



Kit de ferramentas GREEN-TECH

Código do projeto: 2022-1-IT01-KA220-VET-000088750



Co-funded by
the European Union

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e opiniões expressos são, no entanto, os do apenas autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da União Europeia Agência de Execução relativa à Educação e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizados por eles.

Índice

- A. O que é
- B. Fundamentação inspiradora
- C. Como usar o kit de ferramentas
- C. De treinador a treinador de infusão de tecnologia verde
 - 1. Infusão de tecnologia verde
 - 1.1. O que é a infusão tecnológica?
 - 1.2 O que é a infusão de tecnologia verde?
 - 2. Coaching de equipas transformacionais
 - 2.1- Porquê adotar esta abordagem?
 - 2.2 O que é coaching?
 - 2.3 O que faz exatamente um Coach?
 - 3. Identikit do treinador de infusão green-tech
 - 4. A caixa de ferramentas do treinador de infusão de tecnologia verde
- E. Ser um agente da transição gémea
 - 1. O instrumento do turismo circular
 - 1.1 As ferramentas recomendadas
 - 1.2 Orientações operacionais para a utilização da Ferramenta do Turismo Circular
 - 2. Start Lab: inspiração, ativação e reflexão
 - 3. Ferramentas digitais para inovar a gama de produtos/serviços turísticos de forma sustentável
- F. Start-App
 - 1. Registo
 - 2. Interface do painel
 - 3. Criação de conteúdos
 - 3.1 Categorias

4. Preenchimento do campo de descrição do texto/conteúdo

5. Inserção de conteúdos de plataformas externas

5.1 O MEU WEBAR

5.2 ROAMING AROUND

5.3 VIAGENS RODOVIÁRIAS

5.4 T MATIC

5.5 LOQUIS EFRAME

6. Publicação do conteúdo

7. Inserção descrição do conteúdo

8. Inserção e gestão da IA

8.1 Exemplo de procedimento

8.2 Exemplo de nomenclatura

8.3 Upload do arquivo pdf na plataforma AI

8.4 Carregando o arquivo pdf no painel Iniciar

9. Criação do perfil da empresa - compilação da ficha técnica da empresa

9.1 Acesso das empresas ao painel

9.2 Criação de eventos

10. Transfira a aplicação

G. Anexos

1. Preparação para a dupla transição: modelo para conceber novos produtos/serviços digitais sustentáveis

2. Lista de tarefas pendentes

3. Como avaliar novos produtos/serviços digitais sustentáveis

H. Referências



**“Cada gota no
oceano conta.”**

YOKO ONO

A. O que é

Trata-se de um manual metodológico sobre coaching de equipas transformacionais e infusão de tecnologias verdes, acompanhado de ferramentas didáticas e ferramentas operacionais (Circular Tourism Tool), para permitir que os formadores/consultores evoluam para o papel do Coach de infusão de tecnologia verde, de forma a orientar os trabalhadores do turismo:

- na realização de uma análise do estado em que se encontra para a transformação circular da sua ação profissional, infundindo inovação digital e verde em modelos de negócio, processos e práticas;
- na conceção e implementação "in vitro" de soluções digitais para inovar, nos seus próprios contextos organizacionais, a gama de produtos/serviços turísticos oferecidos de forma sustentável (START Lab).

B. Fundamentação inspiradora

Você quer andar ou ser você mesmo a onda de mudança?

Cada gota conta no vasto oceano de mudança organizacional, onde cada indivíduo desempenha um papel crucial no seu fluxo incessante.

O conjunto de ferramentas Green-Tech desenvolvido pelo projeto START coloca as pessoas no centro, alimentando uma onda de transformação impulsionada pela sensibilidade, consciência e cultura ambiental e digital. Esta onda investe todos os níveis da organização, criando um impacto duradouro e profundo.

A introdução de novos procedimentos ou tecnologias sem o envolvimento e a compreensão das pessoas pode comprometer a eficácia da mudança.

C. Como usar o kit de ferramentas

O conjunto de ferramentas está dividido em duas secções, uma metodológica e outra operacional, denominadas, respetivamente:

1. **De formador a coach de infusão de tecnologia verde:** contendo as referências metodológicas de infusão de tecnologia verde e coaching de equipe que permitirão que você evolua de treinador/consultor para agente de mudança da transição gêmea. Nesta secção, encontrará metodologias e ferramentas para apoiar as pessoas e os contextos organizacionais em processos de transição ascendentes, digitais e verdes, superando resistências e obstáculos. Transponha o modelo e treine para se tornar um treinador de infusão Green-Tech.

2. **Ser um agente da transição dupla:** conter ferramentas úteis para traduzir as metodologias aprendidas em ações concretas, a fim de orientar operacionalmente as equipas na transição de um modelo de negócio linear para um modelo de negócio circular através do desenvolvimento de consciência, comportamento e abordagens verdes. A partir da definição do modelo START Lab, a secção irá guiá-lo através das suas várias etapas de inspiração, ativação e reflexão para levar os trabalhadores a:

- repensar o comportamento pessoal e organizacional utilizando a **Ferramenta de Turismo Circular**;
- gerar ideias sustentáveis utilizando o **Modelo para conceber novos produtos/serviços digitais sustentáveis**;
- desenvolver soluções digitais para inovar a gama de
- serviços/produtos oferecidos utilizando as **fichas técnicas das ferramentas digitais sugeridas**.

Estes produtos serão incluídos numa aplicação inovadora - START App, fornecida pela CONFORM S.c.a.r.l. e concebida como um ecossistema de empresas e itinerários turísticos para descobrir territórios europeus. Graças ao manual de instruções fornecido, poderá apoiar os trabalhadores na implementação da página dedicada à sua empresa e na criação de novos itinerários

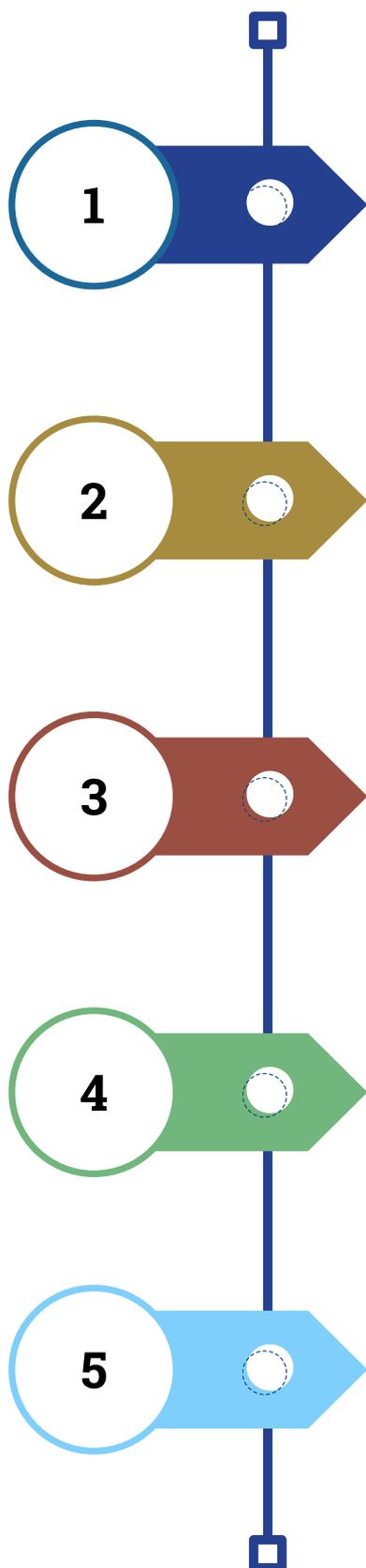
D. De formador a COACH de infusão Green Tech

1. INFUSÃO DE TECNOLOGIA VERDE

1.1 O que é a infusão tecnológica?

A infusão tecnológica é uma estratégia integradora que vai além da simples aquisição de novas tecnologias; Envolve a integração abrangente de ferramentas digitais avançadas em todos os aspetos das operações e da cultura de uma organização. Essa abordagem requer um envolvimento holístico de todos os componentes organizacionais – pessoas, processos e tecnologia – para impulsionar a inovação e aumentar a eficiência e a eficácia operacionais, aumentando a competitividade e a lucratividade. O conceito de infusão tecnológica está profundamente enraizado nas discussões sobre comportamento organizacional e pesquisa de sistemas de informação. Estes campos afirmam que os benefícios derivados dos investimentos em tecnologia são fortemente influenciados

fatores humanos (Orlikowski, 2000; DeSanctis & Poole, 1994). De acordo com estes estudos, todo o potencial da tecnologia só é realizado quando está perfeitamente integrada nas operações diárias e tem um forte apoio da força de trabalho da organização. Para as PME do turismo, que muitas vezes operam com recursos limitados, a infusão estratégica de tecnologia representa uma oportunidade transformadora significativa. Não só aumenta a competitividade, mas também simplifica as operações e eleva o envolvimento do cliente. Ao adotarem uma abordagem ponderada à integração tecnológica, estas empresas podem desbloquear um crescimento e eficiência substanciais, posicionando-se mais favoravelmente no competitivo mercado do turismo.



Melhor envolvimento e experiência do cliente

Ferramentas digitais como sistemas de CRM, aplicativos móveis, visitas virtuais e IA Os chatbots orientados podem melhorar a experiência do cliente, fornecendo serviços personalizados e envolvimento dos clientes de formas únicas (Neuhofer et al., 2015). Estas tecnologias podem ajudar as PME a construir relações mais fortes com os clientes, cruciais para a diferenciação numa mercado competitivo.

Eficiência Operacional

As ferramentas tecnológicas podem agilizar vários aspetos do negócio operações como reservas, gestão de inventário e clientes serviço. A automação desses processos pode reduzir significativamente custos e melhorar a eficiência, que é vital para a sobrevivência e crescimento das PME (Law et al., 2014).

Marketing e Visibilidade

Através da tecnologia, nomeadamente das ferramentas de marketing digital e plataformas como redes sociais e otimização para motores de busca (SEO), as PME podem melhorar a sua visibilidade e alcançar um público global sem orçamentos substanciais (Leung et al., 2013)

Tomada de decisão baseada em dados

Ferramentas avançadas de análise e business intelligence permitem às PME Tome decisões informadas com base em dados e não na intuição. Isto pode levar a um melhor planeamento estratégico, marketing e gestão de recursos (Koo et al., 2016).

Sustentabilidade e Eco-friendly

A adoção tecnológica também pode promover práticas sustentáveis: reduzir o desperdício de recursos e aumentar a eficiência energética. Isto é cada vez mais importante, uma vez que tanto os consumidores como as entidades reguladoras são promover práticas comerciais respeitadoras do ambiente (Tussyadiah, 2020).

Quando efetivamente implementado, Infusão tecnológica revoluciona as operações, a cultura, e o envolvimento das partes interessadas no âmbito do PME do turismo. Eleva competitividade através do reforço da competitividade envolvimento do cliente, melhorando eficiências operacionais, e refinar o marketing estratégico. O essência da tecnologia de sucesso A infusão encontra-se na sua integração – incorporação de pessoas, processos e tecnologias – para gerar um efeito sinérgico que estimula a inovação e o crescimento.

Para as PME do turismo, a infusão vai além da simples instalação de novos sistemas ou software; precisa de uma revisão estratégica de processos e cliente interações. Este método não só aumenta a eficiência e eficácia das operações, mas também valoriza significativamente o cliente experiência. Consequentemente, este reforça a fidelização dos clientes e alimenta o crescimento dos negócios. Assim, o Adoção e integração completa da tecnologia formam um Pilar para o Sustentável desenvolvimento e competitividade vantagem das PME do turismo na mercado global.



1.2 O que é a infusão de tecnologia verde?

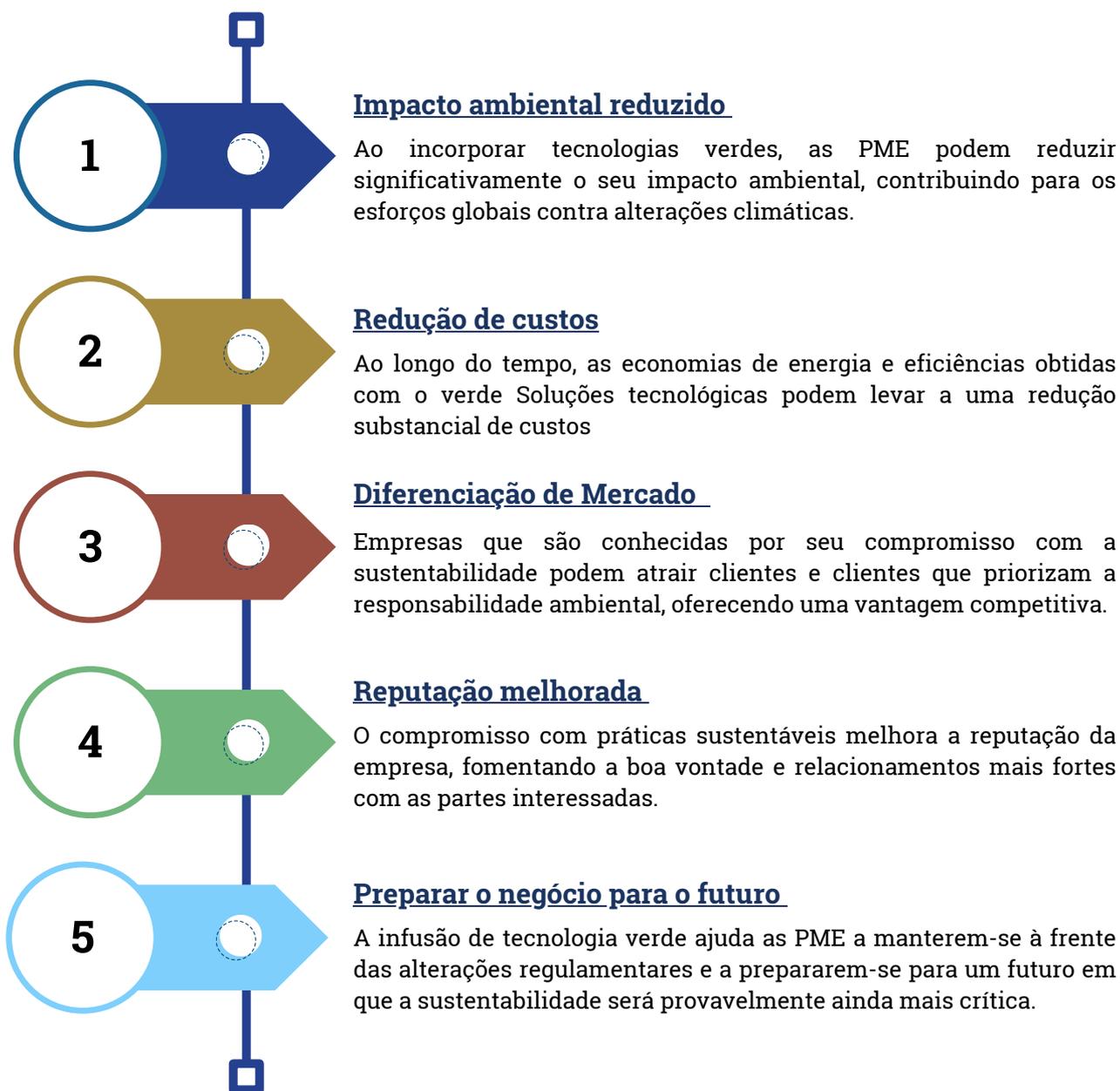
A infusão de tecnologia verde refere-se à integração estratégica de tecnologias amigas do ambiente nas operações e práticas principais das pequenas e médias empresas (PME). Esta abordagem enfatiza uma adoção suave e incremental de tecnologias verdes que se alinham com os avanços digitais, garantindo que a sustentabilidade continue a ser um foco fundamental.

O conceito de infusão de tecnologia verde baseia-se nos princípios do desenvolvimento sustentável e da transformação digital das empresas, com o objetivo de criar uma sinergia que melhore tanto a gestão ambiental como a eficiência operacional.

Entre os principais aspetos da infusão de tecnologia verde, devem ser considerados:

- **Adoção incremental:** defende uma implementação gradual, permitindo que as PMEs se adaptem sem interrupções significativas (Robinson, 2012). Esta abordagem faseada ajuda as organizações a gerir o processo de mudança de forma mais eficaz.
- **Alavancagem de Habilidades Existentes:** Baseia-se nas competências existentes dentro das empresas, facilitando transições mais suaves e maior aceitação entre os funcionários (Jabbour e Santos, 2008). Esta utilização dos recursos internos é fundamental para uma integração tecnológica eficaz.
- **Foco na sustentabilidade:** Enfatiza a adoção de tecnologias que melhorem a eficiência energética, reduzam as pegadas de carbono e minimizem o desperdício, como painéis solares e aparelhos energeticamente eficientes (Zhang et al., 2013). Este foco está alinhado com os objetivos globais de sustentabilidade.
- **Transformação Digital:** Central para a infusão de tecnologia verde, o uso de ferramentas digitais para agilizar as operações apoia as metas de sustentabilidade, reduzindo o uso de recursos e o desperdício (Chou e Chou, 2020). As tecnologias digitais desempenham um papel fundamental nas estratégias modernas de gestão ambiental.
- **Engajamento das partes interessadas:** A implementação eficaz requer o envolvimento de todas as partes interessadas, incluindo funcionários, clientes, fornecedores e a comunidade (Freeman, 2010). O envolvimento desses grupos garante esforços abrangentes e sustentados em direção à sustentabilidade.
- **Conformidade regulatória e incentivos:** Navegar pelas regulamentações ambientais é crucial, a conformidade pode fornecer acesso a subsídios, incentivos fiscais e subsídios (Porter e van der Linde, 1995). Compreender e aderir a essas regulamentações é essencial para alavancar vantagens financeiras e competitivas.

A infusão de tecnologia verde traz inúmeros benefícios para as organizações, particularmente para as pequenas e médias empresas (PME), ao integrar tecnologias amigas do ambiente nas suas operações. Esta estratégia não só ajuda a alcançar os objetivos de sustentabilidade, mas também melhora o desempenho geral do negócio. Entre os seus principais benefícios



Assim, a infusão de tecnologia verde não se limita à adoção de tecnologia; Trata-se de transformar empresas em entidades proativas e sustentáveis que aproveitem os avanços digitais para obter benefícios ambientais e econômicos. Esta abordagem estratégica ajuda as PME a transitar para os novos domínios da eficiência digital e ecológica, garantindo que permanecem competitivas e responsáveis num mercado cada vez mais digital e ambientalmente consciente.

2. COACHING DE EQUIPAS TRANSFORMACIONAIS

2.1 Porquê adotar esta abordagem?

Consistente com a lógica inspiradora do Green-Tech Toolkit, que coloca o indivíduo no centro de um processo de mudança motivado e consciente para a transição gêmea, o coaching foi considerado um veículo eficiente para orientar indivíduos e grupos a mudar em contextos sem estruturas hierárquicas.

Esta abordagem permite que os utilizadores acompanhem os trabalhadores do turismo que participam nos **START Labs** na aquisição não só de competências técnicas sobre desempenho sustentável e transformação digital, mas também de competências que lhes permitirão ativar colegas e empresas para a transformação do negócio. O coaching de equipas transformacionais é um método que acompanha a geração de novas interpretações da realidade e aprendizagens úteis para possibilitar as ações mais adequadas na produção dos resultados esperados, ou seja, para evoluir o mindset e modus operandi do aluno de linear para circular e de tradicional para digital.

2.2 O que é coaching?

Os autocarros referem-se normalmente a carruagens que transferem pessoas e mercadorias de um local para outro.

Bem, este também é o significado de um treinador dentro do nosso contexto. Espera-se que os treinadores transfiram as suas equipas – colegas de uma situação para outra. De uma situação indiferente, em termos de desempenho sustentável e digital, para outra, onde o indivíduo está consciente e crítico vs desempenho tradicional, revendo assim a sua própria prática para uma mais sustentável e digital.

Além disso, os coaches não são vistos como guias ou instrutores, mas muito mais como geradores e ativadores, ajudando os participantes do laboratório a agir de forma autónoma e introduzir mudanças por si mesmos, através de **questionamentos** e permitindo que as equipas e indivíduos identifiquem lacunas em suas habilidades ou conhecimentos e planejem e apoiem a criação de seus próprios objetivos, ideias e conclusões.

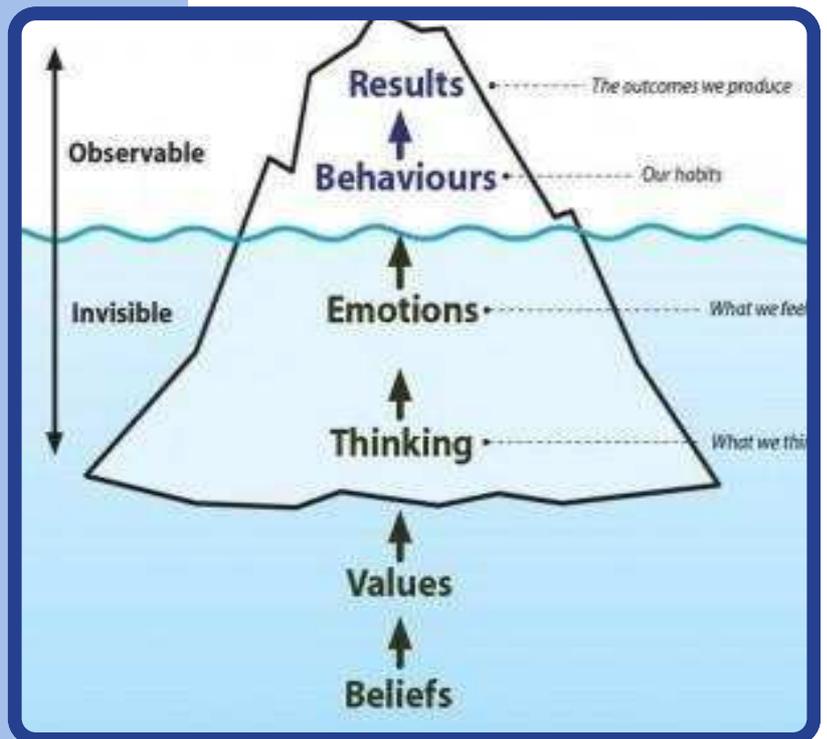
**"A verdade, como o
ouro, não deve ser
obtida pelo seu
crescimento, mas
lavando dele tudo o que
não é ouro"**

LEO TOLSTOI

Para a **KEITHSON And PARTNERS**, o objetivo do coaching é "**desbloquear**" o potencial das pessoas ou obter o desempenho desejado, liberando o potencial de interferências indesejadas. Interferências indesejadas devem ser, neste caso, percepções irracionais bloqueando o desdobramento das forças dos indivíduos.

Para ajudar as pessoas a entender isso, você pode usar a metáfora do Iceberg.

A ponta visível de um iceberg representa o que os outros veem, enquanto a grande maioria está abaixo da superfície. Esta metáfora pode lembrar as pessoas de que há mais do que parece, incluindo potencial oculto e pontos fortes inexplorados.



Em vez disso, **W. Timothy Gallwey** (The Inner Game of Work, 2000) descreve a fórmula do jogo interior para libertar o seu potencial como:

DESEMPENHO = POTENCIAL – INTERFERÊNCIA

Mas quais são as **INTERFERÊNCIAS**? São as "**Histórias**" que contamos a nós mesmos. Existem muitos tipos diferentes. Vamos dar uma olhada em alguns que você provavelmente disse ou pensou.

"Histórias que contamos a nós próprios"

"Toda a gente confia sempre em mim porque sou responsável e porque não são autónomos"

"Sou uma pessoa acomodada. É por isso que os outros se aproveitam de mim"

"Eu tentei tudo o que era possível. Se não vejo alternativa, é porque não há"

"Das histórias aos pensamentos limitantes"

"É assim que eu sou"

"Não posso... E acho que nunca o farei"

"É inútil..."

"Das histórias a... o preconceito"

"Eles não vão mudar de qualquer maneira"

"Enchem a boca de palavras bonitas, mas..."

"Se ele diz isso, significa isso."

As histórias são resultado do **viés cognitivo**, que é um padrão sistemático de desvio da norma ou racionalidade no julgamento. Os indivíduos criam sua própria "realidade subjetiva" a partir de sua percepção do input. A construção da realidade por um indivíduo, e não o input objetivo, pode ditar o seu comportamento no mundo. Assim, vieses cognitivos às vezes podem levar a distorção perceptiva, julgamento impreciso, interpretação ilógica e irracionalidade (Kahneman D, Frederick S, 2002).

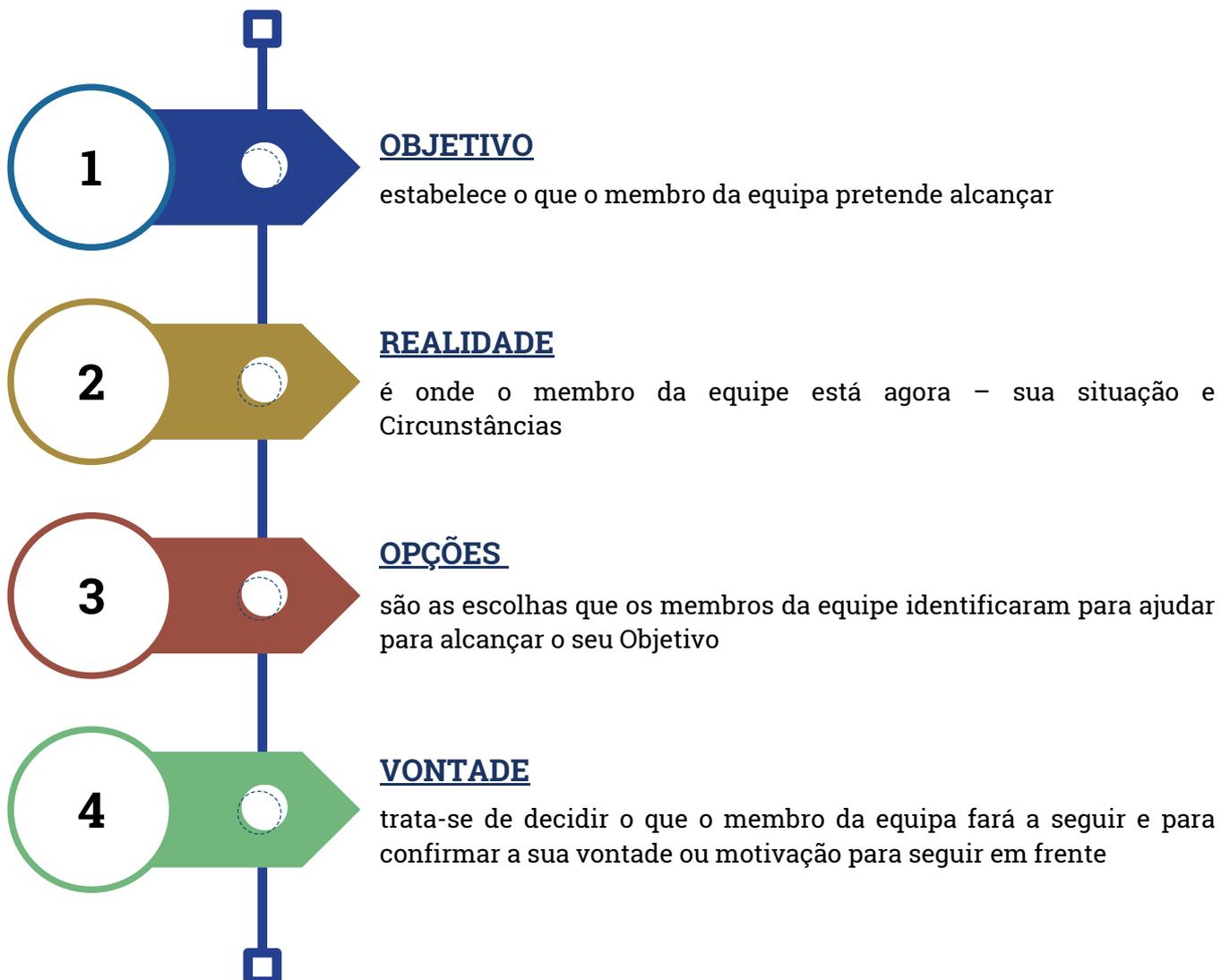
Num cenário ideal, **o Coach conduz o Coachee do problema ao objetivo, do "devo" ao "quero", da "necessidade" ao "desejo"**. Com a ajuda do Coach, o Coachee move-se e conduz à ação e entra numa lógica de possibilidades (Whitmore J., 2017).

2.3 O que faz exatamente um Coach?

O coaching é orientado para o desempenho, no entanto, foca-se em mudar a mentalidade do coachee para que este mude o seu comportamento. Neste contexto, o que o treinador faz é:

- Facilitar a descoberta e esclarecimento dos objetivos que o coachee quer alcançar
- Acompanhar o coachee na descoberta dos seus objetivos
- Ajuda o coachee a conceber soluções, deixando total autonomia e responsabilidade ao coachee.

Como? Utilizando uma série de ferramentas e modelos como o Modelo GROW (Alexander G., 2016) que consiste em quatro fases:



Para passar de uma fase para outra, o treinador utiliza:

Fase

01

ESPETACULARES PERGUNTAS

O objetivo do coaching NÃO é DIZER aos membros da equipa, mas ajudá-los a refletir sobre desafios e problemas e ajudá-los a decidir como prosseguir com os desafios que eles precisam resolver. Ser capaz de fazer perguntas incríveis é uma competência essencial para os coaches.

