00** A minimalista – Masterclass "Criar e Gerir uma Empresa Eco-lógica"
- 16h00-17h00** BOSCH – Workshop "No Waste" com Chef Kiko – ShowCooking
- 16h00-17h00** Nicole Berndt – Palestra Casa sem Lixo
- 16h00-17h15** Luís Martins Simões – Palestra "Viver a Espiritualidade na Matéria"
- 16h00-17h30** Rodrigo Maia Loureiro e Rita Sambado – Palestra "Como ser mestre nas 7 áreas da vida"
- 16h30-18h00** Fernanda Botelho – Palestra "Importância das plantas silvestres"
- 17h00-18h00** Fábrica de StartUps – António Lucena de Faria "Como Ser Empreendedor estando a trabalhar"
- 17h00-18h00** Wholly Joana – Sessão de Pranayama e Meditação: Pranayama e Meditação
- 17h30-18h30** Lilly Rahy – Recrie a sua vida – Palestra "Eu.Empreendedor: Como empreender seu negócio do zero, através do seu autoconhecimento"
- 17h30-18h30** Daniela Ricardo Showcooking
- 17h30-18h45** Mesa redonda "Lixo Zero"
- 17h45** Concerto com Rodrigo Maia Loureiro
- 17h45-19h00** Alexandre Saldanha da Gama – Palestra "Feng Shui – A Casa como um espelho da Vida"
- 18h00-19h00** GenewYou – Treino Funcional
- 18h00-19h00** Sandra Brito – Mindfulness walk
- 18h00-19h00** Marta Leite de Castro "Empreendedorismo no Feminino"
- 19h00-19h45** Unilever ShowCooking
- 19h00-20h00** Concerto com Mariana Root



18 SEXTA-FEIRA

- 10h00-18h00** PROGRAMAÇÃO ESCOLAS (diversas actividades pedagógicas) – para mais informação consulte o website do Greenfest
- 10h00-13h00** Paula Ribeiro – Workshop para professores – Mediação de conflitos
- 10h00-13h00** Willis Towers Watson Conferência
- 10h00-18h00** Oceanário de Lisboa "Planeta Oceano"
- 10h00-17h00** Aquaquiz | ADP – prémios para conhecimento sobre a água
- 10h00-17h00** Ecojogos Galp – "Dá a tua energia pelo planeta"
- 10h30-11h30** Conferência "Os ODS e o desafio da agricultura" (BGI & OIKOS)
- 11h00-12h00** GRACE – "Conhece e vive os ODS!"
- 12h00-13h00** Nutrimeio – Show Cooking "Dieta Mediterranea"
- 14h00-14h45** Liquid Teresa Barata ShowCooking
- 15h15-16h00** Vitacress ShowCooking
- 15h15-16h15** I.C.Sociais – Observa
- 16h00-17h00** Fábrica de StartUps – António Lucena de Faria | Como ser Empreendedor enquanto estudante
- 16h00-19h00** Sandra Brito – Quick massage
- 16h30-17h15** Chef Duarte ShowCooking
- 17h00-18h00** GTRENDS "8 Tendências com forte impacto no nosso futuro"
- 17h30-18h30** Daniela Ricardo ShowCooking
- 18h00-20h00** PWN – Conversas à solta



20 DOMINGO

- 10h00-17h00** Aquaquiz | ADP – prémios para conhecimento sobre a água
- 10h00-17h00** Ecojogos Galp – "Dá a tua energia pelo planeta"
- 10h30-11h30** Wholly Joana – Sessão de Pranayama e Meditação: Pranayama e Meditação
- 11h00-12h00** Movimento 1% – Palestra "Cidadania Consciente"
- 11h00-12h30** GenewYou – Aula de Pilates
- 11h00-13h00** Fernanda Botelho – Workshop "plantas comestíveis"
- 11h30-12h00** Too Good To Go – Apresentação de projecto
- 11h45-13h00** Wholly Joana – Aula de Yoga: Hatha Yoga
- 12h00-12h30** Joana Cunha, Fair Bazaar talk "The Zebra movement?"
- 14h00-18h00** ABAE com ECO FREGUESIAS
- 14h15-15h00** Zachy Santos – Apresentação de projecto
- 14h30-15h00** Nuno Matos Cabral – Apresentação de projecto
- 15h00-15h30** Sandra Brito – Apresentação Reflexologia
- 15h00-16h00** Maria Granel – Palestra "Uma vida com menos desperdício – como os pequenos gestos contam"
- 15h00-16h30** Feng Shui Taoing – Workshop "Espaços de trabalho + Feng Shui = Maior Produtividade"
- 15h15-15h45** Paula Perfeito "Comunicar é Poder"
- 15h30-18h00** JOYSOUND – Terapia de Som (sessão de grupo)
- 16h00-17h00** I.C.Sociais Observa – Talk
- 16h00-17h00** Lilly Rahy – Recrie a sua vida – Palestra "Felicidade é decisão... e aprendizado"
- 16h00-17h00** BOSCH | Workshop de Cozinha Vegetariana com Gabriela Oliveira
- 16h30-17h30** Fresh Wellness – Palestra "Sobre Ayurveda para uma Vida Sustentável"
- 16h30-17h30** Mesa Redonda "Novas tendências de consumo e novos consumidores"
- 17h00-19h00** Centro de Astrologia Tradicional e Moderna – Palestra
- 17h15-18h15** Sandra Coias – Apresentação de Projecto "Páginas Verdes"
- 17h45-18h15** Escola ACT – Workshop "Técnica de Improviso"
- 18h30-20h00** Concerto com Patrícia Vasconcelos