Fase

02

ESCUITA ATIVA

Tendo feito perguntas incríveis, você precisa ativamente ouvir a resposta. Isto significa não apenas ouvir o que foi dito, mas como foi dito e o significado «oculto» e contexto da resposta. Audição ativa envolve mais do que simplesmente ouvir; envolve demonstrar o seu interesse e que valoriza as ideias e comentários dos membros da equipa.

Fase

03

CONSTRUIR RELACIONAMENTO

Para ser eficaz como coach, você precisa desenvolver e construir um forte relacionamento com os membros da equipa. Isto implica construir confiança e respeito usando uma série de técnicas e habilidades, incluindo "matching". Quanto mais forte for o relacionamento que você tem com os membros da equipa, mais desafiador você pode ser durante as sessões de coaching.

Fase

04

OPINIÃO

Todos nós precisamos de feedback sobre como estamos e sobre desafios que nos estão fazendo. Feedback entregue de forma positiva e construtiva. Ser capaz de pedir feedback pode aumentar a confiança. Perguntas incríveis são essenciais para a autoestima e a motivação. Entregue de forma errada, o feedback pode ter o impacto oposto, resultando num fraco desempenho e numa quebra na relação entre si e os membros da sua equipa.

Nas páginas seguintes, você encontrará as perguntas usadas no modelo Grow e uma visão geral de algumas ferramentas básicas para usá-las durante o START Labs.

3. IDENTIKIT DO COACH EM INFUSÃO DE TECNOLOGIA VERDE

O Green-Tech Infusion Coach é um verdadeiro agente de mudança, que apoiará os trabalhadores do turismo para que possam

O coach de infusão de tecnologia verde é um verdadeiro agente de mudança, que apoiará trabalhadores do turismo a desenvolver o seu potencial

- iniciar a alteração evoluindo o seu know-how numa forma digital e verde
- mergulhe numa experiência real que leva a perceber análises reais
- Soluções De Design Digital Sustentável



Descubra o seu identikit

<p>1. Quem te ajuda</p> 	<p>2. O que fazes</p> 	<p>3. Como você ajuda</p> 	<p>4. Como interages</p> 	<p>5. Quem ajudas</p> 
	<p>6. O que és e o que tens</p> 		<p>7. Como te conhecem e como entregas</p> 	
<p>8. O que dás</p> 		<p>9. O que recebes</p> 		

Descubra o seu identikit

1. Quem o ajuda:

- Colegas
- Gestão empresarial
- A rede de formadores/consultores de parceria alinhados durante a mobilidade
- Parceiros especialistas em turismo, tecnologias digitais e sustentabilidade

2. O que você faz:

Apoiar os trabalhadores do turismo para que possam:

- desenvolver o seu potencial,
- iniciar a mudança evoluindo o seu know-how numa chave digital e ecológica
- mergulhar numa experiência real que leva à realização de análises no estado em que se encontra
- conceber soluções digitais sustentáveis
- apresentar os seus dois objetivos, ideias e conclusões de transição
- desenvolver a sua autoconsciência e as suas competências e conhecimentos para melhorar o seu desempenho profissional ou crescimento pessoal
- obter as competências necessárias para atuar como agentes de mudança, ativando os seus colegas/gestores/PME para uma transição dupla

3. Como você ajuda:

- Estimular a criatividade e a inovação através da apresentação de histórias de sucesso, testemunhos, estudos, etc.
- Gerar aprendizagem através da prática, ação, operação sobre comportamentos práticos e desafios organizacionais digitais e ecológicos, reais ou realistas, para se tornar um protagonista da infusão de tecnologia em contexto laboratorial
- Reforçar o que foi aprendido, explorando a experiência e descodificando o seu valioso conteúdo, aspetos metodológicos e comportamentais para que possam representar os pontos culminantes do ciclo experimental e os pontos de partida de um novo processo virtuoso de alargamento e reaplicação de know-how a novos desafios, potenciando a transição gémea como um facto social a partilhar e co-elaborado através da contaminação de ideias; experiências e projetos.
- Pratique com ferramentas digitais sustentáveis oferecidas durante as sessões do START Lab - Fornecer um plano detalhado com todas as atividades e cronogramas
- Prestar orientação e apoio constantes no processo de aprendizagem
- Oferecer oportunidades de desenvolvimento adicional das suas competências
- Oferecer oportunidades para aprender fazendo e implementar seus conhecimentos e habilidades na prática
- Ser empático e amigável/adotar um comportamento colaborativo

Descubra sua identidade

4. Como interage:

- Adotar uma abordagem consultiva orientada para a procura de soluções partilhadas baseadas principalmente na escuta, mas também numa abordagem "facilitadora", tanto em termos de conteúdo-metodologia como de tecnologia, fornecendo apoio 360°
- Desenvolver uma relação de apoio entre os participantes deve ser construída -Adotar um estilo semi-formal, estabelecer respeito e cultivar uma relação de colaboração ao mesmo tempo
- Oferecer assistência e orientação
- Incentivar a autoaprendizagem e a auto-motivação

5. Quem você ajuda:

- Trabalhadores e gestores de PME do turismo
 - Hotelaria, agências de viagens e seu pessoal
 - Outros formadores/consultores (que poderiam juntar-se à rede) interessados em adquirir competências transversais decisivas para o seu futuro pessoal e profissional
- INDIRETO
- Comunidade local e económica que beneficiará da promoção da transição dupla através das soluções digitais criadas

6. O que você é e o que você tem:

Um formador/professor/consultor/especialista com grande experiência na transição gêmea/tecnologias digitais sustentáveis/processos de formação, que adquiriu competências de coaching no processo de gestão da mudança para envolver, motivar e apoiar as pessoas a abraçar a transição gêmea. Técnicas de coaching como o uso do modelo GROW: perguntas incríveis, listagem ativa, construção de rapport e feedback.

Recursos intelectuais. Os dados e informações sobre o tema são apresentados e explicados aos trabalhadores (REA e estudos de caso).

São oferecidas atividades de aplicação do conhecimento (ferramenta de turismo circular e modelo para conceber novos produtos/serviços digitais sustentáveis).

Descubra sua identidade

7. Como eles te conhecem e como você entrega:

- Atividades do START LAB
 - Apoio constante através de canais digitais (Internet, email, videoconferências, telefone) -
- Consciencialização: a teoria e a prática visam sensibilizar os trabalhadores para os envolver na adesão à transição gémea.
- Avaliação: as atividades de autoavaliação devem ser adotadas pelo professor/consultor para permitir que os trabalhadores especulem sobre a percepção que obtiveram da teoria e da prática
 - Devem ser utilizadas multimédia e TIC, uma vez que são necessárias para um processo de aprendizagem baseado no trabalho vivo e eficiente.

8. O que você dá:

- Ideias
- Entusiasmo
- Profissionalismo
- Diferentes perspetivas
- Flexibilidade
- Paixão
- Capacidade de comunicação: motivar, reequilibrar, apoiar mudanças, levantar problemas e resolver conflitos
- Técnicas de coaching aplicadas à gestão da mudança
- Distribuição do conjunto de ferramentas para criar soluções digitais sustentáveis
- Ferramentas digitais e um modelo para conceber novos produtos/serviços digitais sustentáveis
- Avaliação contínua da mentalidade verde através da ferramenta de turismo circular
- Feedback contínuo, relatórios e apresentações

9. O que você recebe:

- Recompensas: Satisfação, Gratidão
- Um crescimento profissional contínuo (tornando-se mais competente)
- Alargar a rede de peritos em turismo/tecnologias verdes

4. A CAIXA DE FERRAMENTAS DO COACH DE INFUSÃO GREEN-TECH

Perguntas abertas, convincentes ou encorajadoras e desafiadoras ou investigativas.

1. ABERTO

Eles deixam muito espaço livre para responder (por exemplo, o que pretende alterar? O que está a tentar alcançar? Etc.). As perguntas abertas geralmente começam com uma das seguintes opções:

PORQUÊ, O QUÊ, QUANDO, ONDE, QUEM E COMO

Exemplos

- Que resultado está a tentar alcançar no cenário de transição de gémeos?
- Qual seria o resultado ideal?
- O que você quer mudar?
- O que já funcionou para você?
- Como você poderia fazer mais isso?
- Qual é a parte mais difícil/desafiadora disso para você?
- Qual é a melhor/pior coisa sobre essa opção?

2. PERSUADIR E INCENTIVAR

O OBJETIVO DE INCENTIVAR OS COACHEES A IDENTIFICAREM IDEIAS E SOLUÇÕES POTENCIAIS. ESSES TIPOS DE PERGUNTAS SÃO ALTAMENTE EFICAZES QUANDO USADOS COM TED.

T = FALE-ME SOBRE ...

E = EXPLICAR MAIS SOBRE.....

D = DESCREVER MAIS SOBRE

Exemplos

- Fale-me mais sobre como pode introduzir práticas de transição gêmeas na sua empresa
- Diga-me, quais são os seus próximos passos?
- Explique um pouco mais sobre como isso funcionaria.
- Explique com mais detalhes por que você acha que isso é importante.
- Descreva como você completaria isso se dependesse de você.
- Descreva onde este problema
- acontece na maioria das vezes.

3. DESAFIO – PROBING

EM VEZ DE DISCORDAR ABERTAMENTE DE UM COACHEE, UMA PERGUNTA DESAFIADORA PODE DESTACAR AS DIFERENÇAS/DIFICULDADES NUMA ABORDAGEM CONSTRUTIVA:

Exemplos

- Interessante ... Por que razão pensa que é esse o caso?
- Como isso se compara aos três meses anteriores?
- Que rácio de reclamações em relação aos clientes alcançou ao implementar iniciativas sustentáveis e de transformação digital?
- Qual seria um exemplo disso? Quem mais poderá ajudá-lo? Onde no processo estão os estrangulamentos ou bloqueios?

Dicas para perguntas

1 Planeie as suas perguntas.

Antes da sua sessão de coaching, reflita sobre o seu objetivo e, em seguida, elabore uma sequência de perguntas pertinentes para auxiliá-lo a conduzir a conversa e organizar as suas anotações.

2 Descubra o seu propósito

Cada pergunta que fizer deve auxiliá-lo na recolha de factos ou opiniões. Tenha consciência do tipo de informação que necessita e elabore as suas perguntas em conformidade.

3 Utilize perguntas abertas

Perguntas abertas são excelentes, pois incentivam os membros da equipe a fornecer respostas abrangentes.

4 Evite formular várias perguntas simultaneamente.

Perguntas que incluem múltiplas indagações não são eficazes, pois podem gerar confusão: qual pergunta devem responder em primeiro lugar?

5 Concentre as suas perguntas de forma a que abordem um único assunto de cada vez.

Para obter respostas mais completas, utilize perguntas concisas, nas quais cada uma aborde um único ponto. Se realmente deseja saber duas coisas distintas, formule duas perguntas separadas.

6 Faça perguntas utilizando a linguagem deles, não a sua.

Formule perguntas utilizando palavras e expressões que os membros da equipa compreendam. Isso previne mal-entendidos e contribuirá para o fortalecimento das relações. Evite jargões desnecessários.

7 Evite formular perguntas capciosas.

Perguntas tendenciosas podem levar um membro da sua equipe a dizer o que acredita que você deseja ouvir, em vez de revelar a verdade completa. Isso não contribuirá para o seu progresso.

8 Siga as questões gerais com questões específicas.

Crie uma hierarquia de perguntas que inicie com uma visão geral e, progressivamente, se aprofunde em detalhes por meio de perguntas complementares.

9 Formule perguntas adicionais.

Perguntas complementares são valiosas, pois demonstram que você prestou atenção ao membro da sua equipe e auxiliam na compreensão mais aprofundada do que ele está a comunicar.

10 Não interrompa as respostas.

Ouç a resposta completa à sua pergunta. A arte de formular boas questões reside no genuíno desejo de obter a informação contida na resposta, o que implica ouvir atentamente.

11 Transição orgânica

Utilize algo na resposta para contextualizar a sua próxima pergunta. Mesmo que isso o desvie do percurso inicialmente planeado por um período, demonstra que está a ouvir, em vez de apenas insistir na sua agenda, e assegura que a conversa flua de forma natural.

Perguntas no modelo de coaching GROW.

1 META

- O que pretende alcançar com esta sessão de coaching?
- Qual é o objetivo que pretende alcançar?
- O que gostaria que acontecesse com _____?
- O que é que realmente deseja?
- O que gostaria de realizar?
- Que resultado está a tentar alcançar?
- Qual seria o resultado ideal?
- O que deseja alterar?
- Por que espera alcançar essa meta?
- Quais seriam os benefícios de alcançar essa meta?

2 REALIDADE

- Que medidas já tomou para alcançar essa meta?
- Onde se encontra agora em relação ao seu objetivo?
- Em uma escala de um a dez, onde se encontra?
- O que contribuiu para o seu sucesso até agora?
- O que está a funcionar bem neste momento?
- O que considera que está a impedir-lhe?
- Conhece outras pessoas que atingiram esse objetivo?
- O que aprendeu com _____?
- O que já tentou?
- Como poderia reverter isso desta vez?

3 OPÇÕES

- Quais são as suas opções?
- Qual poderia ser o seu primeiro ou próximo passo?
- O que considera que deve fazer para alcançar um resultado melhor (ou mais próximo do seu objetivo)?
- Quem mais poderia auxiliar?
- O que já teve sucesso para si? Como poderia intensificar essa abordagem?
- Qual é a parte mais difícil ou desafiadora disto para si?
- Qual é o aspeto mais positivo/negativo desta opção?
- Qual opção se sente preparado para adotar?
- O que poderia fazer de diferente?
- Quem conhece que já enfrentou uma situação semelhante?
- O que considera que deve fazer agora?
- Diga-me como irá proceder.
- Como saberá quando tiver feito isso?
- Em uma escala de um a dez, qual é a probabilidade de o seu plano ter sucesso?
- Quais são os obstáculos que se interpõem no caminho para o sucesso?
- Quais recursos podem auxiliá-lo?
- Como saberá que obteve sucesso?
- Que apoio necessita para realizar isso?
- O que necessita de mim/dos outros para o ajudar a alcançar isso?
- Quais são as três ações que pode realizar que seriam pertinentes esta semana?
- Em uma escala de um a dez, qual é o seu nível de comprometimento/motivação para realizar esta tarefa?

Avaliação auditiva: QUÃO BEM OUVES?

Leia a lista de comportamentos e assinale aqueles que você costuma realizar com frequência. Seja sincero consigo mesmo.

COM QUE FREQUÊNCIA É QUE VOCÊ	Muitas vezes	ÀS VEZES	NUNCA
Interrompe os indivíduos antes que concluem a sua fala.			
2. Tira conclusões apressadas			
3. Não confirmar o que ouviu.			
4. Inclua a piada de uma anedota narrada por outra pessoa			
5. Avalie o comportamento das pessoas.			
6. Complete frases para outras pessoas			
7. Pense em algo diferente quando deveria estar a ouvir.			
8. Fique impaciente com indivíduos que demoram excessivamente a expor as suas ideias.			
9. Evite estabelecer contato visual com as pessoas enquanto se expressa.			
10. Gostaria que as outras pessoas fossem mais diretas e rápidas ao ponto.			
11. Dizer a outras pessoas o que devem fazer			
12. Continue a olhar para o seu relógio.			
13. Faça anotações durante as reuniões enquanto as pessoas estão a falar.			

1 E = EMPATIA

Demonstre que compreende a perspectiva e as opiniões deles, mesmo que discorde.

EXEMPLOS

“Se compreendi corretamente, o que está a dizer/sentir/acreditar/preocupar-se é...”

2 A = RECONHECER

Demonstre que está a ouvir através da linguagem corporal, como acenos, gestos com as mãos e outros sinais não verbais.

EXEMPLOS

“Mm-hm” Afirmando com a cabeça

3 R = REFLEXÃO

Demonstre que está a ouvir, repetindo palavras e frases-chave e reservando um momento para refletir sobre o que foi discutido.

EXEMPLOS

“Refletindo sobre o que acabaste de dizer...”

“Fala-me mais sobre...”

“Elucida um pouco mais sobre...”

Dicas de audição

FAÇA ANOTAÇÕES	Isso indicará que está a ouvir e ajudará a sua memória.
MANTENHA O CONTATO VISUAL	Evite o olhar fixo, mas assegure-se de estabelecer contato visual a cada poucos segundos.
FALE E OUÇA NA PROPORÇÃO DE 1 – 2	Você possui uma boca e dois ouvidos; portanto, procure utilizá-los nessa proporção.
PERMITA QUE AS PESSOAS CONCLUAM	Evite completar frases para os outros, pois isso os desestimulará a prosseguir.
EVITE FORMULAR CONCLUSÕES APRESSADAS	Ouçá toda a narrativa ou explicação sem pré-julgar o desfecho.
RESPONDA AOS INDIVÍDUOS	Acenar, sorrir e ocasionalmente dizer "mmm" ou "sim" indica que está a ouvir.
FORMULAR PERGUNTAS	Utilize perguntas para demonstrar interesse, verificar a sua compreensão ou esclarecer um ponto.

1 CORRESPONDÊNCIA

Isso envolve simplesmente espelhar e complementar um ou mais aspectos do membro da equipe. Não se trata de copiar ou imitar; é mais semelhante a uma dança. A correspondência eficaz deve parecer e ser percebida como natural, servindo para demonstrar que você está disposto a adotar o "modelo de mundo" deles.

Eles compreenderão isso intuitivamente, o que os auxiliará a se sentirem mais à vontade e a partilhar mais sobre os seus sentimentos, ideias e preocupações.

Quando as pessoas se comunicam, uma vasta quantidade de significado é transmitida através de meios não verbais que acompanham sempre a palavra falada, sejam estes intencionais ou não. Em outras palavras, uma mensagem verbal é sempre enviada em dois níveis simultaneamente: verbal e não verbal.

As pessoas comunicam-se através de palavras, da linguagem que utilizam, da forma como a expressam e da maneira como empregam o corpo — gestos, postura e expressões faciais.

Sem o nosso conhecimento, todos nós reconhecemos o significado subjacente nos gestos, na linguagem corporal e nas expressões faciais das pessoas com quem interagimos. Como coach, a chave é cultivar uma consciência elevada e utilizar todas as informações que lhe são apresentadas (por exemplo, o que um membro da equipe disse, a forma como o disse, como olhou e se comportou ao partilhar isso consigo, entre outros).

A linguagem utilizada por algumas pessoas pode, por vezes, obscurecer a sua objetividade e a compreensão de uma situação. Em vez de contradizê-las, o que acentuaria a diferença, pode-se 'combinar' utilizando técnicas como 'parafrasear' e 'resumir'.

Isso permite que eles ouçam novamente o que disseram, soando familiar para eles. Além disso, possibilita a reflexão sobre suas palavras e, frequentemente, simplesmente 'reproduzir o que disseram' contribui para uma maior objetividade na situação.

2 PARAFRASEAR

Isso exige que você faça uma breve declaração sobre o que o seu colega de equipe acabou de expressar. Isso os ajuda a esclarecer seu pensamento ao ouvir suas palavras refletidas. Ao realizar essa ação sem oferecer conselhos ou interromper com seu próprio julgamento, você fortalecerá a confiança deles em você. Isso evidenciará que você os está ouvindo atentamente, que se importa com o que estão a dizer e que está empenhado em compreender.

seu ponto de vista.

É uma técnica análoga que auxilia na extração dos principais temas da conversa, uma vez que são estes que realmente importam. A competência em resumir reside no tempo e no método. É preferível aguardar uma pausa natural antes de apresentar um resumo, mas, em algumas situações, quando as informações são transmitidas de forma rápida e abundante, pode ser útil interromper de maneira gentil e sugerir que um resumo pode ser vantajoso.

3 RESUMIR

É uma técnica análoga que auxilia na extração dos principais temas da conversa, uma vez que são estes que realmente importam. A competência em resumir reside no tempo e no método. É preferível aguardar uma pausa natural antes de apresentar um resumo, mas, em algumas situações, quando as informações são transmitidas de forma rápida e abundante, pode ser útil interromper de maneira gentil e sugerir que um resumo pode ser vantajoso.

Exemplos:

‘Posso confirmar o que creio que abordámos até agora? Você mencionou...’ (então resume os temas principais).

Gostaria de confirmar que compreendi corretamente o que foi dito até agora. Creio que mencionou...

Gostaria de saber se poderia verificar consigo. Estou correto ao pensar que discutiu ... (resume os temas principais).

Após fornecer um resumo, é fundamental permitir que o membro da equipe revise o conteúdo e acrescente informações, se desejar. Resumir auxilia aqueles que articulam seus pensamentos em voz alta a explorar diversos pontos ao longo do processo, ligando-os de volta aos aspectos centrais que desejam abordar durante o coaching. Além disso, o resumo demonstra a quem reflete antes de se expressar que suas contribuições foram ouvidas e compreendidas. Este processo também incentiva os participantes a refletirem de forma mais profunda sobre o que estão a partilhar na sessão de coaching.

Dicas para estabelecer rapport

**RAPPORT NÃO É
MANIPULAÇÃO.**

Para ser eficaz como coach, é necessário ter a capacidade de influenciar os membros da equipa e estar disposto a ser influenciado por eles, uma vez que o relacionamento é um processo interativo e bidirecional.

**RAPPORT NÃO É
SINÓNIMO DE
AMIZADE**

Embora a sintonia seja geralmente agradável, é possível estabelecer uma conexão e respeito mútuo sem necessariamente gostar ou se dar bem pessoalmente.

**RAPPORT NÃO É
SINÓNIMO DE
CONCORDÂNCIA**

É viável concordar com um membro da equipa ou vice-versa sem estabelecer rapport. Igualmente, é possível desenvolver rapport com eles sem partilhar as mesmas opiniões.

1 APONTAR

Este modelo é eficaz quando o nosso objetivo é incentivar os membros da equipe a refletirem sobre um cenário e, portanto,

Eles próprios fornecem grande parte do feedback. Este é fundamentado em um exercício de brainstorming semiestruturado.

2 COMO USAR

O coach deve formular perguntas instigantes, realizar pausas e proporcionar espaço para que a equipe reflita e apresente sugestões, exigindo que o treinador escute de forma ativa.

A sequência inicia-se com o que teve sucesso (ou seja, concentrar-se no positivo) antes de analisar o que não teve êxito. É fundamental evitar a atribuição de culpas, justificações e a criação de sentimentos negativos!

O coach deve iniciar com a 1ª

pergunta para rever o 2º e planejar o 3º.

Ao analisar a terceira pergunta, é fundamental capitalizar sobre os sucessos obtidos e identificar a melhor forma de abordar o maior número possível de ações, escolhas e comportamentos que não tiveram o desempenho desejado.

- O que teve um bom desempenho?
- O que não correu bem?
- O que pode ser feito de forma diferente na próxima vez?

1 APONTAR

Trata-se de uma ferramenta visual simples, mas eficaz, para promover a autoconsciência e fortalecer a confiança, bem como melhorar os relacionamentos no ambiente de trabalho.

O modelo é fundamentado em quatro painéis de janela que ilustram quatro dimensões do conhecimento sobre indivíduos e outros, que são reconhecidos por um,

ambas ou nenhuma das partes.

A sua Área Aberta expande-se verticalmente através da auto-revelação e horizontalmente com o feedback de terceiros. Ao promover uma auto-revelação saudável e um feedback sensível, pode-se construir uma equipa mais robusta e eficaz.

2 DESCRIÇÕES DAS ZONAS

ÁREA EXTERNA

relaciona-se com aspectos que o membro da equipe já conhece sobre si mesmo e que você também tem conhecimento.

ÁREA CEGA

É o painel que contém informações que você e outras pessoas conhecem sobre elas, mas que elas desconhecem sobre si mesmas: aspectos como hábitos ou comportamentos regulares que são evidentes para os outros, mas não para o próprio membro da equipe. As pessoas possuem pontos cegos positivos (por exemplo, fortalezas) e pontos cegos negativos ou de desenvolvimento (por exemplo, fraquezas). Quanto mais um indivíduo procura feedback dos outros, tornando-se assim ciente de tais aspectos, menor será o painel de pontos cegos.

A ZONA OCULTA

O painel 'privado' ou 'oculto' refere-se a informações que um membro da equipe conhece sobre si mesmo, mas que você ou outros não têm conhecimento. Estas podem ser questões que o indivíduo optou por manter em segredo ou que não são imediatamente evidentes.

A medida em que um membro da equipe partilha informações consigo a partir do seu "painel oculto" é frequentemente um reflexo do nível de confiança e do relacionamento que existe entre ambos, uma vez que certos assuntos podem ser delicados e/ou de natureza pessoal.

A ZONA DESCONHECIDA

O painel final é denominado "painel desconhecido" devido à sua relação com aspectos ocultos no inconsciente das pessoas, dos quais nem os membros da equipe nem os demais têm consciência. Essas informações podem abranger experiências e conhecimentos que permanecem alheios tanto ao indivíduo quanto aos outros. As questões desconhecidas manifestam-se de diversas maneiras: podem ser sentimentos, comportamentos, atitudes, capacidades ou aptidões que, embora possam estar relativamente próximos da superfície, podem ser tanto positivas e benéficas quanto aspectos mais profundos da personalidade de um indivíduo, influenciando o seu comportamento.

Grandes áreas desconhecidas são frequentemente associadas a pessoas mais jovens e a indivíduos que carecem de experiência ou autoconfiança.

3 COMO FUNCIONA

Proponha uma lista de adjetivos e solicite a um membro da equipe que siga estes passos:

1. Identifique traços pessoais:

- Selecione adjetivos que o descrevam.
- Peça aos colegas que selecionem adjetivos que consideram descrever você.
- Desenhe um diagrama da Janela de Johari e preencha os quadrantes.
 - Área aberta: Adjetivos selecionados por si e pelos colegas.
 - Área Oculta: Adjetivos selecionados exclusivamente por si.
 - Área Cega: Adjetivos selecionados exclusivamente por colegas.
 - Área desconhecida: Adjetivos não selecionados, mas a serem considerados para aprimorar a autoconsciência.

2. Defina o seu objetivo:

Analise a sua Janela de Johari finalizada.

- Identifique formas de expandir a sua Área Aberta, diminuindo as Áreas Ocultas, Cegas e Desconhecidas.
 - Exemplo: diminua a área oculta, sendo menos secreto.
 - Reduza a área cega ao entender as percepções dos colegas.

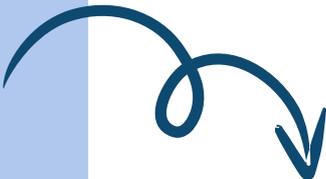
3. Esteja aberto e solicite feedback:

- Partilhe mais sobre si para reduzir áreas ocultas e desconhecidas.
- A auto-revelação eleva a confiança e expande a Área Aberta de forma vertical.
- Procure e aceite feedback para aprimorar a autoconsciência e minimizar a Área Cega.
- Aceite novos desafios e experiências para reduzir a Área Desconhecida.

O FEEDBACK

EFICAZ FOCA

EM:

- 
- Comportamento, não a pessoa.
 - Observação, não intervenção
 - Descrição, não avaliação
 - Compartilhar ideias, não oferecer conselhos
 - Explorar alternativas que não oferecem respostas
 - Questionar, não afirmar

Avaliação pós-formação

Reserve alguns minutos para ponderar sobre a recente sessão de coaching. Classifique e comente as questões a seguir da seguinte maneira: Escala de avaliação: 1 = INSUFICIENTE, 3 = ACEITÁVEL, 5 = EXCEPCIONAL.	1	2	3	4	5	COMENTÁRIOS E AÇÕES
Quão satisfeito ficou com o progresso da sessão de coaching?						
Como se sentiu antes de conduzir a sessão de coaching?						
Como se sentiu após conduzir a sessão de coaching?						
Quão eficazmente considera que utilizou perguntas durante a sessão de coaching?						
Quem falou mais e quem ouviu mais? Acredita que alcançou o equilíbrio adequado – se não, porquê?						
Você acredita que ouviu corretamente a pessoa que estava a treinar?						
Como a pessoa que você treinou respondeu? Que alterações você observou no seu desempenho, atitude, habilidades, entre outros?						
Que alterações e/ou melhorias implementaria se tivesse a oportunidade de recomeçar?						

E. Ser um agente da transição gêmea

1. A FERRAMENTA PARA O TURISMO CIRCULAR

A ferramenta representa um instrumento de análise do tipo "como está", configurado em um modelo "tridimensional", no qual as dimensões fundamentais da ação profissional, correspondendo a **Contexto, Papel e Pessoa**, constituem os motores do desenvolvimento de toda a estrutura de análise e da resposta "evolutiva" correspondente.

1. A dimensão de contexto refere-se aos fatores exógenos e endógenos que podem acelerar ou atrasar, facilitar ou dificultar a transição dupla, abrangendo, respetivamente, os aspetos de natureza regulatória, ambiental e competitiva, assim como os de natureza organizacional e cultural.
2. A dimensão papel aborda a evolução digital e sustentável do comportamento profissional, que deverá desenvolver métodos e práticas operacionais, orientando-os para uma mentalidade digital e ecológica avançada, acompanhada de competências operacionais digitais, competências de comunicação digital e competências ambientais adequadas aos novos cenários de dupla transição no setor do turismo.
3. A dimensão da pessoa refere-se às qualidades comportamentais, ou seja, qualidades relacionais, conversacionais, comunicativas e de resolução de problemas, que são fundamentais para converter o "conhecimento" teórico e as "habilidades técnicas" em um desempenho profissional de excelência.

Do ponto de vista metodológico, o quadro europeu 'GreenComp', que se baseia em 12 competências organizadas em 4 áreas, será utilizado para estruturar o questionário de análise.

ÁREA 1.
INCORPORANDO PRINCÍPIOS
DE SUSTENTABILIDADE

- 1.1 Promovendo a Sustentabilidade
- 1.2 Apoio à Justiça
- 1.3 Promoção da Natureza

ÁREA 2.
Abraçando a complexidade
da sustentabilidade

- 2.1 Pensamento Sistémico
- 2.2 Raciocínio Crítico
- 2.3 Contextualização do problema

ÁREA 3.
Visualizando futuros
sustentáveis.

- 3.1 Alfabetização de Futuros
- 3.2 Adaptabilidade
- 3.3 Reflexão Exploratória

ÁREA 4.
Agindo em prol da
sustentabilidade

- 4.1 Agência Política
- 4.2 Ação Coletiva
- 4.3 Iniciativa Pessoal

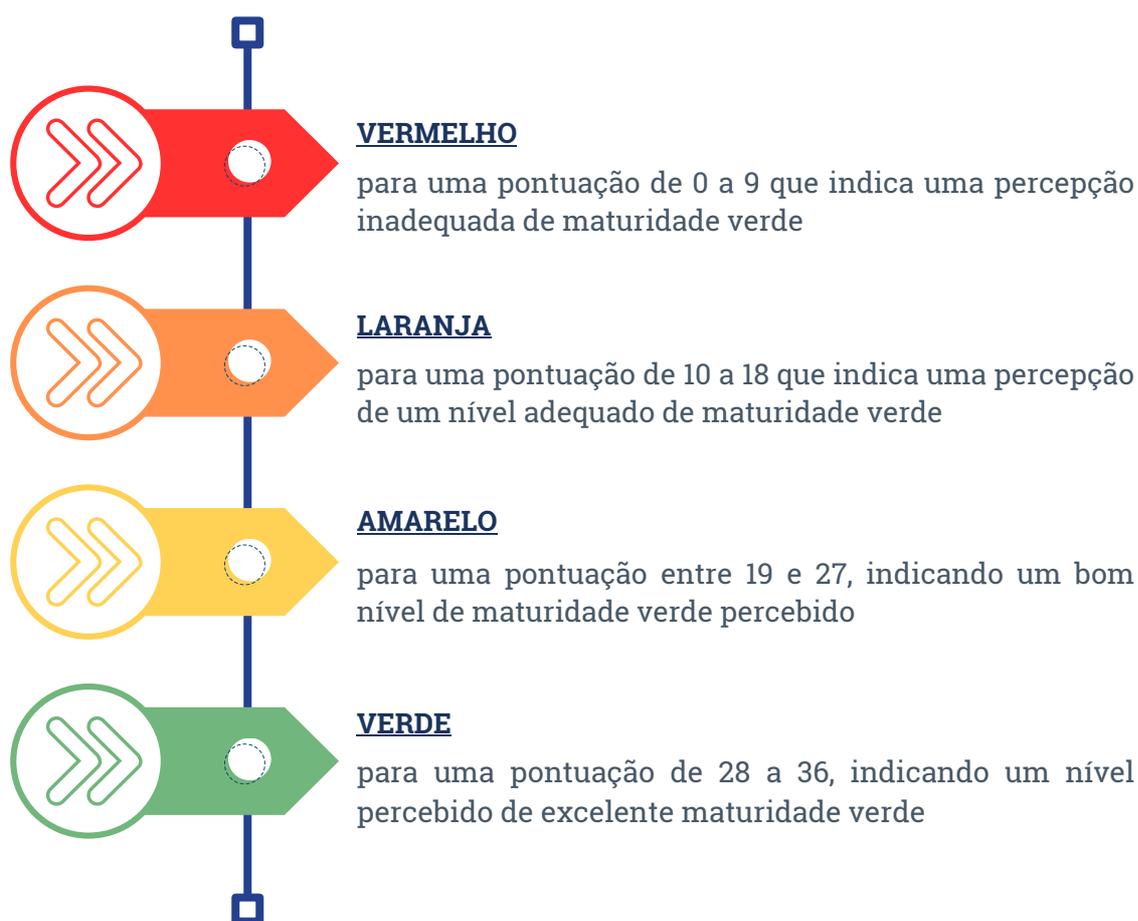
As pessoas atuarão como arquitetas de um processo de autoavaliação orientado pela Inteligência Artificial, destinado a identificar seu nível percebido de maturidade verde, com o objetivo de promover a reflexão, a conscientização e a autocrítica através da ativação de um relacionamento humano-máquina que seja tutorial, empático e personalizado.

Para cada competência, serão formuladas 3 perguntas específicas relacionadas à Pessoa, ao Contexto e à Função.

Cada resposta será associada a uma pontuação de 1 a 4 (sendo 1 o nível mais baixo de maturidade verde e 4 o mais elevado).

nível funcional para polarizar o nível de maturidade verde em relação às quatro áreas do GreenComp, para cada uma das quais serão apresentadas evidências gráficas, conceituais e cromáticas de posicionamento, simbolizadas por um trevo de quatro folhas, permitindo que as pessoas identifiquem intuitivamente os pontos fortes a serem consolidados e as áreas de melhoria a serem integradas, orientando assim seu percurso em direção a um equilíbrio justo de uma evolução verde completa.

Em particular, cada área estará associada a uma folha do trevo de quatro folhas, cujas cores serão:



As perguntas e suas respostas estarão disponíveis em um arquivo Excel no seguinte link: <https://start.gtfondazione.org/>

No final do processo de autoavaliação, o sistema irá propor 'recomendações' para promover um desenvolvimento sustentável harmonioso em relação a:

1

Como consolidar o que foi adquirido a nível pessoal, sugerindo opções de aprendizagem estruturadas em módulos de microaprendizagem, soluções de metaverso e cenários de ramificação narrativa;

2

Como desenvolver o comportamento profissional numa perspetiva green-tech, propondo comportamentos profissionais a adotar;

3

Quais ferramentas digitais utilizar no contexto organizacional para integrar inovação digital e sustentável em modelos de negócios, processos e práticas.

1.1 As ferramentas sugeridas

Para cada recomendação, com base na pontuação obtida e no setor correspondente, propomos um conjunto de ferramentas a serem utilizadas para aumentar a propensão pessoal e empresarial em relação à sustentabilidade. Abaixo encontra-se a lista completa de ferramentas, acompanhada de uma breve descrição e do link para o site relevante, App Store ou Google Play:

1 Canva

É uma plataforma de design gráfico online que disponibiliza ferramentas e recursos para a criação de uma vasta gama de materiais visuais, incluindo logótipos, apresentações, cartazes, publicações em redes sociais e muito mais. Com uma interface intuitiva e uma extensa biblioteca de modelos e elementos gráficos, o Canva possibilita que os utilizadores desenvolvam designs gráficos de alta qualidade, mesmo sem experiência profissional na área. A plataforma é amplamente utilizada.

por profissionais criativos, empresas e indivíduos que desejam desenvolver materiais visuais cativantes de maneira eficiente e acessível. Utiliza um formato de seleção por arrastar e soltar e oferece acesso a um banco de dados de fotografias, imagens vetoriais, gráficos e fontes. A plataforma disponibiliza opções de plano gratuito e pago. Também é viável fazer o download da aplicação.

Para mais informações: www.canva.com

2 Hovercode

É uma ferramenta inovadora para a geração de QR codes que une funcionalidade prática e expressão artística. Através do Hovercode, os utilizadores podem criar QR codes personalizados e artísticos, incorporando designs e elementos visuais exclusivos. Os principais recursos incluem QR codes artísticos e uma interface intuitiva.

prompts personalizáveis, descrições minuciosas da arte, branding personalizado, códigos QR dinâmicos e funcionalidades de rastreamento e análise. Possui uma interface gráfica bastante simples e intuitiva. Apresenta diversas categorias de planos de negócios, tanto gratuitos como pagos.

Para mais informações, visite: www.hovercode.com

3 Photoroom

É um aplicativo de edição de fotos versátil que possibilita a criação de composições profissionais diretamente do seu smartphone, dispensando o uso de ferramentas de edição complexas. Oferece uma vasta gama de funcionalidades destinadas a conferir às imagens uma aparência profissional, sendo ideal para vendas de produtos, fotografias de perfil ou currículos. Um dos recursos mais notáveis é a ferramenta de remoção de fundo, que permite que você automaticamente

Remova o fundo de uma fotografia para adicionar um fundo mais profissional ou realizar montagens com várias imagens. Além disso, disponibiliza uma variedade de modelos para criar imagens personalizadas, úteis para a venda de produtos online, por exemplo. O PhotoRoom é um aplicativo extremamente útil que permite aprimorar imagens com efeitos profissionais com um simples toque e sem qualquer custo.

Para mais informações: www.photoroom.com

4 Bikemap

Oferece navegação para ciclismo, planejamento de rotas, GPS para ciclistas, ciclocomputadores, rastreadores e contadores de quilômetros para todos os tipos de bicicletas: bicicletas de montanha, bicicletas de estrada, bicicletas de cascalho, bicicletas urbanas,

e bicicletas elétricas.

Encontrar uma rota de bicicleta nunca foi tão simples. Pode descarregar a aplicação gratuita diretamente para o seu smartphone.

Para mais informações: www.bikemap.com

5 Bikemap

O aplicativo possibilita que os utilizadores monitorem as melhorias nos seus hábitos e visualizem métricas precisas das economias geradas. Trata-se de uma ferramenta destinada a educar sobre a sustentabilidade ambiental, através de conteúdo informativo, práticas recomendáveis para aprendizagem e desafios para alcançar objetivos.

Como, por exemplo, litros de água consumidos, quilos de CO2 emitidos e resíduos gerados. Pode descarregar a aplicação totalmente gratuita na App Store ou Google Play.

Para mais informações:
www.actnow.aworld.org

6 FairTrip

É uma aplicação gratuita que funciona como um guia de viagem colaborativo, centrado em locais que promovem um impacto social, ambiental e económico positivo. Os utilizadores podem adicionar locais que cumprem critérios como autenticidade, sustentabilidade ambiental, apoio a negócios locais e condições de trabalho justas.

Cada local é validado pela equipa do FairTrip antes de ser publicado. Os utilizadores também podem redigir avaliações e reportar se um local continua a cumprir os critérios. O FairTrip dispõe de uma vasta gama de locais na sua base de dados e destina 10 por cento das suas receitas a projetos de caridade locais. Para mais informações: www.fairtrip.org

7 Carbon footprint & CO2

Uma maneira rápida e imediata permite determinar a pegada ecológica de cada indivíduo no ecossistema através de um teste que analisa o meio de transporte utilizado para ir ao trabalho, a dieta adotada, as compras realizadas, os hábitos domésticos, as viagens efetuadas e as viagens planeadas. Adicionalmente, pode beneficiar de dicas e sugestões úteis para ajustar os seus hábitos diários de forma imediata.

Além da sua pegada ecológica, pode também calcular digitalmente a sua pegada hídrica: o Waterprint é uma aplicação que monitora a quantidade de água que consome diariamente e, ao avaliar o seu impacto ambiental, oferece sugestões para otimizar o desperdício.

Para mais informações:
www.carbonfootprint.com

8 Refill

Refill é um mapa online que localiza todos os locais – fontes públicas, postos de abastecimento de água, uma cafeteria, um resort, um museu ou uma loja – onde os retiladores podem aceder e encher as suas garrafas com água potável gratuitamente ou a um custo reduzido.

O aplicativo apresenta uma solução para evitar a aquisição de garrafas de água, com o intuito de diminuir a quantidade de garrafas plásticas de uso único utilizadas de forma desnecessária em todo o mundo.

Para mais informações:
<https://www.refill.org.uk/>

9 Junker

É uma aplicação que facilita a coleta seletiva de maneira simples, rápida e, acima de tudo, sem erros, ao escanear o código de barras do produto. A aplicação, através de tablets e smartphones, possibilita

identificar de forma imediata um produto e, com base na geolocalização do utilizador, indicar de maneira precisa e instantânea o local adequado para o seu descarte.

Para obter mais informações: www.junkerapp.com

10 Ecobnb

É uma plataforma que disponibiliza alojamentos apropriados para férias ecologicamente sustentáveis, permitindo estadias em locais ambientalmente responsáveis e energeticamente eficientes, com iniciativas ecológicas. A Ecobnb promove destinos com impacto ambiental reduzido, oferecendo estadias em alojamentos sustentáveis que também disponibilizam alimentação orgânica, vegana e práticas de yoga.

e fins de semana de meditação; além disso, itinerários ecológicos e viagens por meios não poluentes, como bicicletas ou automóveis elétricos, para redescobrir o turismo lento e locais autênticos. O objetivo da Ecobnb é alcançar 0% de emissões de CO2 e 100% de energia limpa.

Para mais informações: www.ecobnb.com

11 Too good to go

Após a instalação do aplicativo, os utilizadores têm acesso a uma variedade de refeições disponíveis nas proximidades. Podem visualizar as opções disponíveis nas imediações ou pesquisar refeições específicas com diferentes critérios, como horário, local de recolha ou até mesmo tipo, como vegetariano ou vegano. A empresa desenvolveu um aplicativo que contribui para a redução do desperdício alimentar de forma rápida e eficaz. Too Good To Go permite que supermercados, bares, restaurantes, hotéis e padarias

vender online, alimentos não vendidos. Assim, em vez de serem descartados no final do dia, esses alimentos podem ser adquiridos a um preço reduzido e recolhidos pelos consumidores na loja em um horário específico. Trata-se de uma situação vantajosa para ambos os lados, pois as empresas conseguem gerar alguma receita com o excedente de alimentos, os clientes têm a oportunidade de comprar produtos a preços excelentes e o desperdício desnecessário é minimizado. Para mais informações: www.toogoodtogo.com/it

12 Moovit

É o aplicativo que possibilita o planeamento de rotas em extensas áreas urbanas, selecionando a rota e o modo mais convenientes do ponto de vista ambiental e económico. Para além dos modos clássicos de transporte, como o transporte público ou o automóvel, integra outras formas de mobilidade, como táxis ou veículos de partilha, e micromobilidade, como bicicletas, scooters elétricas e motoretas elétricas. Permite a reserva direta desses serviços através do aplicativo e, frequentemente, o pagamento é realizado de forma simplificada.

cliques simples.

Ao integrar dados oficiais de transporte público com informações fornecidas pelos utilizadores através da rede, o Moovit consegue oferecer dados em tempo real sobre o estado do serviço de transporte (como comboios, autocarros e elétricos). Adicionalmente, o aplicativo está ligado a portais de notícias locais e envia alertas por meio de notificações push sempre que ocorrem alterações nos serviços, greves do setor ou avisos meteorológicos.

Para mais informações: www.moovit.com

13 GreenApes

É a plataforma que converte as suas ações sustentáveis em doações e recompensa-o pelo seu impacto positivo. Acumule pontos TWIN através das suas ações sustentáveis, doe pontos em prol do meio ambiente e

iniciativas sociais e descubra caixas repletas de recompensas tangíveis. Amplie o impacto das suas ações e contribua para o futuro do nosso planeta.

Para mais informações: www.GreenApes.com

14 Oroeco

É o primeiro serviço do mundo que recompensa você e todos os seus amigos por adotarem medidas para combater as mudanças climáticas! A Oroeco oferece recomendações personalizadas sobre como economizar dinheiro em harmonia com o meio ambiente e estabelecemos uma parceria com a organização sem fins lucrativos premiada, Impact Carbon, para eliminar a sua pegada climática residual, contribuindo para a disponibilização de fogões limpos que preservam florestas e vidas na África. Descubra quais escolhas realmente fazem a diferença e economize dinheiro.

Ganhe recompensas e inspire a sua comunidade a participar de uma solução coletiva para o aquecimento global! A Oroeco pode auxiliá-lo a tomar decisões mais sustentáveis em casa e em qualquer lugar. A empresa também está a colaborar com a Live Earth para criar uma comunidade climática verdadeiramente global, com acesso em mais de 80 idiomas. O aplicativo Oroeco está atualmente disponível para Android e iPhone, oferecendo muitos recursos mais robustos e mais recompensas.

Para mais informações: www.oroeco.org

15 Green Globe

Ajuda a organizar viagens ao recomendar destinos que demonstram um elevado respeito pelo meio ambiente e acomodações com certificações ambientais reconhecidas. O Green Globe é uma aplicação para smartphone que possibilita aos utilizadores selecionar os melhores restaurantes, hotéis e resorts para ecoturistas.

De Aruba, no Mar do Caribe, ao Quênia, da Alemanha aos Estados Unidos da América, o aplicativo orienta os utilizadores nas suas viagens ecológicas gratuitas para instalações que possuem certificações ambientais reconhecidas.

Para mais informações: www.greenglobe.com

16 Giki

Este aplicativo possui um banco de dados impressionante com mais de 250.000 produtos, categorizados de acordo com o seu nível de sustentabilidade e ética. Por exemplo, ao escanear um frasco de protetor solar, poderá visualizar a quantidade de emblemas que a Giki atribuiu a este produto, considerando aspectos como a ausência de substâncias químicas nocivas.

embalagem reciclável, testes em animais e até mesmo se contém óleo de palma sustentável. Adicionalmente, se o produto não for classificado como altamente ecológico, são apresentadas sugestões de produtos semelhantes que têm um impacto ambiental reduzido.

Para mais informações: www.giki.com

17 Ecosia

É um motor de busca que utiliza os lucros para plantar árvores em regiões mais necessitadas, promovendo a sustentabilidade ambiental. Desde o lançamento da plataforma em 2009 até ao presente, é

Estima-se que a Ecosia tenha contribuído para o plantio de mais de 160 milhões de árvores em todo o mundo.

Para mais informações, visite: www.ecosia.org

18 Good on You

É a principal referência global em classificações de sustentabilidade de marcas de moda, oferecendo aos consumidores a possibilidade de tomar decisões informadas sobre as roupas que adquirem. O seu objetivo é facilitar uma experiência de compra sustentável para todos.

por ser a principal fonte de avaliações de marcas, artigos e especialização em ética da moda e sustentabilidade. O sistema de avaliação de marcas Good On You analisa as políticas e práticas de uma marca em três áreas principais: planeta, pessoas e animais.

Para mais informações, visite: www.goodonyou.eco

19 MayDayEarth

Um aplicativo que possibilita aos utilizadores reportar emergências ambientais, envolver outros utilizadores e lançar campanhas em defesa da natureza, promovendo ações concretas para proteger o meio ambiente. MayDayEarth é a plataforma e o aplicativo para implementar campanhas de recolha de resíduos, sensibilização, sustentabilidade ambiental e inovação social.

Um programa de economia colaborativa que tem como objetivo sensibilizar sobre a proteção ambiental e a sustentabilidade, promovendo uma economia verde e incentivando modelos de desenvolvimento sustentável. MayDayEarth é um dos primeiros “ecossistemas digitais” dedicados ao meio ambiente, pela essência da cidadania ativa.

Para mais informações: www.maydayearth.org

20 Klima

Klima é uma aplicação móvel de compensação de carbono. O objetivo da aplicação é auxiliar indivíduos na neutralização da sua pegada de carbono, calculando a pegada de carbono anual com base em escolhas de estilo de vida e, posteriormente, compensando as emissões inevitáveis através de um

assinatura mensal. O aplicativo disponibiliza uma variedade de projetos de compensação de carbono, incluindo o plantio de árvores, energia solar e iniciativas de fogões limpos, além de monitorizar o impacto desses projetos em tempo real.

Para mais informações: www.klima.com

1.2 Diretrizes operacionais para a utilização da ferramenta de turismo circular

Para completar o questionário, o utilizador deverá aceder a start.gtfondazione.org. Assim que o utilizador visualizar a página web do questionário, deverá primeiro preencher os campos de dados principais (não sensíveis) e, em seguida, prosseguir com

respondendo às 36 perguntas (todas obrigatórias) do questionário. As questões foram organizadas em quatro áreas relevantes, e uma vez que o utilizador tenha completado uma área, deverá clicar no botão “next” para avançar para a próxima área.

A qualquer momento, o utilizador poderá visualizar a barra de progresso do questionário. Se o utilizador tiver perdido alguma resposta a uma questão, será exibida uma mensagem de erro e a questão em branco será assinalada.

Ao concluir o questionário, o utilizador deverá aceitar os termos de Privacidade e Política, e clicar no botão de envio. Após o envio do conjunto de respostas ao sistema, o utilizador será redirecionado para uma página onde poderá visualizar os resultados do questionário, com base no seu nível pessoal de maturidade verde.

Nesta página, o utilizador apresentará um trevo de quatro folhas colorido.

Cada folha será colorida de acordo com a pontuação obtida em cada área e, abaixo da imagem do trevo, serão apresentadas recomendações textuais (uma por área) e ferramentas para implementar ou aprimorar a maturidade verde.

2. INÍCIO DO LAB: INSPIRAÇÃO, ATIVAÇÃO E REFLEXÃO

Os laboratórios serão organizados em um fluxo circular, inspirado na lógica do ciclo de aprendizagem de Kolb, que neste caso será constituído por 3 etapas: inspiração, ativação e reflexão.

Além disso, para otimizar a eficácia formativa da sessão de "ativação", a parceria implementará a metodologia de design thinking, na qual a análise dos problemas é integrada à identificação de soluções inovadoras potenciais. Isso possibilitará o "repensar" do contexto organizacional e

o processo de construção e gestão do relacionamento com o cliente à luz das soluções digitais identificadas e concebidas. Para cada uma das fases, são especificados: objetivos, duração, número de sessões previstas, a articulação, ou seja, as etapas individuais a implementar e as ferramentas a utilizar.

INSPIRAÇÃO

OBJETIVO	Estimule ideias originais promovendo a criatividade e a inovação através da apresentação de histórias de sucesso, testemunhos, estudos, entre outros.
DURAÇÃO	2 horas
N. SESSÕES	Pelo menos dois
ARTICULAÇÃO	<p><u>Primeira sessão</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Apresentação do projeto.• Apresentação de casos de estudo, histórias de sucesso, testemunhos e investigações incluídas no Programa Educativo para inspirar os participantes a alcançar uma maior sustentabilidade através das tecnologias digitais.• Reflexão e troca de experiências e ideias• Debriefing: concretização de ideias• Feedback do participante. <p><u>Segunda sessão</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Debriefing: adquirindo compreensão da mentalidade individual• Apresentação da ferramenta de turismo sustentável• Reflexão e partilha de resultados.
FERRAMENTAS:	Apresentação do projeto, Programa de Televisão Educativo, Ferramenta Circular

ATIVACÃO

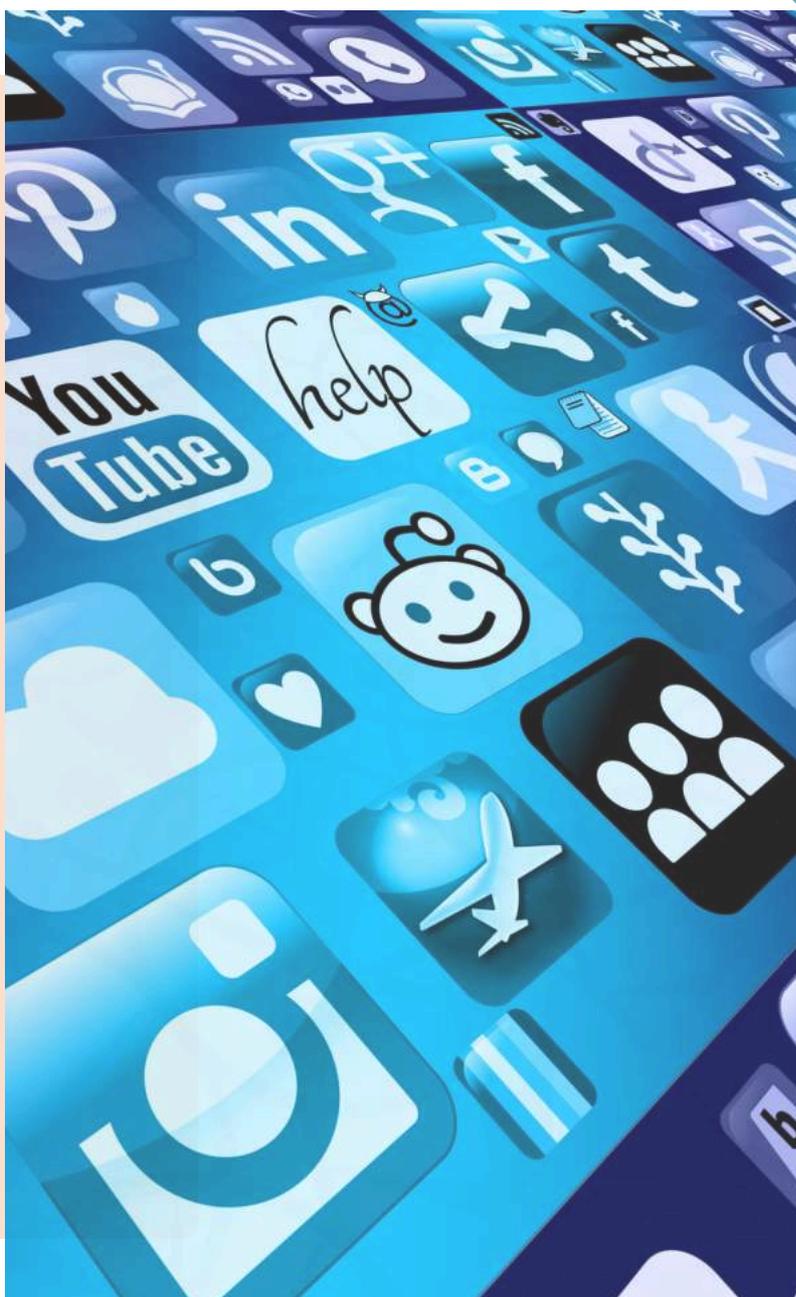
OBJETIVO	Gerar aprendizagem através da ação, da ação, da operação em comportamentos práticos e desafios organizacionais digitais e sustentáveis reais ou realistas para abordar o papel de protagonista na integração da tecnologia em um contexto de laboratório.
DURAÇÃO	4-6 horas
N. SESSÕES	Pelo menos dois
ARTICULAÇÃO	<p><u>Primeira sessão:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Briefing: Das Ideias ao Modelo - Introdução à Sessão Prática• Conclusão do Anexo I• Apresentação das atividades dos intervenientes• Debriefing: encerramento <p><u>Segunda sessão:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Briefing: do modelo às ações - Apresentação da sessão de prototipagem.• Desenvolvimento de soluções digitais sustentáveis.• Apresentação dos projetos dos participantes• Integrações do produto no START-App: manual prático• Debriefing: encerramento
FERRAMENTAS:	Anexo 1: Modelo para desenvolver novos produtos/serviços digitais sustentáveis, START Toolkit – seção de ferramentas operacionais digitais, START APP

REFLEXÃO

OBJETIVO	Reforçar a aprendizagem através da exploração da experiência e da decodificação do seu valioso conteúdo, incluindo aspectos metodológicos e comportamentais, de modo a representar os pontos culminantes do ciclo experimental e os pontos de partida para um novo processo virtuoso de extensão e reaplicação do conhecimento a novos desafios, potenciando a transição gêmea como um fenómeno social a ser partilhado e coelaborado por meio da contaminação de ideias, experiências e projetos.
DURAÇÃO	1 hora
N. SESSÕES	1
ARTICULAÇÃO	<ul style="list-style-type: none">• De Briefing: reconstrução da experiência - do "INÍCIO" ao término• Repensar: o que teve sucesso e o que falhou• Conclusão: a racionalização da experiência para a sua tradução na realidade quotidiana - o que você levará consigo?• Compromissos futuros: a partir de amanhã, comprometo-me a....
FERRAMENTAS:	Anexo 2: Lista de atividades Anexo 3: Métodos de avaliação de novos produtos/serviços digitais sustentáveis

3. FERRAMENTAS DIGITAIS PARA INOVAR A OFERTA DE PRODUTOS OU SERVIÇOS TURÍSTICOS DE MANEIRA SUSTENTÁVEL

Aqui encontra uma lista de ferramentas digitais, acompanhada de uma análise dos prós e contras das diversas plataformas e aplicações no setor do turismo.





A ferramenta de código QR da Hovercode é um recurso integrado na plataforma Hovercode que permite aos utilizadores gerar e personalizar códigos QR para diversos fins. Os códigos QR, ou códigos de resposta rápida, são códigos de barras bidimensionais que podem ser lidos através da câmara de um smartphone ou de um aplicativo leitor de código QR. A ferramenta de código QR da Hovercode oferece normalmente aos utilizadores opções para criar códigos QR que direcionam para websites, perfis de redes sociais, informações de contacto, endereços de e-mail, números de telefone ou mensagens de texto. Os utilizadores têm a possibilidade de personalizar a aparência do código QR, escolhendo cores, adicionando logótipos ou elementos de marca, e seleccionando diferentes formas e estilos.

Além da geração básica de QR codes, a ferramenta da Hovercode oferece recursos avançados, como QR codes dinâmicos, que possibilitam aos usuários atualizar o conteúdo do QR code mesmo após a sua criação. Algumas ferramentas também disponibilizam funcionalidades de rastreamento e análise, permitindo que os usuários monitorem métricas como taxas de escaneamento, dados de localização e tipos de dispositivos. De modo geral, a ferramenta de QR code da Hovercode foi concebida para ser uma solução intuitiva e versátil para a criação de QR codes personalizados para diversos fins, com opções de personalização e funcionalidades avançadas que atendem às necessidades de empresas e profissionais de marketing.

Para mais informações, visite: www.hovercode.com

Prós

- **Designs Artísticos e Personalizáveis:** O Hovercode possibilita que os utilizadores gerem códigos QR únicos e visualmente cativantes ao especificar descrições detalhadas da arte pretendida, como pinturas, paisagens ou padrões. Isso permite que os utilizadores criem códigos QR distintos que se destacam e promovem escaneamentos.
- **Códigos QR dinâmicos:** O Hovercode oferece suporte a códigos QR dinâmicos, permitindo que os utilizadores atualizem a URL de destino sem modificar o código em si. Este recurso proporciona flexibilidade na gestão de campanhas de código QR.
- **Rastreamento e análise:** a ferramenta disponibiliza funcionalidades de rastreamento e análise para monitorar o desempenho dos códigos QR, incluindo o número de escaneamentos e o envolvimento do utilizador.
- **Códigos QR de marca:** Os utilizadores podem personalizar códigos QR para alinhar com a sua marca, incorporando logótipos, cores e formas. Isso contribui para fortalecer o reconhecimento e a confiança na marca.
- **Variedade de tipos de código QR:** o Hovercode é compatível com diversos tipos de códigos QR, incluindo PDF, vCard, links da app store e muito mais, oferecendo versatilidade no conteúdo que pode ser partilhado.
- **Plano gratuito abrangente:** o Hovercode disponibiliza um plano gratuito que inclui 10 códigos QR dinâmicos, escaneamentos ilimitados, 30 dias de histórico de escaneamento e opções avançadas de personalização. Isso permite que os utilizadores experimentem a ferramenta sem qualquer compromisso financeiro.
- **Facilidade de utilização:** a ferramenta foi concebida para ser intuitiva, apresentando uma interface simples que a torna acessível a utilizadores de todos os níveis de competência.
- **Melhoria contínua:** o Hovercode interage de forma proativa com os utilizadores, resolvendo problemas e incorporando novos recursos para aprimorar a experiência global do utilizador.

Contras

- **Personalização restrita no plano gratuito:** o plano gratuito do Hovercode disponibiliza opções de personalização limitadas, permitindo apenas 10 códigos QR dinâmicos, além de uma personalização básica de logotipo e design. Os utilizadores podem considerar essas limitações como restritivas para as suas necessidades.
- **Custo para recursos avançados:** embora o Hovercode disponibilize um plano gratuito, os utilizadores necessitam de subscrever planos de preços superiores para aceder a funcionalidades avançadas, como múltiplos domínios personalizados, gestão de equipa e um maior número de códigos QR dinâmicos. Este custo pode representar um obstáculo para alguns utilizadores que procuram uma funcionalidade mais abrangente.
- **Problemas e falhas técnicas:** alguns utilizadores relataram dificuldades técnicas com a aplicação, como a deteção incorreta de localização e problemas persistentes de notificações. Estas questões podem afetar a experiência do utilizador e a funcionalidade da aplicação.
- **Limitações geográficas:** o aplicativo pode apresentar restrições no mapeamento preciso da coleta de resíduos em certas regiões, o que pode comprometer sua eficácia em áreas onde os dados de coleta de resíduos não estão adequadamente mapeados.
- **Incapacidade de Carregar Fotos Pré-Tiradas:** Os utilizadores manifestaram frustração relativamente à limitação do aplicativo que impede o carregamento de fotos pré-tiradas para a identificação de resíduos. Esta restrição pode ser inconveniente para aqueles que desejam reportar itens de resíduos na ausência física no local.
- **Suporte a idiomas:** embora o aplicativo ofereça suporte a diversos idiomas, podem surgir situações em que barreiras linguísticas ou problemas de tradução impactem a experiência do utilizador e a compreensão das funcionalidades e instruções do aplicativo.

Sugestões para a utilização do aplicativo Hovercode

1. Aplicativo Hovercode - Códigos QR dinâmicos:
<https://help.hovercode.com/article/11-qr-code-canva-app>
2. Como conectar um domínio personalizado:
<https://help.hovercode.com/article/8-qr-code-custom-domain>
3. Como gerar códigos QR a partir do Google Forms: <https://hovercode.com/blog/google-forms-qr-code/>
4. Como gerar códigos QR para cartões de visita:
<https://hovercode.com/blog/qr-code-for-business-card/>
5. Melhores práticas para a inclusão do seu logótipo em códigos QR:
<https://hovercode.com/blog/qr-code-logo-best-practices/>



O Canva é uma plataforma amplamente reconhecida de design gráfico online que possibilita aos utilizadores criar uma vasta gama de conteúdos visuais, incluindo apresentações, gráficos para redes sociais, pôsteres, folhetos, convites e muito mais. A plataforma disponibiliza uma interface intuitiva de arrastar e soltar, além de uma extensa biblioteca de modelos, imagens, ilustrações, ícones e fontes, permitindo que os utilizadores desenvolvam designs com um aspeto profissional de forma rápida e fácil. O Canva oferece planos de subscrição gratuitos e pagos, sendo que os planos pagos desbloqueiam funcionalidades adicionais, como modelos premium e colaboração avançada.

ferramentas e acesso a uma biblioteca mais abrangente de ativos. A plataforma é amplamente utilizada por indivíduos, empresas, educadores e organizações sem fins lucrativos para diversos fins, incluindo marketing, branding, educação e projetos pessoais. De modo geral, o Canva é reconhecido pela sua interface intuitiva, vasta biblioteca de recursos de design e versatilidade, tornando-se uma escolha popular para quem deseja criar conteúdo visualmente apelativo sem a necessidade de experiência em design gráfico.

Para mais informações, visite:

<https://www.canva.com/>

Prós

- **Interface amigável:** a interface intuitiva de arrastar e soltar do Canva torna-o acessível a utilizadores de todos os níveis de habilidade, permitindo que qualquer pessoa crie designs com um aspeto profissional de forma simples.
- **Ampla biblioteca de modelos:** o Canva disponibiliza uma vasta gama de modelos elaborados profissionalmente para diversas finalidades, otimizando o tempo e proporcionando inspiração aos utilizadores.
- **Coleção abrangente de recursos:** os utilizadores têm acesso a milhões de fotografias, ilustrações, ícones e fontes, tanto gratuitas como premium, o que enriquece o apelo visual dos seus designs.
- **Personalização:** o Canva oferece uma vasta gama de opções de personalização para elementos de design, como texto, cores, imagens e layouts, assegurando que cada projeto possa ser ajustado às necessidades específicas.
- **Recursos de colaboração:** o Canva proporciona suporte à colaboração em tempo real, permitindo que múltiplos utilizadores trabalhem em um design simultaneamente e partilhem feedback de forma simples, o que é ideal para projetos em equipa.
- **Ferramentas de consistência da marca:** o recurso Brand Kit possibilita que as empresas carreguem os seus logótipos, cores e fontes, assegurando a uniformidade em todos os materiais e designs de marketing.
- **Opções de exportação versáteis:** os designs podem ser exportados em diversos formatos, como PNG, JPG, PDF, MP4 e GIF, satisfazendo diferentes necessidades, desde materiais impressos até conteúdos para redes sociais.
- **Preço acessível:** o Canva disponibiliza um plano gratuito com recursos abrangentes, enquanto a sua assinatura Pro oferece ferramentas e funcionalidades adicionais a um custo competitivo, tornando-o acessível tanto para indivíduos como para empresas.
- **Integração com outras ferramentas:** o Canva integra-se perfeitamente a diversas aplicações e plataformas de terceiros, como Google Drive, Dropbox e redes sociais, simplificando o fluxo de trabalho.
- **Disponibilidade do aplicativo móvel:** o aplicativo móvel do Canva disponibiliza quase todas as funcionalidades da versão web, permitindo que os utilizadores criem e editem designs em qualquer lugar.
- **Recursos educacionais:** o Canva disponibiliza uma vasta gama de tutoriais, cursos e guias para auxiliar os utilizadores a aprimorar as suas competências de design e a tirar o máximo proveito das funcionalidades da plataforma.

Contras

- **Opções de personalização restritas:** embora o Canva disponibilize uma gama de recursos de personalização, utilizadores experientes podem considerar as opções algo limitadas em comparação com softwares de design profissionais.
- **Funcionalidade limitada na versão gratuita:** a versão gratuita do Canva apresenta restrições em termos de recursos e acesso a ativos premium, o que pode limitar as capacidades dos usuários que decidirem não subscrever a versão Pro.
- **Marca d'água em designs gratuitos:** os designs elaborados com a versão gratuita do Canva podem apresentar uma marca d'água do Canva, o que pode comprometer a estética profissional do produto final.
- **Controle restrito sobre a tipografia:** as ferramentas de edição de texto do Canva não são tão sofisticadas quanto os softwares de tipografia especializados, o que dificulta a obtenção de ajustes tipográficos precisos.
- **Dependência da conexão à Internet:** o Canva é uma plataforma online, o que implica que os utilizadores necessitam de uma conexão estável à Internet para aceder e trabalhar nos seus designs. O acesso offline é restrito, disponível principalmente através da aplicação móvel, com algumas limitações.
- **Desafios na organização de arquivos:** gerir um elevado número de designs no Canva pode ser complexo, uma vez que os recursos de organização são limitados em comparação com softwares de design especializados.
- **Limitações da identidade da marca:** embora o recurso Brand Kit proporcione um certo grau de consistência da marca, empresas com requisitos de marca complexos podem encontrar dificuldades em manter uma identidade de marca coesa em todos os designs.
- **Recursos de animação limitados:** embora o Canva disponibilize funcionalidades básicas de animação, estas não são tão abrangentes ou sofisticadas quanto as oferecidas por softwares de animação especializados.
- **Custo da assinatura:** embora o Canva disponibilize uma versão gratuita com diversos recursos, o acesso a ferramentas e funcionalidades avançadas requer uma assinatura do Canva Pro, o que pode representar um encargo significativo para alguns utilizadores ou empresas.
- **Preocupações com a privacidade:** os utilizadores devem ter cautela ao utilizar o Canva para projetos confidenciais ou sigilosos, uma vez que os designs são armazenados nos servidores do Canva, o que suscita potenciais preocupações em relação à privacidade e à segurança.

Sugestões para a utilização do aplicativo Canva

- Crie os seus projetos gráficos:
https://www.canva.com/it_it/creare/
- Explore o blogue do Canva:
<https://www.canva.com/learn/>
- Aprenda a desenvolver design com o Canva:
<https://www.canva.com/designschool/>
- Tutorial:
<https://www.canva.com/designschool/tutorials/>



PhotoRoom é uma aplicação móvel concebida para a edição de imagens e remoção de fundos. Permite que os utilizadores eliminem fundos de fotografias de forma rápida e simples, substituindo-os por novos fundos ou tornando-os transparentes. A aplicação utiliza tecnologia de IA (Inteligência Artificial) para detectar e remover automaticamente o fundo das imagens, dispensando a necessidade de edição manual. Os utilizadores podem, assim, escolher entre uma variedade de fundos predefinidos, adicionar fundos personalizados ou deixar o fundo transparente.

transparente para criar imagens com uma aparência profissional e refinada. Além da remoção de fundo, o PhotoRoom disponibiliza uma variedade de ferramentas de edição, como filtros, efeitos, sobreposições de texto e adesivos, permitindo que os utilizadores aprimorem ainda mais as suas imagens. O aplicativo está disponível para dispositivos iOS e Android, tornando-se acessível a uma vasta gama de utilizadores para diversos fins, incluindo redes sociais, marketing e projetos pessoais.

Para mais informações, visite:

<https://www.photoroom.com>

Prós

- **Remoção eficaz de fundo:** o PhotoRoom pode eliminar instantaneamente qualquer fundo da sua imagem e substituí-lo por uma cor sólida ou uma imagem de sua preferência. Também é possível desfocar o fundo ou adicionar um efeito de gradiente para realçar o primeiro plano.
- **Remoção de objetos:** O PhotoRoom permite a eliminação de elementos indesejados e imperfeições nas suas fotografias com um simples deslizar do dedo. É possível apagar uma variedade de itens, incluindo logótipos, adesivos, marcas d'água, sombras, rugas, manchas e muito mais.
- **Edição em lote:** o PhotoRoom pode ajudá-lo a economizar tempo ao editar centenas de fotos em segundos. É possível aplicar a mesma remoção de fundo e personalização a todas as suas imagens simultaneamente.
- **Exportações de elevada qualidade:** O PhotoRoom consegue manter a qualidade original das suas fotografias e exportá-las em alta resolução. Além disso, é possível ajustar o tamanho e o formato das suas imagens conforme as suas necessidades.
- **Redimensionamento inteligente:** o PhotoRoom redimensiona automaticamente as suas imagens para se ajustarem a diversas plataformas de redes sociais, como Instagram, Facebook, Twitter, Pinterest e outras. Além disso, tem a opção de cortar e girar as suas imagens manualmente, caso assim o prefira.
- **Centenas de fundos e modelos:** o PhotoRoom disponibiliza uma vasta seleção de novos fundos e modelos para personalizar as suas fotos para diversos fins, como comércio eletrónico, redes sociais ou uso pessoal.
- **Interface intuitiva:** o PhotoRoom disponibiliza uma versão web e uma aplicação móvel que são simples de utilizar e sincronizar entre dispositivos.
- **Plano gratuito disponível:** O PhotoRoom é gratuito para o uso de até três fotos por dia. Se desejar desbloquear fotos ilimitadas e aceder a mais funcionalidades, pode optar pelo PhotoRoom Pro através de uma assinatura mensal ou anual.
- **Avaliações positivas de utilizadores:** Muitos utilizadores destacaram o PhotoRoom pela sua facilidade de utilização, recursos robustos e capacidade de gerar fotografias com aparência profissional de maneira rápida e precisa.

Contras

- **Conexão à Internet necessária:** o PhotoRoom exige uma conexão à Internet para operar, uma vez que utiliza aprendizado profundo para processar as suas imagens online.
- **Recursos limitados:** o PhotoRoom pode não dispor de todas as funcionalidades e ferramentas necessárias para uma edição fotográfica mais criativa ou profissional, como filtros, efeitos, camadas ou pincéis.
- **Formatos de imagem restritos:** o PhotoRoom pode não ser compatível com todos os formatos ou dimensões de imagem, especialmente se forem excessivamente grandes ou pequenas.
- **Bugs e falhas:** O PhotoRoom pode apresentar alguns bugs ou falhas que impactam o seu desempenho ou funcionalidade, uma vez que ainda está em processo de desenvolvimento e aprimoramento do seu software.
- **Interface de utilizador desorganizada:** alguns utilizadores relataram que a aplicação se tornou sobrecarregada com funcionalidades e animações desnecessárias, o que pode desviar a atenção e dificultar a utilização.
- **Suporte ao cliente restrito:** alguns utilizadores relataram dificuldades em obter assistência da equipa de suporte do PhotoRoom, especialmente em relação a problemas associados aos recursos e funcionalidades da aplicação.

Sugestões para a utilização do aplicativo Photoroom

- Como utilizar:
<https://www.photoroom.com/it/strumenti/toglie-re-sfondo-immagine>
- Explore o blogue do Photoroom:
<https://www.photoroom.com/blog>
- Tutorial do PhotoRoom | Como utilizar o Photo Room para criar fotografias profissionais de produtos: <https://www.youtube.com/watch?v=7mZsyRZqcqA>



Bikemap é uma plataforma online amplamente reconhecida e um aplicativo móvel desenvolvido especificamente para ciclistas. Oferece uma variedade de serviços relacionados a rotas de ciclismo, navegação e interação comunitária. Os utilizadores podem explorar um extenso banco de dados de rotas de ciclismo a nível global, que abrange desde ciclovias urbanas até trilhas panorâmicas no campo. A plataforma disponibiliza funcionalidades como planeamento de rotas, rastreamento por GPS e mapas offline, permitindo que os ciclistas naveguem de forma eficaz, mesmo em áreas com acesso limitado à internet.

conectividade. Além disso, o Bikemap promove a interação da comunidade ao permitir que os utilizadores partilhem as suas rotas favoritas, descubram novas sugestões de outros ciclistas e se conectem com pessoas de interesses semelhantes. No geral, o Bikemap atua como uma ferramenta abrangente para ciclistas de todos os níveis, estejam eles a deslocar-se, a viajar ou simplesmente a explorar novos locais sobre duas rodas.

Para mais informações: <https://www.bikemap.net/de/>

Prós

- **Planeamento de Rota Abrangente:** O BikeMap disponibiliza ferramentas de planeamento de rota abrangentes, permitindo que os ciclistas descubram as melhores rotas com base na distância, no terreno e na elevação. Os utilizadores podem personalizar as rotas de acordo com as suas preferências e níveis de condicionamento físico.
- **Interface intuitiva:** a plataforma apresenta uma interface intuitiva e de fácil navegação, tornando-a acessível a ciclistas de todas as competências.
- **Mapas Offline:** O BikeMap disponibiliza mapas offline, permitindo que os ciclistas acedam às suas rotas mesmo em áreas com conectividade de internet limitada ou ausente. Este recurso assegura que os ciclistas possam navegar de forma eficaz sem depender de dados móveis.
- **Integração da Comunidade:** O BikeMap está integrado a uma comunidade de ciclistas, possibilitando que os utilizadores partilhem rotas, dicas e recomendações com outros. Os ciclistas podem ainda participar em passeios em grupo, conectar-se com outros entusiastas e descobrir novas rotas partilhadas pela comunidade.
- **Recursos de segurança:** A plataforma oferece funcionalidades de segurança, incluindo rastreamento em tempo real, alertas SOS e relatórios de incidentes. Os ciclistas têm a possibilidade de partilhar a sua localização com amigos ou familiares, aumentando assim a segurança durante os seus passeios.
- **Planeamento de eventos:** O BikeMap simplifica o planeamento de eventos para ciclistas, permitindo a organização de passeios em grupo, angariações de fundos para caridade ou eventos de ciclismo. A plataforma oferece ferramentas para criar rotas de eventos, gerir participantes e promover eventos na comunidade de ciclismo.
- **Rastreamento de condicionamento físico:** o BikeMap permite que os ciclistas registrem os seus passeios, incluindo a distância percorrida, o tempo despendido e a elevação alcançada. Este recurso auxilia os ciclistas a monitorizar o seu progresso de condicionamento físico, estabelecer metas e desafiar-se a melhorar o seu desempenho.
- **Opções de personalização:** Os ciclistas podem personalizar as suas rotas ajustando pontos de passagem, evitando áreas específicas ou selecionando percursos cênicos. Este recurso proporciona experiências de ciclismo personalizadas, adaptadas às preferências individuais.
- **Acessibilidade entre dispositivos:** o BikeMap sincroniza os dados do utilizador em múltiplos dispositivos, assegurando que os ciclistas possam aceder às suas rotas e preferências a partir de qualquer smartphone, tablet ou computador com acesso à Internet.

Contras

- **Cobertura restrita:** O BikeMap pode apresentar cobertura restrita em determinadas regiões ou países, o que implica que nem todas as rotas de ciclismo estarão disponíveis em todos os locais. Esta situação pode ser uma desvantagem para ciclistas que residem ou pedalam em áreas menos povoadas.
- **Precisão das informações da rota:** embora o BikeMap se empenhe em oferecer informações precisas sobre a rota, podem ocorrer situações em que as rotas não estejam atualizadas ou apresentem imprecisões. Os ciclistas devem verificar os detalhes da rota e proceder com cautela, especialmente em áreas desconhecidas.
- **Dependência de conteúdo gerado pelo utilizador:** o BikeMap baseia-se em conteúdo gerado pelo utilizador para recomendações de rotas e envolvimento da comunidade. Embora isso possa ser valioso, também pode levar a uma qualidade ou fiabilidade inconsistente das informações sobre as rotas.
- **Custo dos recursos premium:** embora o BikeMap disponibilize muitos recursos de forma gratuita, o acesso a funcionalidades premium, como ferramentas avançadas de planeamento de rotas ou camadas de mapas adicionais, pode requerer uma assinatura paga. Esta situação pode representar uma desvantagem para ciclistas com um orçamento limitado.
- **Dependência da conexão à Internet:** embora o BikeMap disponibilize mapas offline, determinados recursos podem necessitar de uma conexão à Internet para operar adequadamente. Os ciclistas devem estar cientes dessa dependência, especialmente ao planejar passeios em áreas remotas com conectividade limitada.
- **Recursos de segurança limitados:** embora o BikeMap ofereça alguns recursos de segurança, como rastreamento em tempo real e relatórios de incidentes, estes podem não ser tão abrangentes quanto os de aplicativos ou dispositivos de segurança especializados. Os ciclistas devem ponderar a possibilidade de complementar o BikeMap com medidas de segurança adicionais, conforme necessário.
- **Curva de aprendizagem:** embora o BikeMap tenha como objetivo proporcionar uma experiência intuitiva ao utilizador, pode ainda existir uma curva de aprendizagem para novos utilizadores, especialmente para aqueles que não estão familiarizados com o planeamento de rotas ou ferramentas de navegação. Os ciclistas devem dedicar um tempo para se familiarizarem com os recursos e funcionalidades da plataforma.
- **Preocupações com a privacidade:** Os ciclistas devem ser cautelosos ao partilhar informações pessoais ou dados de localização no BikeMap, uma vez que essas informações podem ser acessíveis a outros utilizadores ou a terceiros. Os utilizadores devem rever e ajustar as suas configurações de privacidade de forma adequada.

Sugestões para a utilização do aplicativo Bikemap.

- Perguntas frequentes:
<https://bikemap.travel.tourradar.com/#faq>
- Bikemap - Mapa de ciclismo e navegação:
<https://www.youtube.com/watch?v=TT4Z5FJbRD0>
- Este é o Bikemap: junte-se a nós para capacitar ciclistas em todo o mundo:
https://www.youtube.com/watch?v=EjR_CYJG390



O AWorld é uma aplicação italiana, selecionada pela Organização das Nações Unidas (ONU), que visa promover a cultura da sustentabilidade através de uma jornada de gamificação e desafios coletivos. A aplicação, lançada em 2020, foi escolhida para apoiar a campanha ACTNOW, que incentiva a ação individual

contra as alterações climáticas e a adoção de comportamentos sustentáveis. O AWorld utiliza técnicas de edutainment e gamificação para estimular a aprendizagem e a ação contínuas, medindo o impacto das ações individuais e coletivas no planeta.

Para mais informações: <https://aworld.org/>

Prós

- **Conteúdo educacional:** a AWorld disponibiliza uma vasta gama de recursos educativos sobre sustentabilidade, auxiliando os utilizadores a compreender questões ambientais e a abordá-las de maneira eficaz.
- **Interface acessível:** O aplicativo apresenta uma interface intuitiva e acessível, simplificando a navegação e o uso para utilizadores de todas as idades e origens.
- **Monitorização de hábitos:** o AWorld permite que os utilizadores acompanhem os seus hábitos ecológicos, estabeleçam metas e verifiquem o progresso, o que contribui para manter a motivação e reforçar mudanças positivas de comportamento.
- **Recomendações personalizadas:** o aplicativo oferece sugestões adaptadas de ações sustentáveis, fundamentadas nos interesses e estilos de vida dos utilizadores, promovendo a incorporação de práticas ecológicas no quotidiano.
- **Engajamento da Comunidade:** AWorld fomenta um sentimento de comunidade ao interligar utilizadores com indivíduos que partilham interesses semelhantes. Este recurso possibilita que os utilizadores troquem experiências, participem em desafios coletivos e se apoiem mutuamente.
- **Medição de Impacto:** AWorld avalia o impacto ambiental das ações dos utilizadores, oferecendo métricas concretas, como a diminuição da pegada de carbono e a poupança de água. Isso permite que os utilizadores percebam os benefícios diretos dos seus esforços.
- **Desafios e Recompensas:** O aplicativo apresenta desafios que incentivam os utilizadores a adotar novos hábitos sustentáveis. Os utilizadores podem obter recompensas e reconhecimento, introduzindo um elemento lúdico e competitivo nos esforços de sustentabilidade.
- **Engajamento corporativo:** a AWorld disponibiliza ferramentas que permitem às empresas envolver os colaboradores em iniciativas de sustentabilidade, contribuindo para a formação de uma cultura de responsabilidade ambiental nas organizações.
- **Recomendações de produtos sustentáveis:** a aplicação realça produtos e serviços sustentáveis, guiando os utilizadores em direção a escolhas de compra ecologicamente responsáveis e promovendo marcas éticas.
- **Notificações em tempo real:** a AWorld envia alertas para recordar os utilizadores sobre os seus objetivos, desafios iminentes e novos conteúdos educativos, mantendo-os envolvidos e informados.
- **Integração com outras plataformas:** a aplicação pode ser integrada a diversas plataformas e dispositivos digitais, aprimorando a experiência do utilizador e possibilitando a sincronização de dados em múltiplos dispositivos.

Contras

- **Cobertura restrita:** o conteúdo e as recomendações do aplicativo podem ser mais pertinentes para certas regiões ou estilos de vida, o que pode restringir sua utilidade para utilizadores em áreas distintas ou com necessidades variadas.
- **Dependência da entrada do utilizador:** o rastreamento preciso e a obtenção de insights significativos dependem da inserção consistente das atividades e hábitos pelos utilizadores. Este processo pode ser moroso e pode resultar em dados menos precisos se não for mantido de forma regular.
- **Custos de subscrição:** o acesso a funcionalidades premium ou à totalidade dos recursos pode requerer uma subscrição, o que pode não ser viável para todos os utilizadores.
- **Preocupações com a privacidade:** os utilizadores podem ter receios acerca do compartilhamento de dados pessoais e hábitos com a aplicação, especialmente no que diz respeito à sua localização e dados sobre o impacto ambiental.
- **Motivação ao longo do tempo:** embora desafios e recompensas possam inicialmente motivar os utilizadores, a manutenção do engajamento a longo prazo pode tornar-se desafiadora à medida que a novidade se desvanece.
- **Complexidade para iniciantes:** os utilizadores que estão a dar os primeiros passos em conceitos de sustentabilidade podem considerar algumas informações ou recomendações confusas ou desafiadoras de implementar de maneira eficaz.
- **Personalização restrita:** as recomendações do aplicativo podem não alinhar-se sempre de forma ideal às circunstâncias ou preferências específicas de um utilizador, resultando em orientações menos personalizadas.
- **Dependência de acesso à Internet:** determinados recursos podem necessitar de conectividade à Internet, o que pode representar uma limitação para utilizadores em regiões com acesso instável à rede.
- **Eficácia dos recursos comunitários:** o valor dos recursos de envolvimento comunitário está condicionado à participação ativa de um número considerável de utilizadores, a qual pode variar.
- **Potencial de sobrecarga:** a quantidade de informações e o número de recursos podem sobrecarregar utilizadores que preferem ferramentas mais simples e diretas.

Sugestões para a utilização do aplicativo Aworld

- AWorld em apoio ao ActNow:
<https://www.youtube.com/watch?v=nJKVDiEkErM>
<https://www.youtube.com/watch?v=QL3j71nl7Vg>
- AWorld em apoio ao ActNow, a calculadora da pegada de carbono:
<https://www.youtube.com/watch?v=eDdknFkyp34>



FairTrip é um guia de viagem colaborativo que possibilita aos utilizadores descobrir e contribuir com locais autênticos e locais, promovendo o turismo sustentável e o crescimento económico inclusivo. O aplicativo apresenta mais de 3.000 locais selecionados pelos FairTrippers, incluindo alojamentos familiares, restaurantes locais e experiências genuínas. Os utilizadores podem adicionar novos locais, que são validados pela equipa da FairTrip.

e controlar os existentes. O aplicativo também oferece recomendações personalizadas com base na localização, nas pesquisas ou nos FairTrippers seguidos, e está disponível offline para utilização mesmo sem conectividade à internet. O FairTrip tem como objetivo transformar a indústria do turismo em um motor de crescimento económico sustentável e de mudança social. Para mais informações: <https://www.fairtrip.org/>

Prós

- **Promove o turismo sustentável:** a FairTrip foca na promoção de negócios e atrações que seguem práticas sustentáveis e éticas, auxiliando os viajantes a fazer escolhas ecológicas que beneficiam as comunidades locais e o meio ambiente.
- **Listagens selecionadas:** O aplicativo disponibiliza uma lista selecionada de acomodações, restaurantes, atividades e lojas que foram avaliadas com base nas suas práticas de sustentabilidade. Isso assegura que os utilizadores possam confiar nas recomendações oferecidas pela FairTrip.
- **Engajamento da Comunidade:** A FairTrip fomenta uma comunidade de viajantes com interesses comuns que partilham uma paixão pelo turismo sustentável. Os utilizadores podem conectar-se, partilhar experiências e obter informações de outros viajantes dedicados a viagens responsáveis.
- **Avaliações e classificações de utilizadores:** O aplicativo apresenta avaliações e classificações elaboradas por utilizadores, oferecendo feedback valioso de outros viajantes. Isso auxilia os utilizadores a tomar decisões informadas com base em experiências reais.
- **Serviços de geolocalização:** o FairTrip utiliza geolocalização para recomendar empresas e atrações sustentáveis nas proximidades, facilitando aos viajantes a descoberta de opções ecológicas, independentemente da sua localização.
- **Acesso Offline:** O aplicativo possibilita que os utilizadores acessem a informações de viagem offline, o que é especialmente vantajoso em regiões com conectividade à internet limitada. Isso assegura que os viajantes possam sempre encontrar opções sustentáveis, mesmo quando estiverem fora da rede.
- **Medição de impacto:** o FairTrip ressalta o impacto social e ambiental positivo das empresas listadas, permitindo que os utilizadores percebam como as suas escolhas contribuem para os esforços de sustentabilidade e para as comunidades locais.
- **Suporte multilíngue:** o aplicativo disponibiliza suporte a diversos idiomas, tornando-se acessível a um público mais amplo e promovendo práticas de viagem sustentáveis em todo o mundo.
- **Integração com plataformas de reserva:** o FairTrip conecta-se a plataformas de reserva, possibilitando que os utilizadores reservem acomodações, atividades e serviços diretamente através da aplicação. Esta conveniência contribui para simplificar o processo de planeamento de viagens.
- **Guias de viagem e recomendações:** o aplicativo disponibiliza guias de viagem e sugestões centradas no turismo sustentável, apresentando conselhos práticos sobre como reduzir o impacto ambiental e apoiar as economias locais.
- **Contribuições dos utilizadores:** os utilizadores podem contribuir ao adicionar novos negócios e atrações sustentáveis que descobrirem, mantendo as listagens da aplicação diversificadas e atualizadas através de informações recolhidas.
- **Incentiva viagens responsáveis:** a FairTrip motiva os viajantes a considerarem a sua pegada ambiental e promove o turismo ético, o que pode resultar em experiências de viagem mais significativas e responsáveis.

Contras

- **Listagens limitadas:** a ênfase da FairTrip na sustentabilidade pode levar a um número reduzido de listagens em comparação com aplicativos de viagem mais abrangentes. Isso pode dificultar a identificação de opções, especialmente em destinos menos populares ou remotos.
- **Dependência das Contribuições dos Utilizadores:** A qualidade e a abrangência das listagens da FairTrip dependem fortemente das contribuições dos utilizadores. A entrada inconsistente ou escassa por parte dos utilizadores pode resultar em lacunas nas informações disponíveis.
- **Potencial Viés:** as avaliações e classificações dos utilizadores podem ser subjetivas e nem sempre refletem com precisão o serviço ou a experiência. Isso pode resultar em informações tendenciosas ou distorcidas.
- **Custos de subscrição:** o acesso a todos os recursos ou conteúdos premium pode exigir uma subscrição ou pagamentos adicionais, o que pode constituir uma barreira para alguns utilizadores.
- **Curva de aprendizagem:** utilizadores não familiarizados com os conceitos de sustentabilidade podem encontrar dificuldades em compreender e utilizar plenamente todos os recursos e recomendações disponibilizados pelo aplicativo.
- **Dependência da Internet para atualizações:** embora o FairTrip disponibilize acesso offline, o aplicativo continua a necessitar de conectividade com a Internet para atualizações e para aceder às listagens mais recentes. Esta situação pode representar uma limitação em regiões com conectividade de Internet deficiente.
- **Preocupações com a privacidade:** os utilizadores podem ter receios em relação ao compartilhamento da sua localização e hábitos de viagem com o aplicativo, especialmente na ausência de políticas de privacidade e medidas de proteção de dados bem definidas.
- **Escopo restrito:** o aplicativo pode não abranger todas as categorias de necessidades ou preferências de viagem, como viagens de luxo ou interesses específicos de nicho, restringindo assim seu apelo a um público mais vasto.
- **Qualidade variável dos anúncios:** embora o FairTrip tenha como objetivo promover negócios sustentáveis, a qualidade desses anúncios pode diferir consideravelmente, e nem todos podem satisfazer as expectativas dos utilizadores.
- **Concorrência com plataformas de maior dimensão:** a FairTrip compete com plataformas de viagens mais robustas e consolidadas que conseguem disponibilizar uma gama mais extensa de serviços, o que pode restringir a sua base de utilizadores e o seu crescimento.
- **Problemas de interface do utilizador:** alguns utilizadores podem considerar a interface do aplicativo menos intuitiva ou acessível em comparação com outros aplicativos de viagem, afetando a sua experiência global.
- **Dependência de alegações éticas:** o aplicativo baseia-se em práticas de sustentabilidade autodeclaradas por empresas, as quais nem sempre podem ser verificadas de forma independente, resultando em possíveis discrepâncias entre as alegações e as práticas efetivas.

Sugestões para a utilização do aplicativo FairTrip

- Torne-se um explorador do FairTrip:
<https://www.fairtrip.org/fairtripexplorers>
- Dê à sua viagem um propósito social com a FairTrip!:
<https://samuelebozzoni.medium.com/dê-um-propósito-social-à-sua-viagem-com-a-fairtrip-b7cd8cd0dff4>



Carbon footprint & CO2

Uma maneira rápida e direta de descobrir a pegada ecológica de cada indivíduo no ecossistema é através de um teste que analisa o meio de transporte utilizado para ir ao trabalho, a dieta adotada, as compras realizadas, os hábitos domésticos, as viagens efetuadas e as viagens programadas.

Adicionalmente, é possível beneficiar de dicas e sugestões úteis para promover correções.

seus hábitos diários de forma imediata. Além da sua pegada ecológica, pode também calcular digitalmente a sua pegada hídrica: Waterprint é o aplicativo que monitora a quantidade de água que consome diariamente e, ao avaliar o seu impacto ambiental, oferece sugestões para otimizar o desperdício.

Para mais informações, visite: <https://www.thecapture.club/>

Prós

- **Conscientização ambiental:** estas ferramentas promovem a sensibilização acerca das contribuições individuais e coletivas para as alterações climáticas, auxiliando os utilizadores a compreender o impacto ambiental das suas atividades quotidianas.
- **Mudanças comportamentais:** Ao acompanhar e visualizar a sua pegada de carbono e as emissões de CO2, os utilizadores são incentivados a adotar práticas mais sustentáveis e a diminuir o seu impacto ambiental.
- **Definição e acompanhamento de metas:** os utilizadores podem estabelecer objetivos para diminuir a sua pegada de carbono e as emissões de CO2, monitorizando o seu progresso ao longo do tempo. Isso contribui para manter a motivação e a responsabilidade na adoção de comportamentos sustentáveis.
- **Tomada de decisão fundamentada:** ferramentas de gestão da pegada de carbono e CO2 oferecem informações baseadas em dados que orientam processos de decisão, como a seleção de opções de transporte, a aquisição de produtos ou a implementação de alterações no estilo de vida.
- **Responsabilidade ambiental:** os utilizadores têm a capacidade de assumir a responsabilidade pelo seu impacto ambiental e contribuir para os esforços globais de mitigação das alterações climáticas, reduzindo a sua pegada de carbono e as emissões de CO2.
- **Economia de custos:** Diversas práticas sustentáveis que diminuem a pegada de carbono e as emissões de CO2, como a otimização da eficiência energética ou a adoção de alternativas de transporte, podem também gerar economias financeiras para os utilizadores ao longo do tempo.
- **Envolvimento da comunidade:** os utilizadores podem conectar-se com indivíduos e comunidades com interesses semelhantes, centrados na sustentabilidade, partilhando dicas, recursos e apoio para reduzir a pegada de carbono e as emissões de CO2.
- **Impacto positivo:** Ao diminuir a pegada de carbono e as emissões de CO2, os utilizadores colaboram nos esforços para mitigar as alterações climáticas, salvaguardar os ecossistemas naturais e aprimorar a qualidade do ar, resultando em benefícios para o meio ambiente e a saúde pública.
- **Uso corporativo e organizacional:** ferramentas de gestão da pegada de carbono e CO2 são igualmente valiosas para empresas, organizações e instituições que pretendem medir, reduzir e compensar as suas emissões de gases com efeito de estufa, como parte das iniciativas de responsabilidade social corporativa.
- **Advocacia política:** indivíduos e comunidades que utilizam essas ferramentas podem tornar-se defensores de mudanças políticas e ações coletivas para enfrentar as alterações climáticas em níveis local, nacional e internacional.

Contras

- **Complexidade:** O cálculo e a gestão da pegada de carbono e das emissões de CO2 podem ser complicados e requerer dados detalhados, o que pode desincentivar alguns utilizadores a envolverem-se plenamente com as ferramentas.
- **Precisão dos dados:** a exatidão dos cálculos da pegada de carbono está condicionada à qualidade e à integridade dos dados fornecidos pelos utilizadores, os quais podem variar e resultar em resultados imprecisos.
- **Escopo limitado:** algumas ferramentas de gestão da pegada de carbono e CO2 podem focar em aspectos específicos das emissões, como transporte ou consumo de energia, e podem não oferecer uma visão abrangente de todas as fontes de emissões.
- **Exige um uso intensivo de recursos:** monitorizar e gerir a pegada de carbono e as emissões de CO2 pode requerer um tempo e esforço consideráveis, especialmente para indivíduos ou organizações com operações complexas ou grandes pegadas de carbono.
- **Custo:** embora algumas ferramentas de gestão da pegada de carbono e CO2 possam ser gratuitas ou disponibilizar funcionalidades básicas sem custo, recursos mais avançados ou soluções abrangentes podem ter um preço, o que pode constituir uma barreira para alguns utilizadores.
- **Preocupações com a privacidade:** os utilizadores podem ter receios acerca da privacidade e da segurança dos seus dados ao utilizar ferramentas de gestão da pegada de carbono e CO2, especialmente se informações sensíveis forem recolhidas ou partilhadas com terceiros.
- **Dependência da infraestrutura tecnológica:** as ferramentas de gestão da pegada de carbono e CO2 dependem de tecnologia e infraestrutura, como o acesso à Internet e dispositivos móveis, que podem não ser universalmente acessíveis a todos os utilizadores, especialmente em regiões remotas ou desfavorecidas.
- **Mudança comportamental restrita:** embora as ferramentas de gestão da pegada de carbono e CO2 possam aumentar a conscientização e fornecer informações sobre emissões, nem sempre resultam em alterações comportamentais significativas ou reduções de emissões sem incentivos adicionais ou mecanismos de apoio.
- **Risco de Greenwashing:** Em determinadas situações, empresas ou organizações podem empregar ferramentas de gestão da pegada de carbono e CO2 como uma estratégia de marketing, sem adotar medidas efetivas para a redução das emissões, resultando em greenwashing ou alegações enganosas de sustentabilidade.
- **Variabilidade global:** os cálculos da pegada de carbono e as estratégias de gestão de emissões podem divergir substancialmente consoante a localização geográfica, o setor industrial, o ambiente regulatório e outros fatores, o que torna desafiador a aplicação de abordagens padronizadas de forma universal.

Sugestões sobre como usar o aplicativo Carbon footprint & CO2

- Perguntas frequentes:
<https://www.thecapture.club/about-us>
- Como funciona? Crie hábitos de vida sustentáveis e ganhe recompensas!
<https://www.thecapture.club/capture-for-you>



Refill

O aplicativo "Refill" é uma plataforma móvel concebida para auxiliar os utilizadores na localização de pontos próximos onde podem reabastecer gratuitamente ou a baixo custo as suas garrafas de água reutilizáveis. O objetivo do aplicativo é minimizar o desperdício de plástico, promovendo a utilização de recipientes reutilizáveis e desencorajando a aquisição de garrafas de água de plástico descartáveis. Os utilizadores podem utilizar o aplicativo Refill para localizar empresas participantes, como cafés, restaurantes, lojas e bebedouros públicos, que disponibilizam recargas de água. Estes locais são designados como "Estações de Recarga". O aplicativo geralmente fornece informações sobre o endereço, horário de funcionamento e quaisquer instruções específicas para a recarga em cada estação.

O aplicativo Refill pode incluir funcionalidades como avaliações de utilizadores, classificações e filtros que auxiliam na localização de Estações de Recarga de acordo com as preferências dos utilizadores, como acessibilidade ou qualidade da água. Algumas versões do aplicativo podem ainda oferecer recursos adicionais, como o rastreamento do número de garrafas plásticas poupadas através de recargas ou a promoção de iniciativas e campanhas sustentáveis.

De um modo geral, o aplicativo Refill funciona como uma ferramenta prática para indivíduos que desejam minimizar o seu impacto ambiental, evitando plásticos de uso único e escolhendo alternativas reutilizáveis.

Para mais informações, visite:

<https://www.refill.org.uk>

Prós

- **Redução de resíduos plásticos:** ao promover o uso de garrafas de água reutilizáveis e garantir acesso facilitado a estações de recarga, o aplicativo auxilia na diminuição do consumo de garrafas plásticas de uso único. Esta iniciativa contribui para atenuar a poluição plástica, um problema ambiental significativo a nível global.
- **Conveniência:** O aplicativo oferece aos utilizadores uma forma prática de localizar estabelecimentos nas proximidades onde podem reabastecer as suas garrafas de água. Isso elimina a necessidade de adquirir garrafas plásticas de uso único quando estão fora de casa, resultando em economia de tempo e dinheiro.
- **Promove o comportamento sustentável:** o Refill incentiva ativamente a adoção de práticas sustentáveis, facilitando para os indivíduos a realização de escolhas ecológicas em suas rotinas diárias. Ao utilizar o aplicativo, os usuários tornam-se mais conscientes do impacto de suas ações no meio ambiente e são motivados a adotar hábitos mais sustentáveis.
- **Engajamento da Comunidade:** O aplicativo fomenta um sentimento de envolvimento comunitário ao conectar utilizadores com empresas e estabelecimentos que apoiam práticas sustentáveis. Esta colaboração entre empresas e consumidores contribui para um esforço conjunto na redução do desperdício de plástico e na promoção da responsabilidade ambiental.
- **Interface intuitiva:** O Refill geralmente oferece uma interface intuitiva que permite aos utilizadores localizar facilmente postos de recarga nas proximidades. O aplicativo pode incorporar funcionalidades como mapas, filtros de pesquisa e avaliações de postos, visando aprimorar a usabilidade e proporcionar uma experiência satisfatória ao utilizador.
- **Oportunidades educacionais:** algumas versões da aplicação Refill podem incluir funcionalidades educativas e informações sobre o impacto ambiental dos plásticos de uso único. Isso contribui para a sensibilização e educa os utilizadores sobre a importância de reduzir o desperdício de plástico e adotar alternativas sustentáveis.

Contras

- **Cobertura restrita:** consoante a localização geográfica, a disponibilidade de estações de recarga pode ser reduzida. Utilizadores em determinadas áreas, especialmente em regiões rurais ou menos povoadas, podem deparar-se com menos opções para recarregar as suas garrafas de água através da aplicação.
- **Dependência da Participação:** A eficácia do aplicativo Refill está condicionada à participação de empresas e estabelecimentos dispostos a atuar como estações de recarga. Caso a adoção entre as empresas em uma determinada área seja baixa, os usuários poderão enfrentar dificuldades em localizar opções de recarga convenientes.
- **Qualidade variável:** a qualidade dos postos de recarga, incluindo o sabor da água, a limpeza e a disponibilidade de comodidades, pode apresentar grandes variações. Os utilizadores podem ter experiências distintas consoante o posto de recarga que frequentam, o que pode resultar em insatisfação.
- **Dependência Tecnológica:** Os utilizadores necessitam de um smartphone e de uma conexão à internet para utilizar o aplicativo Refill de maneira eficaz. Indivíduos sem acesso a essas tecnologias podem não conseguir usufruir da conveniência e do impacto ambiental proporcionados pelo aplicativo.
- **Manutenção e atualizações:** O aplicativo necessita de manutenção e atualizações regulares para assegurar informações precisas sobre os postos de carregamento. Na ausência de atualizações frequentes, os utilizadores podem deparar-se com listagens desatualizadas ou imprecisas, resultando em frustração e inconveniência.
- **Preocupações com Segurança e Privacidade:** Tal como em qualquer aplicação móvel, podem surgir inquietações relativas à privacidade e à segurança dos dados. Os utilizadores podem mostrar relutância em fornecer informações pessoais ou dados de localização à aplicação devido a questões de privacidade.
- **Desafios da mudança comportamental:** embora o aplicativo tenha como objetivo fomentar um comportamento sustentável, alguns utilizadores podem opor-se à mudança ou não dar prioridade a considerações ambientais ao tomar decisões sobre o consumo de água.

Sugestões para a utilização do aplicativo Refill

- Utilizando a aplicação Refill:
https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=jBPHlWE_IX0
- Potencialize a #RefillRevolution com a aplicação Refill GRATUITA:
<https://www.youtube.com/watch?v=Dtqt5ZoFL6k>



Junker é uma aplicação italiana concebida para auxiliar os utilizadores a distinguir e reciclar o lixo doméstico com precisão. Utiliza a leitura de códigos de barras e um banco de dados de produtos reconhecidos para orientar os utilizadores na triagem de resíduos.

Corretamente. O aplicativo está acessível para dispositivos iOS e Android e oferece uma gama de funcionalidades para apoiar práticas sustentáveis de gestão de resíduos. Para mais informações:

<https://www.junkerapp.it>

Prós

- **Separação de resíduos:** o Junker auxilia os utilizadores a distinguir e separar corretamente os resíduos domésticos, identificando os produtos através dos códigos de barras e oferecendo informações detalhadas sobre os materiais que compõem cada item.
- **Redução de erros e penalizações:** ao assegurar uma separação rigorosa dos resíduos, a aplicação diminui a margem de erro e a vulnerabilidade a multas e sanções por descarte inadequado.
- **Engajamento e feedback da comunidade:** os utilizadores podem contribuir para a base de dados da aplicação enviando fotografias de produtos desconhecidos, que são posteriormente integradas à base de dados para futuros utilizadores. Isso fomenta um sentido de comunidade e auxilia na melhoria da eficácia global da aplicação.
- **Serviços geolocalizados:** o aplicativo utiliza GPS para oferecer aos utilizadores informações sobre pontos de reciclagem nas proximidades e detalhes sobre a coleta de resíduos, promovendo a adesão a programas de reciclagem.
- **Calendário para recolha porta a porta:** a Junker disponibiliza um calendário para recolha porta a porta, assegurando que os utilizadores estejam informados sobre as datas e horários adequados para o descarte de resíduos.
- **Suporte multilíngue:** a aplicação disponibiliza suporte para 12 idiomas, tornando-a acessível a um público mais vasto.
- **Ferramenta estratégica para políticas da UE:** a Junker pode assumir um papel crucial ao auxiliar os Estados-Membros na implementação da Diretiva-Quadro Europeia de Resíduos e do Pacote de Economia Circular, oferecendo um serviço que conecta novas tecnologias à participação ativa dos cidadãos.
- **Coleta e harmonização de dados:** o aplicativo possui o potencial de reunir dados relevantes sobre a coleta e o descarte de resíduos, o que pode favorecer a harmonização das regulamentações de resíduos em toda a UE.
- **Interface intuitiva:** O aplicativo foi concebido para ser de fácil utilização, apresentando uma interface clara e acessível que o torna apropriado para uma vasta gama de utilizadores.
- **Melhoria contínua:** os desenvolvedores da aplicação interagem de forma proativa com os utilizadores, resolvendo problemas e incorporando novas funcionalidades para aprimorar a experiência global do utilizador.

Contras

- **Cobertura Geográfica Limitada:** Os utilizadores relataram dificuldades com o aplicativo, que não mapeia com precisão a coleta de resíduos em determinadas regiões, como os Estados Unidos ou municípios específicos como Cristo Rê. Esta limitação pode comprometer a eficácia do aplicativo em áreas onde os dados de coleta de resíduos não são devidamente mapeados.
- **Problemas técnicos:** alguns utilizadores enfrentaram dificuldades técnicas com a aplicação, como a detecção incorreta da localização, que os posiciona em um país diferente, ou a dificuldade em localizar lugares específicos, como Sydney, Austrália. Estas questões técnicas podem afetar a experiência do utilizador e a funcionalidade da aplicação.
- **Incapacidade de Carregar Fotos Pré-Tiradas:** Os utilizadores manifestaram frustração relativamente à limitação do aplicativo que impede o carregamento de fotos pré-tiradas para a identificação de resíduos. Esta restrição pode ser inconveniente para aqueles que desejam reportar itens de resíduos na ausência física no local.
- **Problemas de notificação:** Foram recebidas queixas sobre problemas contínuos de notificação, mesmo após a desativação das configurações de economia de energia no dispositivo. Esta questão pode comprometer a usabilidade do aplicativo e a capacidade do utilizador de receber atualizações e alertas em tempo útil.
- **Suporte a idiomas:** embora o aplicativo ofereça suporte a diversos idiomas, podem surgir situações em que barreiras linguísticas ou problemas de tradução comprometam a experiência do utilizador e a compreensão das funcionalidades e instruções do aplicativo.
- **Preocupações relativas à coleta de dados:** apesar de o aplicativo criptografar os dados em trânsito, alguns utilizadores podem manifestar apreensões acerca dos tipos de dados recolhidos pelo aplicativo, como a localização e as fotografias, bem como sobre a gestão e o armazenamento desses dados.

Sugestões para a utilização do aplicativo Junker

- Perguntas frequentes:
<https://www.junkerapp.it/faq/>
- Tutorial:
<https://www.junkerapp.it/i-tutorial-di-junker/>



Ecobnb é uma plataforma voltada para o turismo sustentável, que possibilita aos utilizadores reservar alojamentos ecológicos na Itália e na Europa. A plataforma disponibiliza uma diversidade de opções, incluindo casas na árvore, hotéis sustentáveis e quintas orgânicas.

e bed & breakfasts ecológicos. O Ecobnb tem como objetivo promover viagens lentas e sustentáveis, oferecendo itinerários a pé, de bicicleta, de trem, de canoa ou a cavalo, além de mapear rotas ecológicas em todo o mundo. Para obter mais informações: <https://ecobnb.it/>

Prós

- **Acomodações sustentáveis:** a Ecobnb disponibiliza uma rede de acomodações ecossustentáveis, reconhecida como uma relevante Comunidade Italiana de Turismo Sustentável e uma comunidade em expansão na Europa.
- **Suporte comunitário:** a plataforma é estruturada em torno de uma comunidade de utilizadores que partilham as suas experiências e recomendações para viagens sustentáveis, promovendo um espírito de comunidade e colaboração.
- **Programa de recompensas:** o Ecobnb possui um programa de recompensas denominado Reconnect, que premia os utilizadores pelas suas escolhas de viagens sustentáveis, promovendo práticas de turismo responsável.
- **Baixo Impacto Ambiental:** A plataforma incentiva o turismo responsável com reduzido impacto ambiental, priorizando alimentos orgânicos, rotas sustentáveis, viagens lentas e outras práticas ecológicas.
- **Variedade de opções:** o Ecobnb disponibiliza uma vasta gama de acomodações, incluindo casas na árvore, hotéis sustentáveis, quintas orgânicas e pousadas ecológicas, satisfazendo diversas preferências e orçamentos.
- **Experiências Singulares:** A plataforma oferece experiências singulares, como itinerários a pé ou de bicicleta, canoa ou comboio, de e-bike ou a cavalo, permitindo aos utilizadores explorar a natureza e a cultura de maneira sustentável.
- **Económico:** o ecoturismo pode ser económico, uma vez que geralmente implica alojar-se em acomodações locais e ecológicas, além de participar em atividades ao ar livre, em vez de despende dinheiro em resorts de luxo e tratamentos de spa.
- **Saúde e bem-estar:** o ecoturismo fomenta a saúde e o bem-estar ao oferecer oportunidades para a prática de atividade física, relaxamento e ligação com a natureza, o que pode aprimorar o bem-estar geral.
- **Preservação do meio ambiente:** a plataforma fomenta a preservação ambiental através de iniciativas de conservação, como o plantio de árvores, a purificação de águas e a diminuição do desperdício.
- **Apoio às comunidades locais:** o ecoturismo promove o desenvolvimento económico das comunidades locais, criando oportunidades de emprego e sustentando as empresas regionais.

Contras

- **Ausência de Conforto e Condições de Alojamento:** Indivíduos não preparados para a vida ao ar livre devem evitar embarcar no ecoturismo de forma impulsiva. A natureza é deslumbrante, mas passar semanas em ambientes naturais sem água quente, uma alimentação regular ou um sono reparador não é adequado para todos.
- **Animais selvagens em seu habitat natural:** É fundamental estar preparado para interagir com os animais ao realizar uma viagem desse tipo. Os animais selvagens não estão habituados à presença humana e podem reagir de forma agressiva. A contratação de um guia é a opção mais recomendável neste contexto.
- **Problemas de segurança:** Uma desvantagem considerável é a inacessibilidade de todos os destinos de viagem almejados. Cada país possui diversas reservas e parques que se estendem por vastas áreas e não estão disponíveis ao público em geral.
- **Custo:** Certas acomodações no Ecobnb podem apresentar preços superiores aos das opções tradicionais, especialmente aquelas que possuem características singulares, como casas na árvore ou quintas orgânicas.
- **Aplicativo:** Neste momento, ainda não foi desenvolvido um aplicativo.

Sugestões para a utilização do aplicativo Ecobnb

- FAQ – Respostas às questões mais frequentes:
<https://ecobnb.it/blog/faq/>
- Ecobnb - descubra a sua acomodação sustentável:
<https://www.youtube.com/watch?v=Vy2TwQw2fCo>
- Como se inscrever no Ecobnb:
<https://www.youtube.com/watch?v=qdWBkLRR25Y>



Too Good To Go

Too Good To Go é uma aplicação móvel que possibilita aos utilizadores adquirir produtos alimentares a preços reduzidos em estabelecimentos, restaurantes e cafés locais, com o intuito de prevenir o desperdício.

O aplicativo está disponível na Europa, nos EUA e no Canadá, tendo já evitado o desperdício de cerca de quatro refeições por segundo.

Para mais informações, visite:

<https://www.toogoodtogo.com>

Prós

- **Aplicativo intuitivo:** o aplicativo apresenta uma navegação simples, facilitando para os usuários a localização e aquisição de produtos alimentares com desconto de empresas locais.
- **Descontos substanciais em alimentos de elevada qualidade:** os utilizadores podem aceder a alimentos de alta qualidade com reduções significativas, permitindo-lhes desfrutar de refeições de excelência por uma fração do preço habitual.
- **Redução do desperdício alimentar:** a Too Good To Go contribui para a diminuição do desperdício de alimentos ao conectar restaurantes e cafés com clientes, permitindo a venda de produtos excedentes que, de outra forma, seriam eliminados.
- **Apoio a empresas locais:** a aplicação oferece suporte a empresas alimentares locais, auxiliando-as na venda de excedentes alimentares e na diminuição do desperdício, especialmente em períodos desafiadores como a pandemia.
- **Uma forma económica de descobrir novos alimentos:** os utilizadores podem explorar e degustar novos pratos a um custo reduzido, tornando-se uma opção acessível para os amantes da gastronomia que procuram novas experiências culinárias.
- **Variedade de retalhistas:** a aplicação disponibiliza uma diversidade de retalhistas, incluindo padarias, supermercados, cafés e restaurantes, oferecendo aos utilizadores uma vasta seleção de opções.

Contras

- **Disponibilidade restrita de sacolas populares:** determinadas sacolas de supermercados e restaurantes de prestígio podem esgotar-se rapidamente, exigindo que os utilizadores consultem frequentemente o aplicativo para efetuar reservas.
- **Horário de retirada restrito:** os horários de retirada costumam ser restritos, o que pode gerar estresse e dificuldades, especialmente durante os períodos de maior movimento ou se os utilizadores tiverem agendas sobrecarregadas.
- **Incerteza na escolha de alimentos:** os utilizadores podem não ter conhecimento prévio sobre o tipo de alimento que estão a adquirir, o que pode representar um desafio para pessoas com alergias alimentares ou preferências alimentares específicas.
- **Limitações geográficas:** consoante a localização do utilizador, pode existir um número restrito de retalhistas disponíveis na aplicação, afetando a diversidade e a disponibilidade de opções.

Sugestões para a utilização do aplicativo Too Good To Go

- O que é Too good to go?:
<https://www.youtube.com/watch?v=9bbsOQX6nmQ>
- Como opera a aplicação Too Good to Go:
<https://www.youtube.com/watch?v=0GIpPbJwQk8>



Moovit é o aplicativo que possibilita o planejamento de rotas em extensas áreas urbanas, selecionando a rota e o modo mais convenientes do ponto de vista ambiental e económico. Para além dos modos clássicos de transporte, como o transporte público ou automóvel, integra outras formas de mobilidade, como táxis ou veículos de partilha, bem como micro mobilidade, incluindo bicicletas, scooters elétricas e motoretas elétricas. Permite ainda a reserva direta desses serviços através do aplicativo, frequentemente com a opção de pagamento em apenas alguns cliques.

Ao integrar dados oficiais de transporte público com informações fornecidas pelos utilizadores através da rede, o Moovit consegue oferecer dados em tempo real sobre o estado do serviço de transporte (como comboios, autocarros e elétricos). Adicionalmente, o aplicativo está ligado a portais de notícias locais e envia alertas por meio de notificações push sempre que ocorrem alterações nos serviços, greves do setor ou avisos meteorológicos.

Para obter mais informações:

<https://moovit.com/>

Prós

- **Interface amigável:** o Moovit apresenta uma interface clara e intuitiva que permite aos utilizadores inserir o seu destino e escolher o meio de transporte de sua preferência.
- **Alertas em tempo real:** o aplicativo oferece notificações de "desembarque" que informam os utilizadores quando é o momento de sair do ônibus ou do trem, auxiliando-os a manter-se na rota correta durante a viagem.
- **Geolocalização pormenorizada:** o rastreamento de geolocalização do Moovit é notavelmente minucioso, oferecendo informações sobre a direção em que o utilizador está a olhar, o que se revela especialmente útil ao desembarcar de um trem e ao tentar identificar qual saída utilizar.
- **Informações de trânsito em tempo real:** ao partilhar anonimamente as localizações dos utilizadores, o Moovit recolhe dados sobre o desempenho em tempo real de comboios e autocarros, prevendo com precisão a sua chegada num intervalo de dois minutos.
- **Relatórios ativos:** o Moovit possibilita que os utilizadores reportem ativamente o estado de uma linha de transporte público durante a sua viagem, contribuindo para alertar outros utilizadores sobre eventuais atrasos.
- **Disponibilidade:** O aplicativo encontra-se disponível de forma gratuita nas plataformas iOS e Android.

Contras

- **Atualizações limitadas de geolocalização:** a geolocalização do Moovit enfrentou dificuldades para atualizar sem o serviço completo de dados móveis, resultando na perda da localização do utilizador em várias ocasiões devido à cobertura insuficiente de dados móveis no seu telefone.
- **Banco de dados restrito de nomes de locais:** embora a inserção de uma estação ou endereço tenha sido bem-sucedida em todas as ocasiões, a pesquisa pelo nome de uma loja ou restaurante apenas obteve êxito em duas ocasiões durante os testes, uma vez que o banco de dados de pontos de interesse do Moovit é limitado em comparação com o Google Maps.
- **Requer dados móveis:** o aplicativo opera quando os utilizadores dispõem de cobertura de telemóvel, mas torna-se ineficaz quando não têm acesso a dados, como em algumas estações de metro antigas.
- **Otimização necessária para relatórios:** a implementação atual da funcionalidade de relatórios ativos requer que os utilizadores elaborem respostas personalizadas, o que poderia ser mais simplificado.

Sugestões para a utilização do aplicativo Moovit

- Blogue: <https://moovit.com/it/blog/>
- Como utilizar o Moovit para planear, pagar e viajar de transporte público em Ohio e no norte do Kentucky:
<https://www.youtube.com/watch?v=WzlAwuZzEps>
- Vídeo instrucional da aplicação de transporte Moovit:
<https://www.youtube.com/watch?v=AdlWvOhS6t8>



A plataforma greenApes constitui um ecossistema digital dedicado à sustentabilidade, com o objetivo de fomentar comportamentos e ações ecologicamente responsáveis. Trata-se de uma plataforma orientada pela comunidade, onde os utilizadores podem partilhar ideias e iniciativas verdes, aprender uns com os outros e ser recompensados pelos seus comportamentos sustentáveis.

A plataforma foi concebida para envolver cidadãos, empresas e organizações em iniciativas e projetos sustentáveis, visando a construção de um futuro mais sustentável.

Para obter mais informações:
<https://www.greenapes.com/>

Prós

- **Promove comportamentos sustentáveis:** a greenApes tem como objetivo envolver cidadãos, empresas e organizações em ações e práticas sustentáveis, contribuindo para um futuro mais ecológico.
- **Mecanismos de partilha:** a plataforma possibilita que os utilizadores partilhem as suas ideias e ações sustentáveis com a comunidade, promovendo a colaboração e a aprendizagem.
- **Sistema de recompensas:** os utilizadores podem acumular pontos através de comportamentos sustentáveis e trocá-los por recompensas e descontos de empresas parceiras, promovendo ações ecológicas.
- **Projetos inovadores:** a greenApes desenvolve e colabora em projetos inovadores com cidades, empresas e organizações para promover a sustentabilidade.
- **Pesquisa e Inovação:** A plataforma participa em projetos internacionais de investigação e inovação centrados em paisagens urbanas sustentáveis, dietas e mobilidade.
- **Aplicativos satélite:** a greenApes desenvolve aplicações e tecnologias para certificar comportamentos sustentáveis e colabora com empresas de software externas para promover mecanismos de recompensa e envolvimento.
- **Teste de estilo de vida:** a plataforma disponibiliza um teste de estilo de vida que calcula a pegada de carbono dos utilizadores e oferece recomendações personalizadas para a sua redução.
- **Certificação B Corp:** a greenApes é uma B Corp certificada, reconhecida pelo seu compromisso com a sustentabilidade e a responsabilidade social.

Contras

- **Informações limitadas sobre a eficácia:** As fontes apresentadas não contêm dados ou estudos que evidenciem o impacto real da plataforma greenApes na diminuição das emissões de carbono ou na promoção de comportamentos sustentáveis.
- **Dependência do envolvimento do utilizador:** o êxito da plataforma está intimamente ligado ao envolvimento e à participação do utilizador na partilha de ações sustentáveis e na obtenção de recompensas, o que pode ser difícil de sustentar ao longo do tempo.
- **Alcance geográfico restrito:** apesar de a greenApes ter estabelecido parcerias com cidades como Milão e Parma, na Itália, as fontes não esclarecem se a plataforma possui um alcance internacional mais abrangente ou se o seu foco principal reside na Itália.
- **Potencial para Greenwashing:** Na ausência de métricas claras e transparência, existe o risco de que a plataforma seja utilizada para greenwashing por empresas ou organizações, permitindo-lhes aparentar ser mais sustentáveis sem a implementação de ações significativas.
- **Falta de avaliação independente:** as fontes provêm do site greenApes e não incluem qualquer avaliação independente ou de terceiros sobre a eficácia ou o impacto da plataforma.

Sugestões para a utilização do aplicativo GreenApes

1. Uma Caixa Mágica recompensando ciclistas que passam por:
<https://www.youtube.com/watch?v=nsnbmIU3Lpc>
2. GreenApes - inspire o mundo com o seu estilo de vida sustentável!
<https://www.youtube.com/watch?v=cdYMBTCub2Q>



A plataforma Oroeco é um ecossistema digital dedicado à sustentabilidade, capacitando indivíduos e comunidades a amplificar suas ações em prol de mudanças globais positivas. Oferece classificações de sustentabilidade para mais de 5.000 empresas, permitindo que os utilizadores monitorem os impactos climáticos das suas decisões diárias. A plataforma conta com uma rede especializada de utilizadores verificados que podem enriquecer os seus conhecimentos e proporcionar valor adicional. Os utilizadores podem interagir com a plataforma.

por meio de diversos canais, incluindo redes sociais e e-mail, para partilhar os seus pensamentos e opiniões sobre questões de sustentabilidade. A plataforma tem como objetivo influenciar o comportamento da empresa, mobilizando uma variedade de partes interessadas, incluindo consumidores, investidores e especialistas. Ela oferece informações práticas sobre sustentabilidade e potencializa o papel dos especialistas para amplificar as suas vozes na área da sua especialização. Para obter mais informações:

<https://www.oroeco.org/>

Prós

- **Rastreamento da pegada de carbono:** o aplicativo monitora os dados de despesas dos utilizadores e calcula a sua pegada de carbono com base nas suas aquisições, oferecendo uma compreensão clara do seu impacto ambiental.
- **Integração de redes sociais:** os utilizadores podem partilhar a sua pegada de carbono com amigos e participar num desafio "quem é o mais verde?", promovendo um sentido de comunidade e uma competição saudável para reduzir as emissões de carbono.
- **Compra de compensação de carbono:** o aplicativo possibilita que os utilizadores compensem a sua pegada de carbono adquirindo compensações de carbono com um simples toque, simplificando a mitigação dos impactos ambientais adversos.
- **Interface intuitiva:** o aplicativo exibe informações em um gráfico de fácil compreensão, tornando-o acessível a uma vasta gama de utilizadores.
- **Recursos premium:** a aplicação disponibiliza funcionalidades premium, como o acompanhamento do progresso na diminuição da pegada de carbono e a integração com o Mint.com para dados financeiros mais detalhados.
- **Abordagem inovadora:** a estratégia da Oroeco de integração com o Mint.com e a utilização de dados do grupo de pesquisa Cool Climate da UC Berkeley oferece um método distinto e abrangente para a estimativa de pegadas de carbono.
- **Competições e incentivos:** o aplicativo organiza competições com prémios ecológicos para motivar os utilizadores a diminuir ainda mais a sua pegada de carbono em casa.
- **Avaliações de especialistas:** a plataforma possibilita que os utilizadores comentem e avaliem empresas, oferecendo insights valiosos e influenciando a forma como milhões de dólares são investidos por empresas como a Etho Capital.

Contras

- **Falhas recorrentes e problemas de conectividade** que impedem os utilizadores de aceder a todos os recursos da aplicação. A aplicação frequentemente falha na conexão e apresenta mensagens de erro.
- **Funcionalidade restrita** em relação às expectativas para um aplicativo de 2020. Vários recursos essenciais, como o monitoramento do progresso na diminuição da pegada de carbono, estão indisponíveis devido a dificuldades técnicas.
- **Baixas classificações de utilizadores**, com o aplicativo a apresentar apenas 2,3 estrelas na Google Play Store em maio de 2018. Isso indica que muitos outros utilizadores também ficaram desiludidos com o desempenho do aplicativo.
- **Desatualizado**, com a última atualização na Google Play Store em maio de 2018. O aplicativo não aparenta ser mantido ou aprimorado de forma ativa.
- **Embora o conceito de um aplicativo para monitorizar a pegada de carbono seja promissor**, o aplicativo Oroeco não corresponde às expectativas em termos de desempenho e experiência do utilizador em 2020, conforme indicado na análise. Aplicativos mais inovadores e funcionais podem ser necessários para envolver eficazmente os utilizadores na diminuição do seu impacto ambiental.

Sugestões para a utilização do aplicativo Oroeco

1. Animação Oroeco:
<https://www.youtube.com/watch?v=4FzKU0QCFho&t=3s>



Green Globe

A plataforma Green Globe constitui um sistema abrangente de certificação e gestão de sustentabilidade voltado para a indústria de viagens e turismo. Inclui um programa de avaliação estruturado com 44 critérios principais e mais de 380 indicadores de conformidade. A plataforma Green Globe Solutions (GSS), baseada em nuvem, permite que os membros gerenciem os seus processos de certificação e auditoria, facilitando a colaboração, o compartilhamento de documentos e o acesso remoto. Os membros são submetidos a auditorias independentes no local e têm acesso a cursos de formação em sustentabilidade online através da Green Globe Academy.

A plataforma oferece serviços de comunicação e relações públicas para promover membros certificados e aumentar a sensibilização sobre turismo sustentável. A Green Globe também estabelece parcerias com plataformas de reserva e programas para apresentar seus membros certificados a viajantes ecologicamente conscientes.

Ao disponibilizar um sistema de certificação sólido, auditoria, formação e apoio ao marketing, a plataforma Green Globe capacita empresas de viagens e turismo a avaliar, certificar e promover as suas práticas de sustentabilidade.

Para obter mais informações:

<https://www.greenglobe.com>

Prós

- **Impactos ambientais minimizados:** edifícios com certificação Green Globes tendem a ter impactos ambientais inferiores em comparação com edifícios não certificados, resultando na diminuição das emissões de gases de efeito estufa, do consumo de água e da geração de resíduos.
- **Maior eficiência energética e hídrica:** edifícios com certificação Green Globes tendem a economizar mais energia e água em comparação com edifícios não certificados, resultando em custos operacionais reduzidos e maior satisfação dos inquilinos.
- **Melhor saúde e bem-estar dos ocupantes:** edifícios com certificação Green Globes tendem a oferecer uma qualidade do ar interior superior, promovendo a saúde e o bem-estar dos ocupantes, o que pode resultar em um aumento da produtividade e na diminuição do absenteísmo.
- **Maior comercialização e valor:** a certificação Green Globes pode tornar os edifícios mais atrativos para inquilinos e investidores, elevando sua comercialização e valor.
- **Certificação reconhecida:** O Green Globes é um programa de certificação em sustentabilidade amplamente reconhecido e aceito por diversas empresas e organizações.
- **Avaliação abrangente:** o processo de certificação Green Globes oferece uma análise detalhada do desempenho ambiental de um edifício em várias dimensões.
- **Flexibilidade e escalabilidade:** O sistema Green Globes é adaptável e pode ser implementado em uma vasta gama de tipos de edifícios, tanto novos como existentes.

Contras

- **Custo:** O custo associado à implementação do sistema de classificação Green Globes pode representar um obstáculo para alguns projetos.
- **Compromisso temporal:** O processo de certificação Green Globes pode ser prolongado, especialmente para projetos de grande dimensão ou complexidade.
- **Complexidade:** O sistema de classificação do Green Globes apresenta uma complexidade que pode dificultar a compreensão de todos os requisitos por parte de alguns proprietários e operadores de edifícios.
- **Verificação por terceiros:** o sistema de classificação do Green Globes requer a validação por terceiros, o que pode incorrer em custos e tempo adicionais ao processo.
- **Banco de dados restrito de edifícios certificados:** em comparação com outros programas de certificação de edifícios sustentáveis, a quantidade de edifícios certificados pelo Green Globes pode ser mais reduzida.
- **Potencial para Greenwashing:** Na ausência de supervisão e transparência adequadas, a certificação Green Globes poderá ser utilizada para fins de greenwashing por determinadas organizações.

Sugestões para a utilização do aplicativo Green Globe

- Perguntas frequentes:
<https://www.greenglobe.com/faqs>
- Green Globe - Turismo Sustentável:
<https://www.youtube.com/watch?v=XhSYrzCVZfM>
- Certificado Green Globe:
https://www.youtube.com/watch?v=l1_1du7Xd38



Giki

A Giki é uma plataforma abrangente de envolvimento em sustentabilidade que capacita indivíduos e organizações a adotarem ações climáticas.

Ele disponibiliza uma gama de ferramentas e recursos para auxiliar os utilizadores a compreender, monitorizar e minimizar a sua pegada ambiental.

Para obter mais informações:

<https://giki.earth/>

Prós

- **Interface intuitiva:** o Giki Zero foi concebido para ser completamente responsivo e compatível com a maioria dos navegadores e plataformas populares, facilitando a sua utilização e tornando-o acessível a uma vasta gama de utilizadores.
- **Cálculo abrangente da pegada de carbono:** o Giki Zero avalia as pegadas de carbono com base em mais de 30 categorias distintas, incluindo consumo de eletricidade, hábitos alimentares e quilómetros percorridos, oferecendo uma estimativa abrangente do impacto ambiental de um indivíduo.
- **Orientação passo a passo:** a plataforma disponibiliza uma orientação detalhada para auxiliar os utilizadores a compreender e reduzir a sua pegada de carbono, com mais de 160 etapas adaptadas a diversos estilos de vida e orçamentos.
- **Feedback personalizado:** o Giki Zero oferece feedback personalizado aos utilizadores, auxiliando-os a acompanhar o seu progresso e a perceber o impacto das suas ações.
- **Engajamento comunitário:** a plataforma fomenta um sentimento de comunidade ao possibilitar que os utilizadores partilhem o seu progresso e concorram com outros para minimizar a sua pegada de carbono.
- **Plataforma fundamentada na ciência:** o Giki Zero é desenvolvido com base em investigações e dados científicos, assegurando que as informações e etapas apresentadas sejam fundamentadas em evidências e eficazes.
- **Custo-benefício:** a plataforma é isenta de custos para indivíduos e proporciona uma solução económica para empresas que desejam envolver os colaboradores na sustentabilidade.
- **Personalizável:** o Giki Zero pode ser ajustado para satisfazer as necessidades de diversas empresas e organizações, transformando-se numa ferramenta versátil para o envolvimento dos colaboradores.

Contras

- **Compromisso temporal:** a plataforma requer um investimento de tempo por parte dos utilizadores para acompanhar o seu progresso e interagir com a mesma, o que pode constituir uma barreira para alguns indivíduos.
- **Complexidade:** A plataforma pode apresentar complexidade, especialmente para aqueles que não estão familiarizados com questões de sustentabilidade ou pegadas de carbono, o que pode gerar confusão ou frustração.
- **Banco de dados restrito:** o banco de dados de edifícios certificados da plataforma pode ser restrito em comparação com outros programas de certificação de sustentabilidade.
- **Problemas técnicos:** Podem ocorrer problemas técnicos em virtude da complexidade da plataforma e da necessidade de atualizações constantes.
- **Custo para empresas:** embora a plataforma seja gratuita para utilizadores individuais, as empresas podem necessitar de arcar com os custos de implementação do programa, o que pode representar um obstáculo para algumas organizações.
- **Disponibilidade restrita:** a plataforma encontra-se atualmente disponível em 10 países, o que pode restringir a sua acessibilidade para utilizadores em outras regiões.

Sugestões para a utilização do aplicativo Giki

- Metodologia Giki:
<https://giki.earth/methodology/>
- Perguntas frequentes:
<https://giki.earth/faqs/>
- Giki Zero: O seu guia passo a passo para uma vida sustentável:
<https://giki.earth/giki-zero-your-step-by-step-guide-to-a-sustainable-life/>
- Conheça o Giki:
<https://www.youtube.com/watch?v=5EP9HSBwLAQ&t=14s>



Ecosia é um motor de busca que destina 100% dos seus lucros a iniciativas climáticas. A empresa já plantou mais de 200 milhões de árvores em todo o mundo e pretende prosseguir com esse esforço através do seu navegador. O navegador oferece filtros de busca ecológicos, classificações de compromissos climáticos e um chat com IA para respostas sustentáveis. Inclui ainda funcionalidades como compras com impacto, navegação privada e economia de energia.

O navegador é otimizado para velocidade, carregando páginas até três vezes mais rapidamente do que a maioria dos navegadores convencionais. É personalizável e permite que os utilizadores escolham um papel de parede de projetos de reflorestamento. Ao utilizar o Ecosia Browser, os utilizadores podem gerar energia limpa, plantar árvores e contribuir para projetos de ação climática sem custo adicional. Para obter mais informações:

<https://www.ecosia.org/>

Prós

- **Recursos ecológicos:** o navegador Ecosia apresenta diversos recursos ecológicos, incluindo um ícone de folha verde para identificar sites sustentáveis, classificações de compromissos climáticos para empresas e resultados de pesquisa sustentáveis com tecnologia de IA.
- **Geração de energia renovável:** O navegador produz 25 Wh de energia renovável por utilizador diariamente, o que é suficiente para alimentar uma lâmpada durante 3 horas, utilizando as centrais de energia solar da Ecosia.
- **Plantio de árvores:** a Ecosia destina 100% dos seus lucros ao plantio de árvores e a outros projetos de ação climática, tendo já plantado mais de 200 milhões de árvores em todo o mundo.
- **Focado na privacidade:** o navegador salvaguarda a privacidade do utilizador ao eliminar o histórico de pesquisa a cada 7 dias e ao não comercializar dados do utilizador.
- **Personalização:** Os utilizadores podem personalizar o navegador com papéis de parede dos projetos de reflorestamento da Ecosia e selecionar quais funcionalidades exibir na página inicial.
- **Rápido e eficiente:** o navegador é otimizado para a velocidade, carregando páginas até 3 vezes mais rapidamente do que os navegadores tradicionais, graças ao seu bloqueador de anúncios integrado.
- **Relatórios transparentes:** a Ecosia disponibiliza relatórios financeiros mensais para assegurar a transparência sobre a utilização dos lucros da empresa.

Contras

- **Qualidade da pesquisa:** alguns utilizadores podem considerar que os resultados de pesquisa do Bing não são tão abrangentes ou precisos quanto os do Google.
- **Alcance restrito:** como um navegador mais recente, o Ecosia pode apresentar uma base de utilizadores inferior em comparação com concorrentes predominantes como o Google Chrome.
- **Dependência da adoção do utilizador:** o êxito das iniciativas climáticas da Ecosia depende significativamente da adoção e do envolvimento do utilizador com o navegador.
- **Possíveis problemas de desempenho:** a ênfase do navegador em recursos ecológicos e na geração de energia renovável pode ocasionar alguns problemas de desempenho ou compatibilidade.
- **Personalização restrita:** embora o navegador disponibilize algumas opções de personalização, a variedade de funcionalidades e configurações pode ser mais restrita em comparação com os navegadores convencionais.

Sugestões para a utilização do aplicativo Ecosia.

1. O que é o Ecosia e como funciona?:
<https://www.youtube.com/watch?v=yRDA1ynrHTU>



Good On You é uma plataforma que disponibiliza classificações de sustentabilidade para mais de 3.000 marcas de moda. Cada marca é avaliada com uma classificação de cinco, tendo em conta o seu impacto nas pessoas, no planeta e nos animais. A plataforma oferece um aplicativo que permite o acesso facilitado às classificações das marcas e a ofertas exclusivas de marcas bem avaliadas. Good On You proporciona uma vasta gama de informações sobre moda ética, incluindo notícias, dicas, edições de estilo e guias que auxiliam os consumidores na realização de escolhas mais sustentáveis.

A plataforma estabelece parcerias com marcas para auxiliá-las na melhoria das suas práticas de sustentabilidade através do programa Good Measures. Good On You é reconhecida como uma fonte fidedigna de informações sobre moda ética, embora alguns utilizadores notem que as classificações das marcas podem não estar sempre completamente atualizadas. A plataforma recebeu o apoio de figuras públicas como Emma Watson e foi destacada em publicações como o New York Times e o The Guardian.

Para obter mais informações:

<https://goodonyou.eco/>

Prós

- **Classificações abrangentes de sustentabilidade:** a Good On You oferece classificações detalhadas de sustentabilidade para mais de 3.000 marcas de moda, auxiliando os consumidores a tomar decisões informadas sobre as suas aquisições.
- **Fácil de utilizar:** a aplicação é intuitiva, permitindo que os utilizadores verifiquem com facilidade o impacto das suas marcas de moda favoritas nas pessoas, no planeta e nos animais.
- **Ofertas exclusivas:** os utilizadores podem aceder a promoções exclusivas de marcas altamente avaliadas, tornando a moda sustentável mais acessível e económica.
- **Conhecimento e educação:** Good On You disponibiliza uma vasta gama de informações sobre moda ética, incluindo notícias, dicas, edições de estilo e guias que auxiliam os consumidores a tomar decisões mais sustentáveis.
- **Engajamento da comunidade:** a plataforma promove o envolvimento da comunidade, permitindo que os utilizadores forneçam feedback às marcas, estimulando-as a aprimorar as suas práticas de sustentabilidade.
- **Parcerias e colaborações:** a Good On You estabelece parcerias com outras organizações, como a FARFETCH, para desenvolver ferramentas como o Good Measures, que auxiliam as marcas a aprimorar a sua sustentabilidade.
- **Melhoria contínua:** o aplicativo é atualizado de forma regular com novos recursos e aperfeiçoamentos, assegurando que os utilizadores tenham acesso às informações e ferramentas mais recentes.
- **Confiança e credibilidade:** Good On You é uma fonte fidedigna e bem fundamentada de informações sobre moda ética, com o apoio de personalidades públicas como Emma Watson.
- **Alcance global:** a plataforma está acessível em todo o mundo, permitindo que os utilizadores acessem as informações e classificações de marcas de diversas regiões.
- **Impacto e influência:** ao utilizar o Good On You, os utilizadores podem contribuir para uma indústria da moda mais sustentável e influenciar as marcas a implementarem mudanças positivas.

Contras

- **Qualidade da pesquisa:** alguns utilizadores podem considerar que os resultados de pesquisa do Bing na plataforma Good On You não são tão abrangentes ou precisos quanto os oferecidos pelo Google.
- **Alcance restrito:** sendo uma plataforma mais recente, a Good On You pode apresentar uma base de utilizadores inferior em comparação com os intervenientes mais consolidados no setor da moda sustentável.
- **Dependência da adoção do utilizador:** o êxito das iniciativas de sustentabilidade da Good On You depende significativamente da ampla adoção e do envolvimento do utilizador com a plataforma.
- **Possíveis problemas de desempenho:** a ênfase da plataforma em recursos ecológicos e avaliações de sustentabilidade fundamentadas em dados pode ocasionar alguns desafios de desempenho ou compatibilidade para os utilizadores.
- **Personalização restrita:** embora o Good On You disponibilize algumas opções de personalização, a gama de recursos e configurações pode ser mais limitada em comparação com outras plataformas de moda e compras.
- **Possíveis classificações de marcas desatualizadas:** alguns utilizadores observaram que as classificações de sustentabilidade de determinadas marcas de moda podem não estar sempre completamente atualizadas na plataforma Good On You.
- **Complexidade para os utilizadores:** a natureza abrangente das avaliações de sustentabilidade e a quantidade de informações disponibilizadas na plataforma podem ser confusas ou difíceis de navegar para alguns utilizadores.
- **Confiança em dados de terceiros:** as classificações e avaliações de sustentabilidade da Good On You fundamentam-se em dados e investigações de terceiros, que podem não ser sempre totalmente precisos ou completos.

Sugestões para a utilização do aplicativo Good on You

1. Como funciona o sistema de classificação:
<https://goodonyou.eco/how-we-rate/>



MayDayEarth

MayDayEarth.org é uma plataforma dedicada ao lançamento de campanhas de limpeza, plantio de árvores, promoção da conscientização, sustentabilidade ambiental e inovação social. O seu objetivo é capacitar indivíduos e comunidades a agir em questões ambientais. A plataforma oferece ferramentas e recursos para organizar e participar de limpezas, iniciativas de plantio de árvores e esforços educativos em prol da sustentabilidade.

MayDayEarth.org conecta voluntários e organizadores para colaborar em projetos que gerem um impacto positivo no meio ambiente. Ao potencializar o poder da ação coletiva, MayDayEarth.org procura

Impulsionar transformações em larga escala através de iniciativas de base. A plataforma atua como um núcleo para ativistas ambientais, grupos comunitários e cidadãos preocupados se unirem e promoverem mudanças significativas. Embora os resultados da pesquisa não ofereçam informações detalhadas sobre os recursos e iniciativas específicas do MayDayEarth.org, é evidente que a plataforma se concentra em mobilizar indivíduos para enfrentar os desafios ambientais por meio de projetos práticos e campanhas de sensibilização. Sua missão é construir um futuro mais sustentável através dos esforços conjuntos de cidadãos comprometidos. Para obter mais informações:

<https://maydayearth.org/>

Prós

- **Proteção ambiental:** MayDayEarth.org dedica-se à organização de limpezas de resíduos e iniciativas de plantio de árvores, que salvaguardam diretamente o meio ambiente e preservam os recursos naturais.
- **Engajamento comunitário:** a plataforma capacita indivíduos e comunidades a intervir em questões ambientais, promovendo um sentimento de responsabilidade partilhada e impacto coletivo.
- **Conscientização e educação:** O MayDayEarth.org visa aumentar a conscientização sobre a sustentabilidade e disponibilizar recursos para a educação ambiental, o que pode resultar em mudanças de comportamento a longo prazo.
- **Impacto escalável:** ao interligar voluntários e organizadores a nível global, o MayDayEarth.org visa promover transformações em larga escala através de iniciativas comunitárias coordenadas.
- **Acessibilidade:** A plataforma disponibiliza ferramentas e recursos que promovem a participação das pessoas em limpezas de resíduos, plantio de árvores e outros projetos de sustentabilidade.

Contras

- **Informações limitadas:** Os resultados da pesquisa não oferecem detalhes abrangentes sobre os recursos, iniciativas e impactos específicos do MayDayEarth.org, dificultando uma avaliação completa da sua eficácia.
- **Dependência de voluntários:** o êxito da plataforma está intimamente ligado à participação e ao comprometimento contínuo dos voluntários, o que pode ser desafiador de sustentar ao longo do tempo.
- **Possível sobreposição:** pode existir alguma sobreposição ou duplicação de esforços com outras organizações e iniciativas ambientais, o que pode resultar em ineficiências ou confusão.
- **Financiamento e recursos:** a manutenção e expansão do alcance da plataforma podem requerer financiamento e recursos substanciais, o que pode representar um desafio para uma organização de base.
- **Medição do impacto:** Quantificar o impacto direto das iniciativas do MayDayEarth.org nos resultados ambientais pode ser complicado, dificultando a demonstração da eficácia da plataforma para potenciais apoiantes e parceiros.

Sugestões para a utilização do aplicativo MayDayEarth

1. Como funciona o MayDayEarth?:
<https://maydayearth.org/come-funziona/>



Klima é uma aplicação móvel de compensação de carbono. O objetivo da aplicação é auxiliar indivíduos na neutralização da sua pegada de carbono, calculando a pegada de carbono anual com base em escolhas de estilo de vida e, subsequentemente, compensando as emissões inevitáveis.

por meio de uma subscrição mensal. A aplicação disponibiliza uma diversidade de projetos de compensação de carbono, como o plantio de árvores, energia solar e iniciativas de fogões limpos, e acompanha o impacto desses projetos em tempo real.

Para obter mais informações: <https://klima.com/>

Prós

- **Cálculo simplificado da pegada de carbono:** a aplicação oferece uma calculadora eficaz e precisa da pegada de carbono, considerando diversas opções de estilo de vida, como alimentação, transporte e consumo de energia.
- **Opções de compensação:** a Klima disponibiliza uma gama diversificada de projetos certificados de compensação de carbono, incluindo energia solar, fogões limpos e iniciativas de reflorestação, que são transparentes e oferecem dados de impacto em tempo real.
- **Guia de redução personalizado:** o aplicativo oferece um guia de redução personalizado e uma coleção de vídeos para auxiliar os utilizadores a aprender como diminuir as suas emissões de forma sustentável, focando-se nas escolhas de estilo de vida que têm o maior impacto em termos de carbono.
- **Engajamento comunitário:** a Klima motiva os utilizadores a partilhar a sua pegada de carbono com outros e a compará-la com a dos amigos, promovendo um sentido de comunidade e estimulando a ação coletiva.
- **Transparência e responsabilidade:** a aplicação disponibiliza informações detalhadas sobre o projeto e dados de impacto em tempo real, assegurando que os utilizadores saibam exatamente para onde o seu dinheiro está a ser direcionado e os resultados concretos que está a alcançar.
- **Acessível e conveniente:** a assinatura mensal é acessível, geralmente custando menos de US\$ 20, o que a torna viável para uma vasta gama de utilizadores.
- **Abordagem holística:** a Klima proporciona uma estratégia abrangente para a redução das emissões de carbono, englobando compensação, diminuição e amplificação do impacto através do envolvimento comunitário.
- **Projetos verificados e eficazes:** o aplicativo abrange exclusivamente projetos que cumprem os mais rigorosos padrões internacionais de qualidade para compensação de carbono certificada, assegurando que os recursos dos utilizadores sejam alocados a iniciativas eficazes e de impacto.
- **Interface intuitiva:** O aplicativo apresenta uma interface atraente e intuitiva, que simplifica a navegação e a compreensão da pegada de carbono e das opções de compensação para os utilizadores.
- **Melhoria contínua:** a equipa do Klima participa ativamente com os utilizadores, integrando feedback e sugestões para aprimorar o aplicativo e suas funcionalidades, assegurando uma ferramenta eficaz e em constante evolução para a ação climática.

Contras

- **Impacto restrito:** alguns críticos sustentam que a ênfase do aplicativo na compensação individual de carbono pode não gerar um efeito substancial na magnitude global das alterações climáticas, uma vez que representa apenas uma fração de um problema mais abrangente.
- **Dependência de assinatura:** a eficácia da aplicação depende de os utilizadores manterem a sua assinatura mensal, o que pode representar um desafio para aqueles que enfrentam dificuldades com compromissos financeiros ou que perdem o interesse ao longo do tempo.
- **Falta de recomendações personalizadas:** embora o aplicativo ofereça sugestões para a redução de emissões, alguns utilizadores podem considerar que as recomendações são demasiado genéricas ou não se ajustam ao seu estilo de vida e circunstâncias específicas.
- **Dependência de Projetos de Terceiros:** O êxito do aplicativo está intimamente ligado à eficácia e transparência dos projetos de terceiros que ele apoia. Caso esses projetos não sejam geridos de forma adequada ou transparente, o impacto do aplicativo poderá ser prejudicado.
- **Potencial para dependência excessiva da tecnologia:** confiar exclusivamente em um aplicativo para abordar as mudanças climáticas pode criar uma falsa sensação de segurança, levando as pessoas a desconsiderar outras ações significativas que podem adotar em suas rotinas diárias.
- **Acessibilidade restrita:** o modelo de subscrição do aplicativo pode não ser acessível a todos, especialmente àqueles com recursos financeiros limitados, o que pode acentuar as desigualdades sociais e económicas existentes.
- **Potencial para desinformação:** a calculadora de pegada de carbono e as opções de compensação do aplicativo podem não ser completamente precisas ou atualizadas, o que pode resultar em desinformação e confusão entre os utilizadores.
- **Envolvimento restrito da comunidade:** embora o aplicativo promova a participação comunitária, pode não ser tão eficaz quanto o ativismo presencial ou a interação direta da comunidade no combate às mudanças climáticas.
- **Dependência da Qualidade dos Dados:** A eficácia da aplicação está intimamente ligada à qualidade dos dados utilizados para calcular as pegadas de carbono e monitorar a compensação. Dados de baixa qualidade podem resultar em resultados imprecisos e comprometer a credibilidade da aplicação.
- **Potencial para uma ênfase excessiva na ação individual:** o enfoque do aplicativo em ações individuais pode resultar em uma ênfase desmedida na responsabilidade pessoal, possivelmente obscurecendo a necessidade de ação coletiva e transformação sistémica para enfrentar as alterações climáticas.

Sugestões para a utilização do aplicativo Klima

- Blogue: <https://klima.com/blog/>
- Aplicativo do Dia da Terra: Klima: <https://www.facebook.com/AppStore/videos/earth-day-app-of-the-day-klima/172318481429855/>

MyWebAR é uma plataforma para a criação de experiências de realidade aumentada (RA) que possibilita a elaboração de experiências imersivas sem a necessidade de conhecimentos em programação. Está disponível em um formato baseado na web, o que elimina a exigência de instalação de aplicativos específicos para o seu uso. Esta característica torna-a acessível a uma vasta gama de utilizadores, desde iniciantes até especialistas, permitindo-lhes desenvolver experiências de RA envolventes para diversos fins.

Para obter mais informações:
<https://mywebar.com>

Características principais

- **Editor de código zero:** o editor de código zero do MyWebAR é uma interface intuitiva que possibilita a criação de experiências de RA através do arrastar e soltar de elementos como imagens, vídeos, modelos 3D e outros ativos. Este recurso dispensa a necessidade de conhecimentos de programação, tornando a criação de experiências de RA acessível a todos. O editor oferece uma gama de ferramentas e recursos para auxiliar no design e personalização das suas experiências.
- **Multiplataforma:** as experiências desenvolvidas com o MyWebAR estão acessíveis em navegadores em diversas plataformas, incluindo iOS, Android, ChromeOS, Windows, macOS e Linux. Isso assegura que suas experiências de RA possam ser acessadas e desfrutadas por um público vasto.
- **Ampla variedade de conteúdos suportados:** MyWebAR suporta uma vasta gama de tipos de conteúdo, incluindo modelos 3D, imagens, vídeos, efeitos sonoros e música. Isso possibilita a combinação de diferentes elementos para criar experiências de RA envolventes e imersivas.
- **Ações interativas:** MyWebAR possibilita a criação de experiências interativas com botões que acionam animações, abrem páginas da web, reproduzem sons, exibem ou ocultam objetos na tela, entre outras funcionalidades. Este recurso permite a adição de interatividade às suas experiências de RA, tornando-as mais cativantes e dinâmicas.
- **Templates de especialistas do setor:** MyWebAR disponibiliza templates pré-configurados para diversos setores, incluindo negócios, marketing, retalho, redes sociais e entretenimento. Estes templates são elaborados por especialistas do setor e oferecem uma base para a criação de experiências de RA personalizadas.

Prós

- Intuitivo e acessível, sem requerer conhecimentos de programação.
- Disponível em formato web, sem a necessidade de aplicações específicas.
- Suporta uma vasta gama de conteúdos e ações interativas.
- Oferece modelos pré-configurados para diversos setores.

Contras

- Pode não ser apropriado para projetos complexos que requerem maior personalização.
- Não proporciona personalização total do design e da estrutura das experiências.

Sugestões para a utilização do aplicativo MyWebAR

- Como utilizar o MywebAR:
<https://learn.mywebar.com>
- Explore a plataforma abrangente para potenciar a sua criatividade:
<https://mywebar.com/features/>
- MyWebAR - Realidade Aumentada para Navegadores Web - MyWebAR.com
<https://www.youtube.com/watch?v=gF-be6MvROQ>



Roam Around é um planejador de viagens com tecnologia de IA que simplifica e personaliza o processo de planejamento de viagens. Utiliza algoritmos avançados de IA para criar itinerários personalizados para qualquer destino em segundos, eliminando a necessidade de pesquisa e planejamento extensivos. A plataforma foi concebida para ser intuitiva, permitindo que os viajantes planeiem facilmente as suas viagens e aproveitem ao máximo o seu tempo.

Para obter mais informações:

<https://roamaround.app/>

Características principais

- Itinerários personalizados: o Roam Around elabora itinerários personalizados de acordo com as preferências do utilizador, incluindo destino, orçamento, duração da viagem e interesses. Isso assegura que o plano de viagem esteja em conformidade com as necessidades específicas do indivíduo.
- Sistema de reservas: a plataforma integra-se a várias plataformas de reservas, permitindo reservas integradas de alojamentos e atividades.
- Passeios virtuais: o Roam Around disponibiliza passeios virtuais de diversos destinos, proporcionando aos utilizadores uma visão do que podem esperar antes de viajar.
- Assistente com tecnologia de IA: a ferramenta dispõe de um assistente de IA denominado Roamy, que responde a questões relacionadas com viagens e adapta os planos conforme necessário.
- Planeamento diário com precisão: a IA do Roam Around analisa fatores como distâncias entre atrações e horários ideais para visitas, auxiliando os utilizadores a maximizar o seu dia.
- Aprendizagem contínua: o sistema ajusta as suas sugestões de itinerários com base na interação e no feedback do utilizador, visando melhor satisfazer as preferências dos viajantes.

Prós

- Fácil de utilizar: a interface intuitiva do Roam Around simplifica o planejamento e a personalização do seu itinerário de viagem.
- Experiência personalizada: a plataforma elabora itinerários sob medida, fundamentados nas preferências do utilizador, assegurando uma vivência de viagem singular.
- Planejamento eficiente: o Roam Around simplifica o processo de planejamento de viagens, poupando tempo e reduzindo o stress.
- Ampla variedade de opções: a plataforma integra-se a várias plataformas de reservas e disponibiliza uma vasta gama de opções de viagem.
- Assistente com tecnologia de IA: Roamy, o assistente de inteligência artificial, auxilia os utilizadores com questões relacionadas com viagens e adapta os planos conforme necessário.

Contras

- Personalização restrita: embora o Roam Around disponibilize opções de personalização, alguns utilizadores podem considerar que o nível de controlo é limitado em comparação com outras ferramentas de planejamento de viagens.
- Dependência de IA: a eficácia da plataforma está intimamente ligada à precisão dos seus algoritmos de IA, que podem não ser sempre infalíveis.

Sugestões para a utilização do aplicativo Roam Around

- O que o Roam Around faz?:
<https://allthingsai.com/tool/roam-around>
- Análise da ferramenta RoamAround AI 2023:
<https://www.travelaihub.com/analise-da-ferramenta-roamaround-ai/>
- Roam Around: A sua próxima aventura pode estar a apenas um clique de distância:
<https://www.popularaitools.ai/tools/roam-around>

Road.travel é uma plataforma de planeamento de viagens rodoviárias que disponibiliza guias de viagem selecionados e itinerários recomendados para percursos rodoviários específicos. A ferramenta concentra-se em proporcionar experiências memoráveis de viagens rodoviárias, oferecendo aos viajantes informações detalhadas sobre destinos e rotas. Para obter mais informações: <https://road.travel/lp/pt/>

Características principais

- Guias de viagem selecionados: o Road.travel disponibiliza guias de viagem minuciosos para diversos destinos, incluindo informações sobre atrações, alojamentos, restaurantes e atividades a realizar durante a viagem.
- Itinerários recomendados: a ferramenta disponibiliza itinerários recomendados para viagens rodoviárias previamente planeadas, incluindo paragens, distâncias e tempos de viagem, para auxiliar os viajantes na organização das suas deslocações.
- Informações práticas: O Road.travel disponibiliza informações úteis, como mapas, direções rodoviárias, sugestões para aluguer de automóveis e muito mais, para simplificar o planeamento da viagem.
- Compartilhamento e colaboração: os utilizadores podem partilhar os seus itinerários e colaborar no planeamento de viagens em grupo.

Prós

- Oferece guias de viagem minuciosos e criteriosamente selecionados para uma variedade de destinos.
- Fornece itinerários recomendados para viagens de carro pré-planejadas, simplificando o processo de organização.
- Inclui informações práticas valiosas para o planejamento de viagens.
- Permite o compartilhamento e a colaboração entre utilizadores.

Contras

- Pode não proporcionar o mesmo grau de flexibilidade e personalização que outras ferramentas de planejamento de viagens.
- A qualidade e a precisão das informações disponibilizadas dependem da manutenção e atualização da plataforma.

Sugestões para a utilização do aplicativo Road.travel

N / D



Tmatic.travel é uma plataforma de tecnologia de viagens que oferece aconselhamento personalizado sobre passaporte, visto e saúde para viajantes, com base nos seus dados, documentos de viagem e itinerário.

Para obter mais informações:

<https://tmatic.travel/pt>

Características principais

- **Conselhos de Viagem Personalizados:** tmatic.travel disponibiliza informações personalizadas sobre passaporte, visto e requisitos de saúde para viajantes, tendo em conta os seus dados específicos e planos de viagem. Isso abrange requisitos obrigatórios e recomendações.
- **Site de Viagem Personalizável:** A plataforma possibilita que os utilizadores desenvolvam o seu próprio site tmatic.travel personalizado, que pode ser integrado nos seus sites públicos ou internos. Isso abrange a capacidade de personalizar a estética, definir valores padrão e selecionar quais campos de informação exibir.
- **Gerenciamento de Subcontas:** o tmatic.travel possibilita que os utilizadores configurem e administrem subcontas para indivíduos ou outros escritórios. O utilizador principal pode controlar o acesso e monitorizar a atividade dessas subcontas.
- **Recursos adicionais:** A plataforma oferece informações sobre alfândega, moeda e taxas aeroportuárias, além da possibilidade de enviar conselhos de viagem personalizados diretamente aos viajantes.

Prós

- Fornece aconselhamento de viagem altamente personalizado, fundamentado em pormenores individuais do viajante.
- Permite a personalização do site tmatic.travel para alinhar-se à sua marca e às suas necessidades.
- Permite a gestão eficiente de subcontas para diversos viajantes ou escritórios.
- Oferece uma gama de recursos complementares, como informações aduaneiras e financeiras.

Contras

- A plataforma pode requerer uma subscrição ou taxa para aceder a toda a gama de funcionalidades.
- A precisão da orientação de viagem depende da atualidade e da integridade dos dados subjacentes.

Sugestões para a utilização do aplicativo Tmatic.travel

1. Pitch de investimento da tmatic travel:
<https://www.youtube.com/watch?v=VtQqx8UdHrc>



Loquis é uma plataforma de "geo-podcasting" que possibilita aos utilizadores descobrir informações, narrativas e anedotas associadas a localizações geográficas. O aplicativo está disponível gratuitamente e pode ser descarregado em dispositivos móveis. Ao ser aberto, o Loquis lê a localização do utilizador e, assim, pesquisa as histórias e relatos relacionados a lugares nas proximidades, que são exibidos na tela principal. Os utilizadores podem aceder ao conteúdo através de seções como "Perto" e "Busca manual", ou consultar o mapa para visualizar o conteúdo gravado. Para obter mais informações: <https://www.loquis.com>

Características principais

- Geo-Podcasting: Loquis é uma plataforma de geo-podcasting que possibilita aos utilizadores descobrir informações, histórias e anedotas associadas a localizações geográficas específicas.
- Acesso geolocalizado: o aplicativo Loquis capta a localização do utilizador e disponibiliza conteúdo pertinente para as áreas circundantes.
- Conteúdo elaborado por editores e parceiros: o Loquis disponibiliza uma vasta gama de conteúdo produzido por editores, blogueiros de viagem e parceiros, abordando diversos tópicos e destinos.
- Personalização: os utilizadores podem criar canais personalizados e publicar o seu próprio conteúdo, contribuindo para o crescimento da comunidade.
- Gratuito: o aplicativo Loquis encontra-se disponível sem qualquer custo, sem taxas de assinatura.
- Interface intuitiva: a interface do utilizador do Loquis é clara e de fácil navegação, permitindo que os utilizadores acessem ao conteúdo com facilidade.
- Disponibilidade em dispositivos móveis: o Loquis pode ser acessado através de uma aplicação móvel, permitindo que os utilizadores ouçam o conteúdo durante a viagem.
- Limitações de conteúdo: certos conteúdos podem estar acessíveis apenas em idiomas ou regiões geográficas específicas.
- Qualidade de conteúdo variável: a qualidade do conteúdo pode diferir consoante o criador e a natureza do conteúdo.

Prós

- **Gratuito:** O Loquis está disponível de forma gratuita, tornando-se acessível a todos.
- **Variedade de conteúdos:** A plataforma disponibiliza uma vasta gama de conteúdos, elaborados por editores, blogueiros de viagem e parceiros, abordando uma diversidade de tópicos e destinos.
- **Fácil de utilizar:** a interface do utilizador é simples e intuitiva, permitindo que os utilizadores naveguem pelo conteúdo com facilidade.
- **Personalização:** Os utilizadores podem criar canais personalizados e publicar conteúdo, promovendo o crescimento da comunidade.

Contras

- **Limitações de conteúdo:** Nem todo o conteúdo está disponível em todos os idiomas, e alguns podem ser limitados a áreas geográficas específicas.
- **Qualidade do conteúdo:** A qualidade do conteúdo pode diferir consoante o criador e a natureza do conteúdo.

Sugestões para a utilização do aplicativo Loquis

1. Perguntas frequentes – Loquis:
<https://www.loquis.com/pt/faq>

F. START-APP: GUIA DO UTILIZADOR

Link para o painel: <https://appstart.conform.it/>

- Registro
- Interface do painel de controlo
- Criação de Conteúdo
 1. CATEGORIAS
- Preenchendo o campo de descrição do texto/conteúdo
- Inserção de conteúdos provenientes de plataformas externas
 1. O MEU WEBAR
 2. CIRCULE POR AÍ
 3. JORNADA DE CARRO
 4. T-MÁTICO
 5. LOQUIS E-FRAME

Publicação de Conteúdo

- Descrição da inserção de conteúdo
- Inserção e gestão da IA
 1. EXEMPLO DE PROCEDIMENTO
 2. EXEMPLO DE NOMENCLATURA
 3. A CARREGAR O ARQUIVO PDF NA PLATAFORMA DE IA
 4. A CARREGAR O ARQUIVO PDF NO PAINEL INICIAL

Criação do perfil da empresa - elaboração da ficha técnica da empresa

1. ACESSO DAS EMPRESAS AO PAINEL
2. ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

Descarregue a aplicação

1. Registro

Para aceder ao painel de gestão da aplicação Start (<https://appstart.conform.it/>), é necessário inserir as suas credenciais. O Conform fornecerá a cada parceiro credenciais personalizadas. Posteriormente, uma vez que os destinatários tenham sido identificados, estes também receberão credenciais para permitir uma compilação simplificada e personalizada.

A screenshot of the Start application login page. The page features a dark blue header with the 'Start' logo on the right. Below the header, the word 'Login' is centered. There are two input fields: the first is labeled 'Nome utente' and contains the text 'admin'; the second is labeled 'Password' and contains a series of dots. A blue button with the text 'Accedi' is positioned below the password field.

É fundamental recordar que cada parceiro tem acesso, na sua própria interface de painel, apenas ao conteúdo pertinente ao seu país. Assim, os parceiros da Grécia, Espanha e Portugal terão um painel vazio, isento de conteúdo.

2. Interface do painel de controlo



A interface do painel possibilita a conclusão e o monitoramento do conteúdo inserido. Na imagem acima, as diversas áreas com as suas funções correspondentes estão destacadas em vermelho. Nos parágrafos seguintes, abordaremos os diferentes campos. A função principal, que consiste na criação e inserção de um conteúdo/tour, será a primeira a ser considerada.



3. Produção de conteúdo

Para inserir conteúdo novo ou um tour, deve clicar no botão <novo tour> no canto superior esquerdo e aceder à seção de compilação da aba de conteúdo, apresentada na imagem seguinte.

The image shows a web interface for creating a new tour. The title is "Nuovo tour". The form contains the following fields and elements:

- Lingua:** A dropdown menu with "Italiano" selected.
- Integrare il tour:** A text input field with a "Crea tour" button next to it.
- Modulo:** A text input field.
- Città:** A text input field.
- Nome tour:** A text input field.
- URL Tour Web:** A text input field.
- Descrizione Tour:** A large text area with a rich text editor toolbar (File, Modifica, Visualizza, Inserisci, Formato, Strumenti, Tabelle).
- URL MyMarket:** A text input field.
- URL Menu Azienda:** A text input field.
- URL Lead form:** A text input field.
- URL Home:** A text input field.
- Liquido frame:** A text input field.
- Salva:** A button at the bottom center.

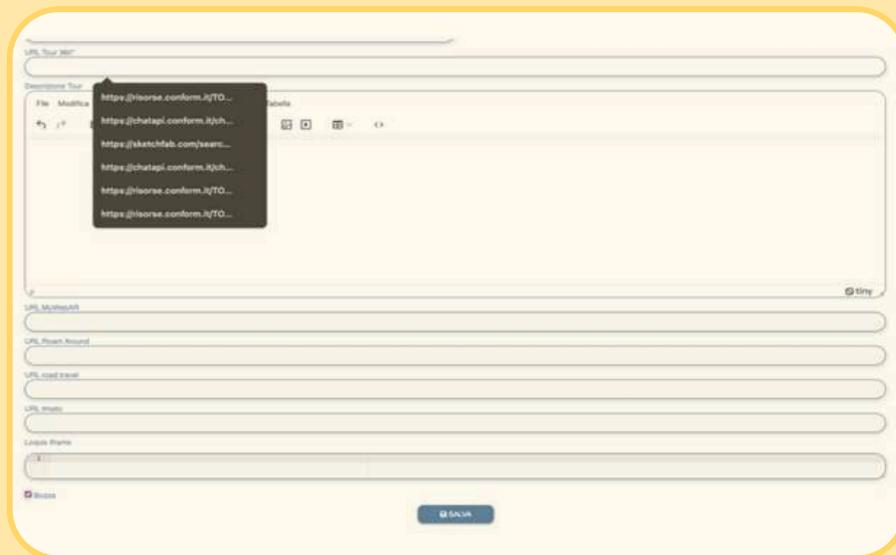
A aba de conteúdo inclui as informações e o conteúdo que serão apresentados no App. É fundamental completar todos os campos da aba, inserindo todas as informações necessárias. Preste especial atenção ao preenchimento do campo 'Categoria', seguindo as instruções fornecidas.

3.1 Categorias

As principais categorias inequívocas para todos os utilizadores são:

- **Cultura (abreviado Cult.)**
- **Enogastronomia (abreviado Enog.)**
- **Indústria (abrev. Ind.)**
- **Indústrias Culturais e Criativas (abreviado Ind.CC)**
- **Artesanato tradicional (abreviadamente Art.)**
- **Novas Tecnologias (abreviado N.T.)**
- **Sustentabilidade (Abreviado Sust.)**

Todos os tours 360° e conteúdos disponibilizados no Start App devem ser organizados e incluídos nas categorias designadas. Após preencher os campos de informação, é necessário inserir o link para o tour 360°.



É viável criar e publicar um tour 360° por meio da plataforma Lapentor (<https://lapentor.com/pricing/>).

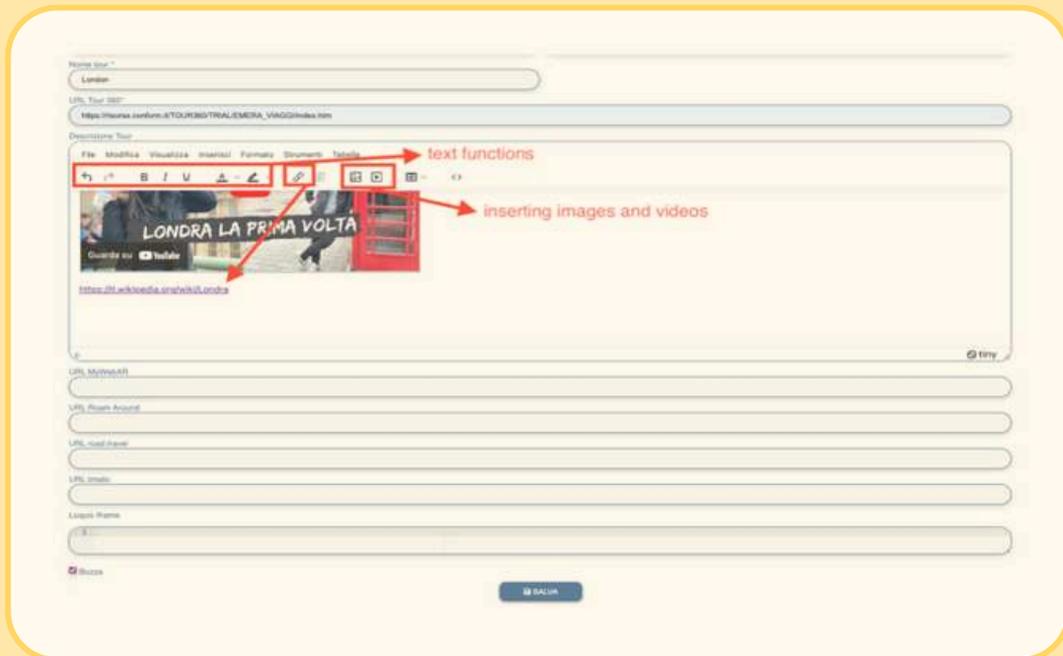
O campo pode incluir diversos tipos de conteúdo (imagem, vídeo e site), mas é preferível inserir o link apropriado.

NOTE BEM: Para que o conteúdo seja publicado, é necessário preencher o campo; caso o link não seja fornecido, o painel não procederá com a publicação do conteúdo.

4. Preenchendo o campo de descrição do texto/conteúdo

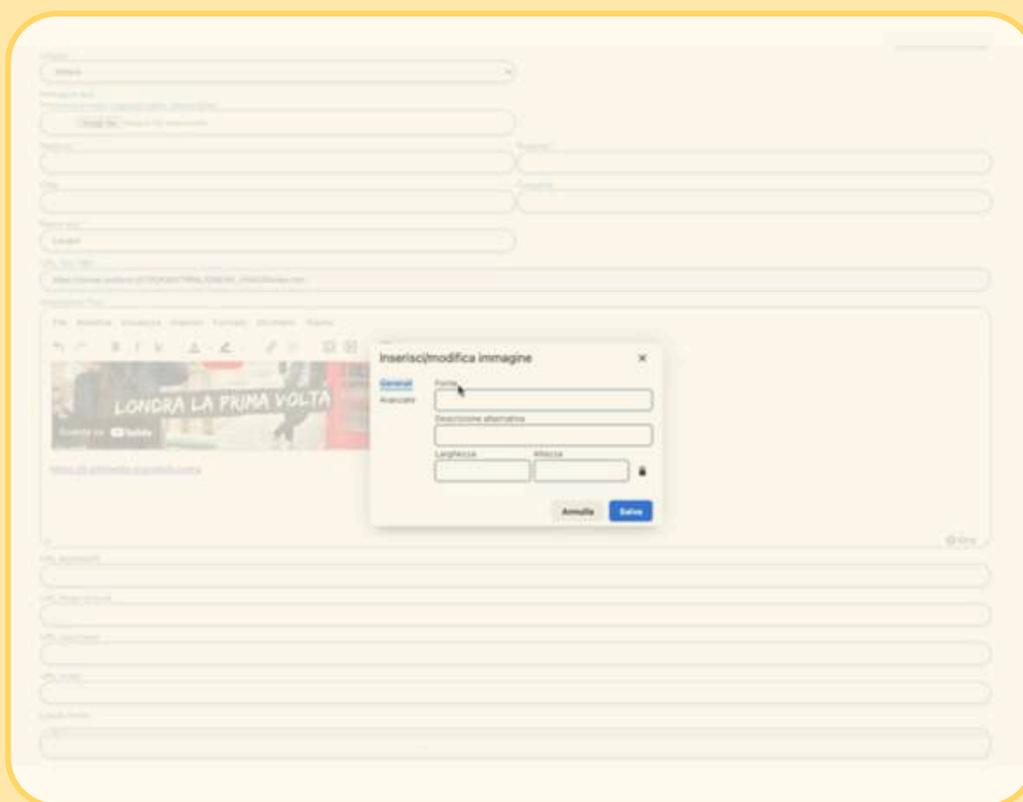
No campo de descrição, podem ser inseridos vários conteúdos:

- **texto descritivo**
- **vídeo (ver imagem) inserindo o link do vídeo publicado no YouTube ou no Vimeo**
- **inserir um hiperligação**



Na barra superior, encontram-se os diversos ícones que possibilitam a formatação de texto e a inserção de diferentes conteúdos, como vídeos, fotos e links.

Tutorial sobre a inserção de imagens.

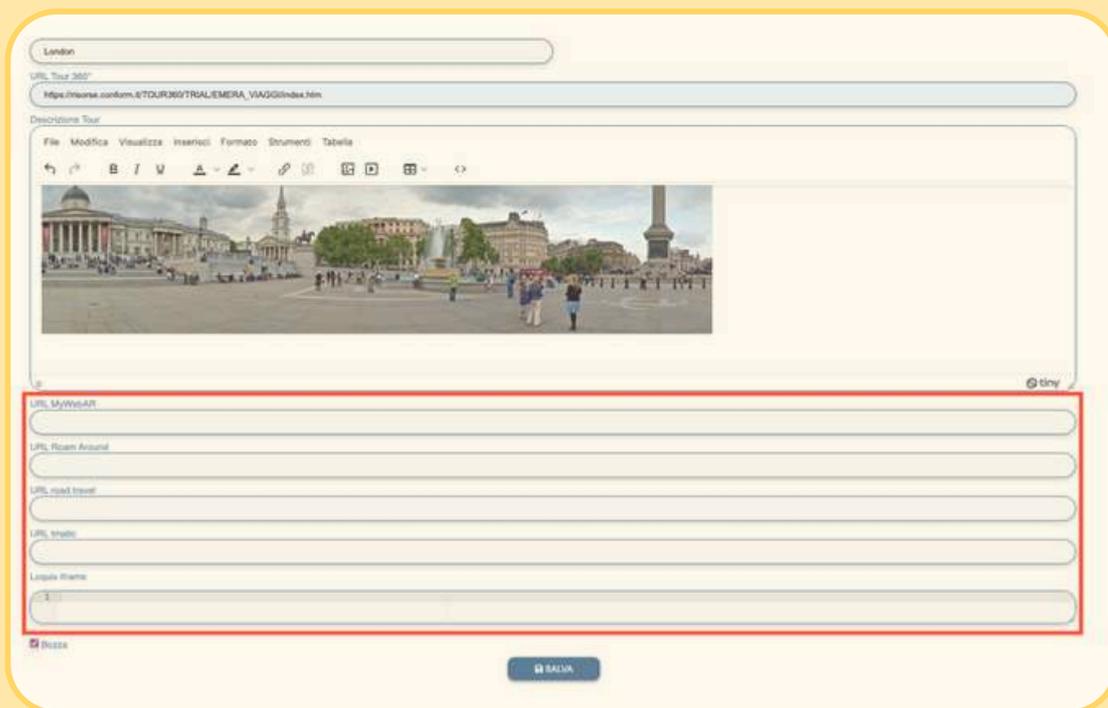


5. Integração de conteúdos de plataformas externas

Os cinco links do painel referem-se às seguintes plataformas:

- MyWebAR - <https://mywebar.com/>
- Roamaround - <https://www.roamaround.io/planeador-de-viagens>
- Road.Travel - <https://road.travel/lp/pt/>
- Tmatic.travel - <https://tmatic.travel/pt/view/activity>
- Loquis - <https://www.loquis.com/pt>

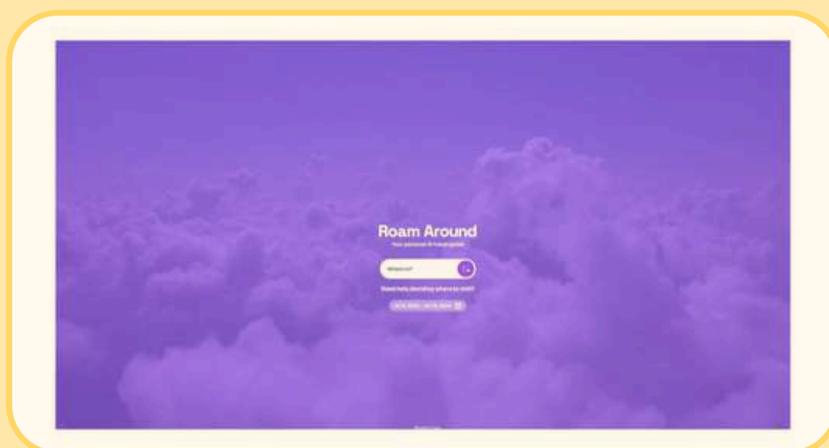
MEU WEBAR



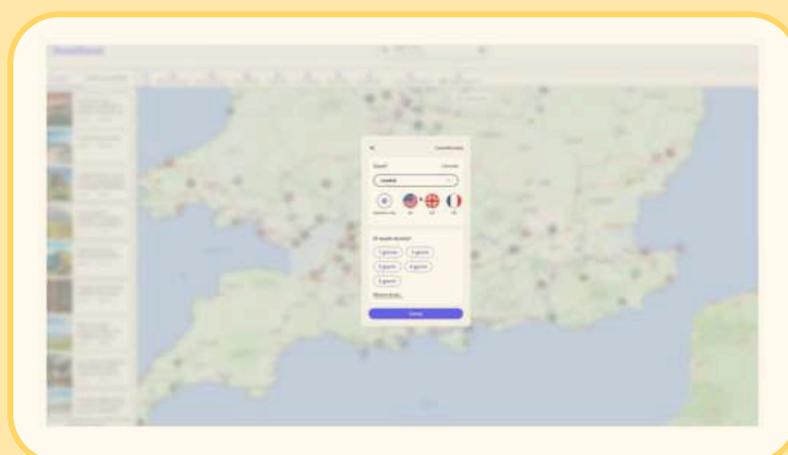
Para inserir o link para a plataforma, é necessário registrar-se, inscrever e criar a sua própria experiência/conteúdo de RA. Se não estiver registrado e não tiver um plano ativo, não poderá inserir o link. A presença ou ausência do link não influencia a publicação do conteúdo no painel Iniciar e na aplicação.

Os tutoriais em vídeo para as diversas plataformas podem ser visualizados ao clicar nas imagens correspondentes.

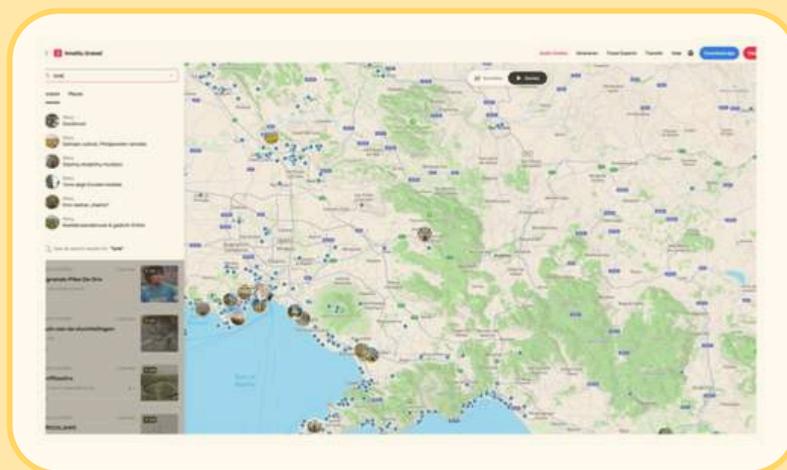
ROAM AROUND



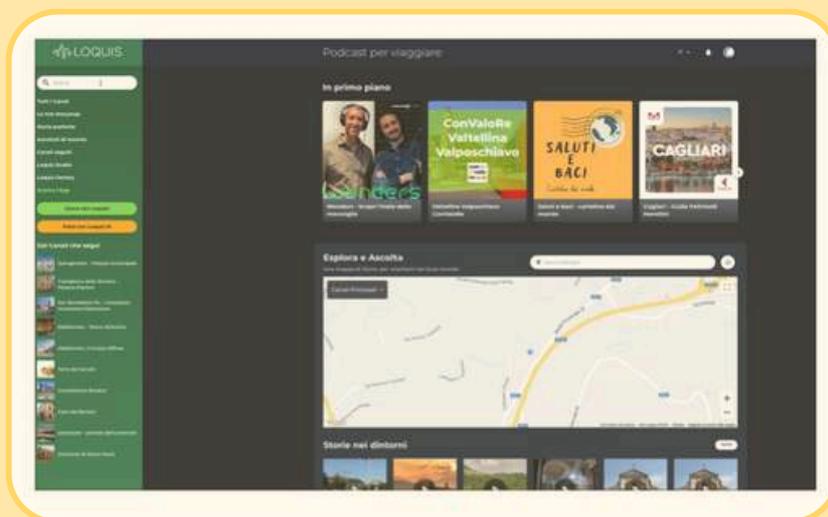
ROAD TRAVEL



T-MATIC

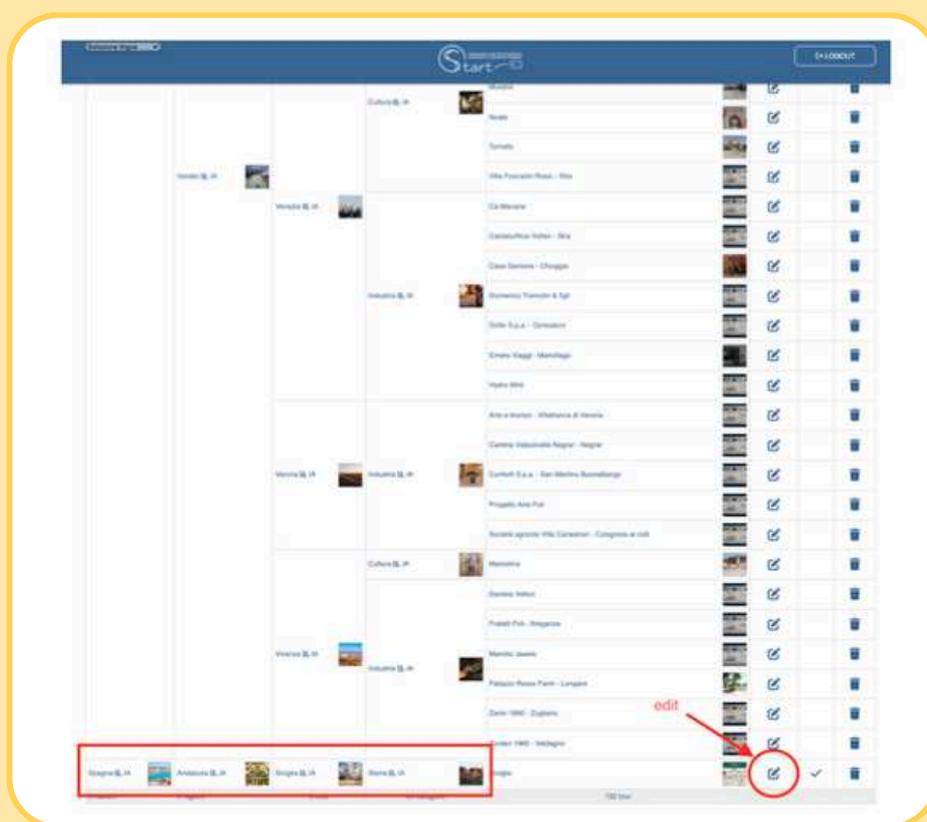


LOQUIS eframe



Antes de publicar o conteúdo, é fundamental concluir a inserção de dados. Após salvar as informações inseridas no formulário, deve-se retornar ao painel. A imagem acima ilustra quais campos devem ser preenchidos antes de avançar.

O registo ainda se encontra em fase de rascunho; assim, uma imagem indicativa e representativa de cada campo: país, região, cidade e categoria deve ser inserida antes da publicação.



Uma vez inseridas as imagens, para continuar com a publicação, é necessário aceder novamente à aba de conteúdo através do botão “editar”.

6. Publicação de conteúdos

The screenshot shows a form titled "Modifica tour" with a "PUBLICAR" button in the top right. The form contains several input fields: "Lugar" (dropdown), "País" (dropdown), "Cidade" (dropdown), "Nome tour" (text), and "URL Tour" (text). Below these is a preview window showing a list of university buildings, including "Edificio Central", "Campus Reina Mercedes", and "Escuela Técnica Superior de Ingeniería Informática". At the bottom left, there is a checkbox labeled "Rascunho" which is checked, and a red arrow points to it. At the bottom right, there is a "PUBLICAR" button.

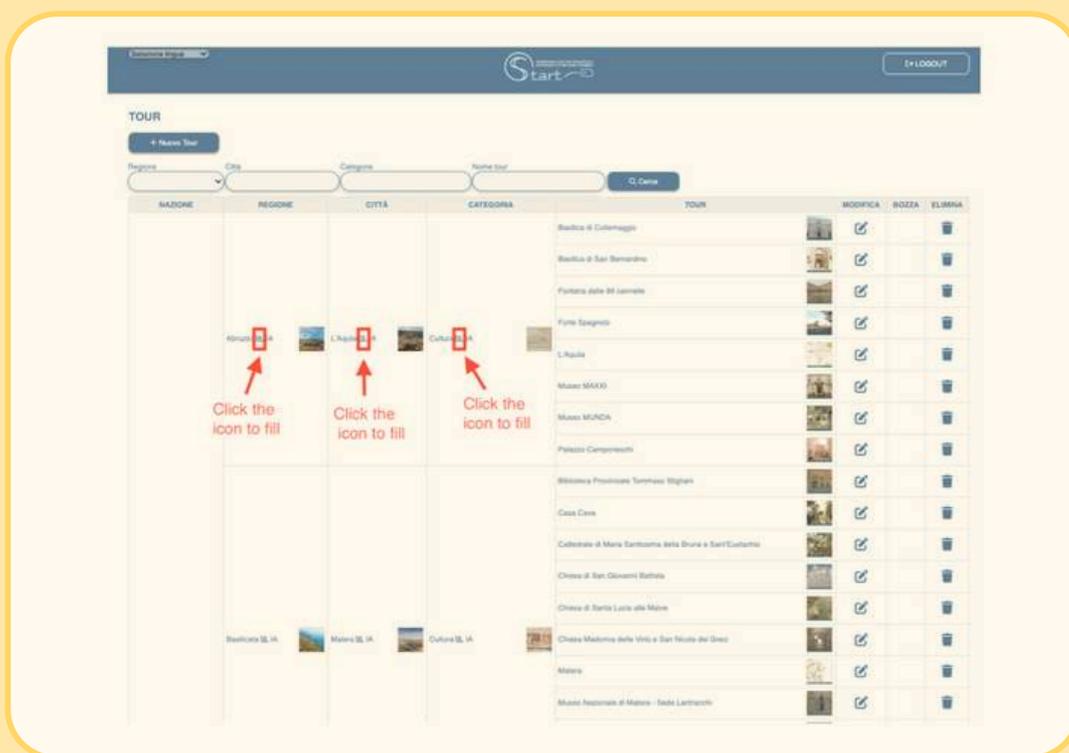
O painel salva automaticamente as informações no modo rascunho durante a compilação. Após a conclusão da compilação, para tornar o conteúdo visível no aplicativo Iniciar e avançar para a publicação, deve desmarcar a caixa “Rascunho” no canto inferior esquerdo e, em seguida, salvar. O conteúdo será, então, publicado.

Pode verificar as atualizações de conteúdo em tempo real ao descarregar a aplicação na loja.

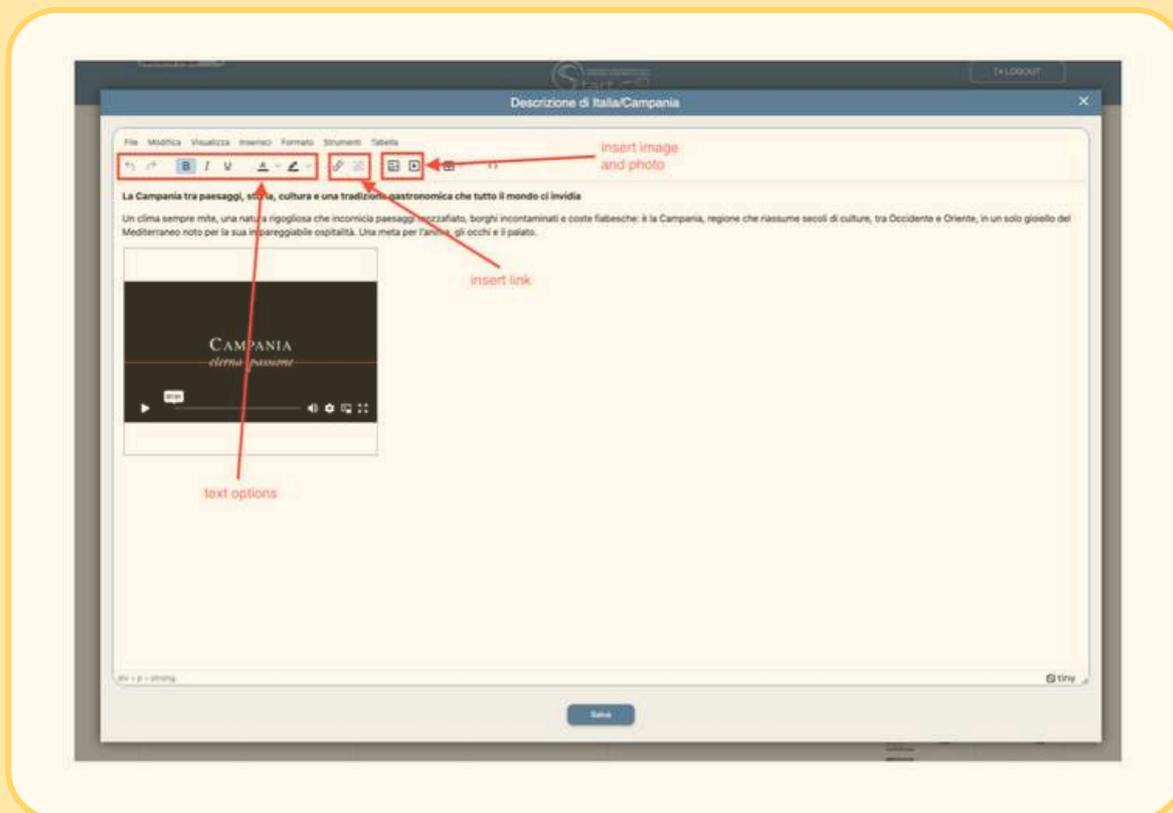
- <https://play.google.com/store/apps/details?id=it.conform.start>
- <https://apps.apple.com/it/app/start-360/id6504185714>

7. Inclusão de descrição de conteúdo

Cada seção do aplicativo contém uma aba de informações onde dados adicionais (texto, imagens, vídeos e links) podem ser inseridos. Ao clicar no ícone, é possível acessar a aba.



A interface do formulário de descrição é uma versão simplificada do formulário de conteúdo, consistindo apenas no campo de texto onde é possível inserir informações textuais, bem como imagens, vídeos e links. Após concluir a compilação para publicação, basta clicar no botão 'Salvar' e fechar a interface.



Para finalizar o conteúdo, é fundamental preencher as descrições nas diversas áreas do aplicativo:

- **PAÍS**
- **REGIÃO**
- **CIDADE**
- **CATEGORIA**

O material detalhado que iremos inserir está, neste caso, associado à categoria Enogastronomia e intitula-se "Prodotti Tipici della Campania" (Produtos Típicos da Campânia), portanto, procederemos ao preenchimento dos campos pertinentes.

No campo "Tópico", inseriremos a categoria à qual o material aprofundado está associado, Enogastronomia, e no campo "Subtópico", inseriremos o título do material aprofundado. (assista ao vídeo 2)



The image shows a screenshot of a web application interface for data entry. The title bar reads "IA LRF di Italia/Campania". The form is organized into a grid with multiple rows and columns. The first column contains labels for various fields, including "Regione Campania", "Enogastronomia", and "Prodotti Tipici della Campania (PTP)". The second column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The third column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The fourth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The fifth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The sixth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The seventh column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The eighth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The ninth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The tenth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The eleventh column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The twelfth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The thirteenth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The fourteenth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The fifteenth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The sixteenth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The seventeenth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The eighteenth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The nineteenth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia". The twentieth column contains a series of input fields, some of which are pre-filled with "Enogastronomia".

Consiste num ficheiro PDF composto exclusivamente por texto, com um tamanho máximo de 40.000 caracteres.

Após a criação do arquivo PDF, procederemos ao upload para o painel de IA da aplicação START neste endereço: **<https://chatapi.conform.it/panel-start/>**

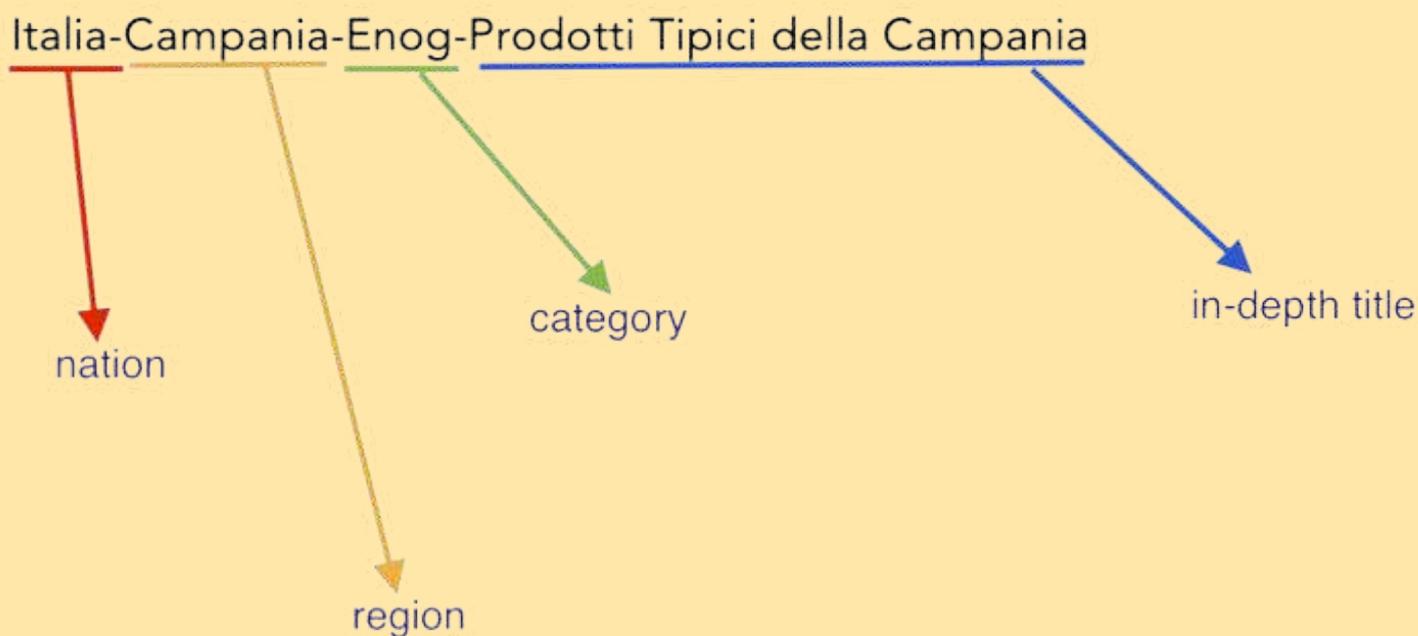
No painel, encontraremos todos os arquivos submetidos pelos diversos utilizadores, os quais estão relacionados com os diferentes países membros. Para uma consulta rápida e para visualizar os conteúdos de forma organizada, é preferível seguir uma nomenclatura para os arquivos enviados. Assim, recomendamos que nomeie os arquivos da seguinte forma:

País-Região-Cidade-Categoria-Título

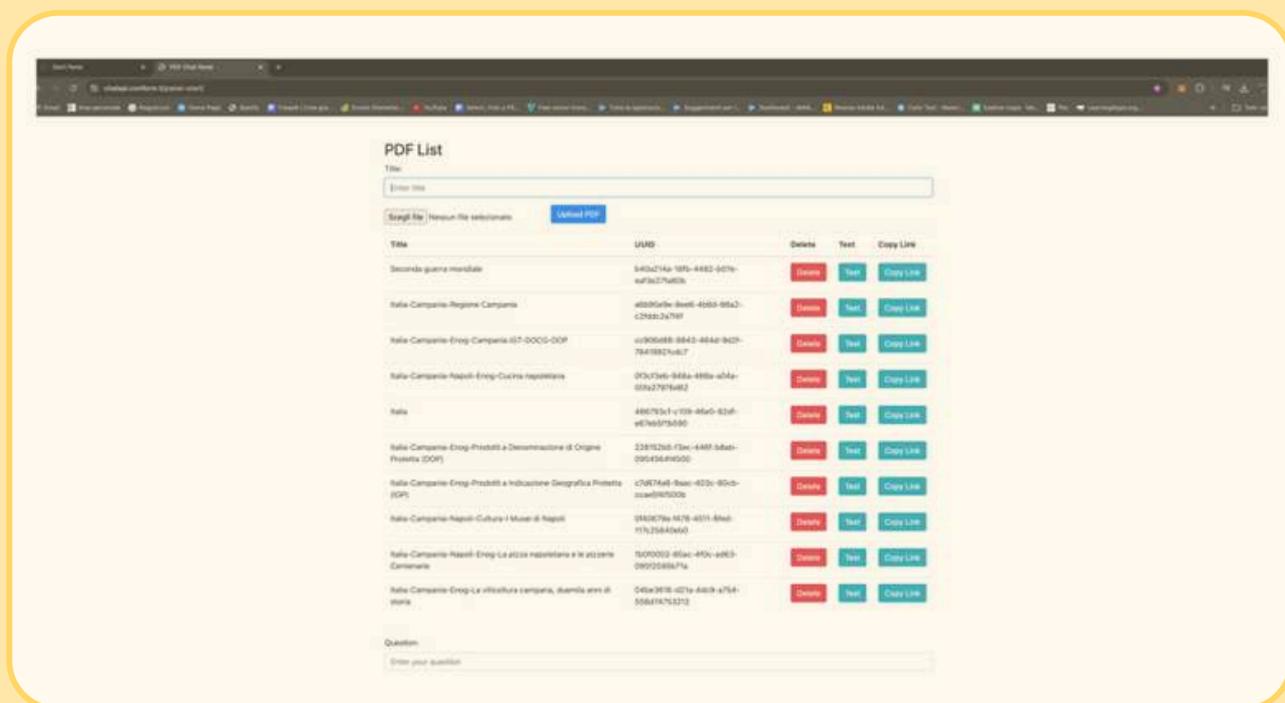
Se os nomes das cidades, categorias e regiões forem excessivamente longos, poderá incluir a forma abreviada conforme descrito na lista presente no Parágrafo 3. Categorias.

8.2 Exemplo de Nomenclatura

No nosso caso, o material detalhado da região da Campânia intitulado 'Produtos Típicos da Campânia' será designado no painel como este.

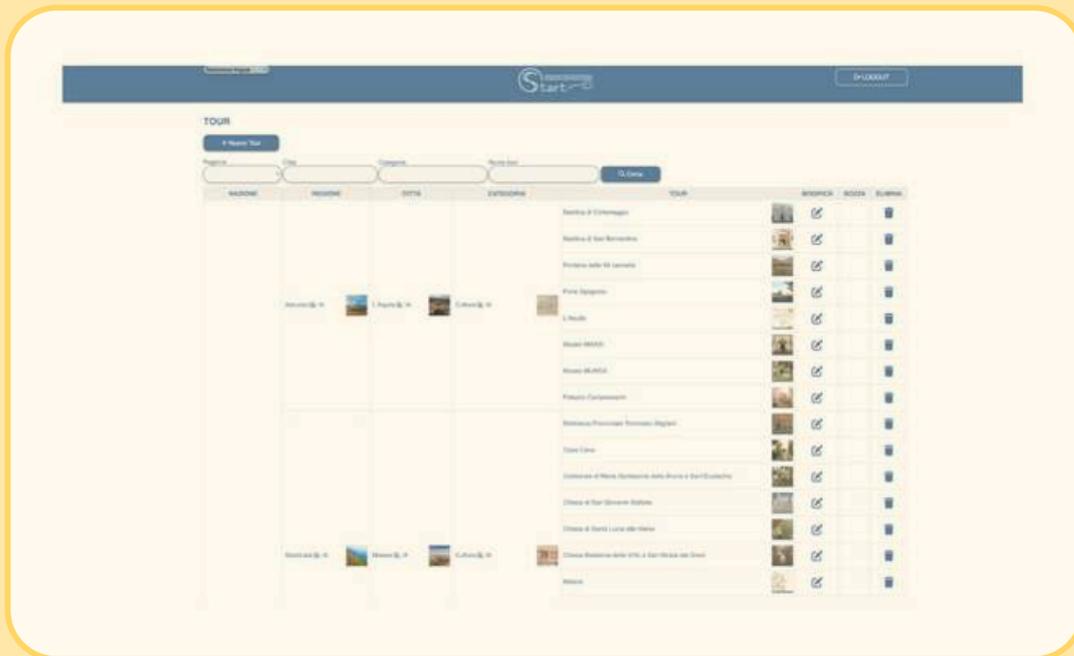


8.3 Carregamento do arquivo PDF na plataforma AI



Utilizando os critérios de nomenclatura mencionados anteriormente, carregue e guarde o arquivo PDF no painel AI. Ao clicar no botão "Copiar Link", poderá salvar o link para o arquivo e colá-lo no painel Iniciar.

8.4 Carregando o ficheiro pdf no painel Iniciar



Após copiar o link para o arquivo PDF, deve retornar ao painel **Iniciar aplicativo** na seção destinada à compilação dos **dados de IA** da Região da Campânia.

Deve, portanto, prosseguir para preencher os campos obrigatórios, inserindo a categoria e o título, colando o link que acabou de copiar e salvando. O conteúdo será automaticamente adicionado à seção pertinente no **aplicativo**.

9. Criação do perfil da empresa - compilação da ficha técnica da empresa



Após efetuar o login com as suas credenciais, cada parceiro pode aceder à secção da empresa clicando no botão de utilizadores (veja a imagem abaixo).



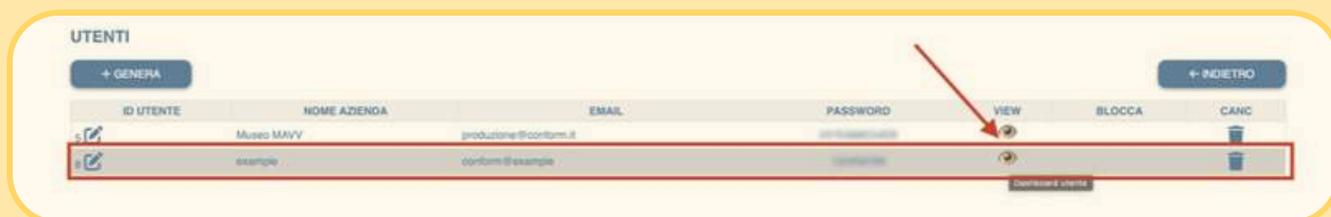
O próximo painel permitirá que crie o perfil da empresa; ao clicar no botão gerar, será criado o registro da empresa.



Ao preencher os campos indicados (veja a imagem abaixo), atribuímos credenciais de acesso a cada empresa. No final do processo de compilação, é necessário clicar no botão 'Salvar' para garantir que as alterações e a inserção de dados não sejam perdidas. Para verificar se a sua inserção de dados foi bem-sucedida, clique no botão 'Voltar' para visualizar a lista de empresas.



Pode verificar se o procedimento foi realizado corretamente consultando o registo da empresa que acabou de inserir. Para alternar para a visualização do registo da empresa, ou simplesmente para o visualizar, deve clicar no ícone de visualização (o ícone do olho). (veja a imagem abaixo).



A ficha informativa da empresa pode ser preenchida pelo parceiro ou pela própria empresa, efetuando o login com as credenciais criadas durante o registro. Todos os campos da ficha de dados da empresa (consulte a imagem abaixo) devem ser preenchidos. Todas as informações inseridas no formulário serão apresentadas no aplicativo START na seção correspondente.

Para preservar as alterações e garantir que o conteúdo seja visível no aplicativo, é necessário salvá-las antes de fechar o painel ou sair da página.

The screenshot shows a web form titled "INFO AZIENDA" with a "Salva" button at the top right. The form is divided into several sections, each with a "Salva" button at the bottom:

- Nome e Cognome:** Fields for "Nome" and "Cognome".
- Indirizzo:** Fields for "Via", "C.A.P.", "Città", and "Prov.".
- Comunicazione Azienda MUV:** A text area for communication details.
- MUV Web, Art. 10-bis:** Fields for "MUV Web", "Art. 10-bis", and "MUV Web".
- Indirizzo e contatti:** Fields for "Indirizzo", "Telefono", "Email", and "Web".

A red arrow points to the "Salva" button at the bottom of the form.

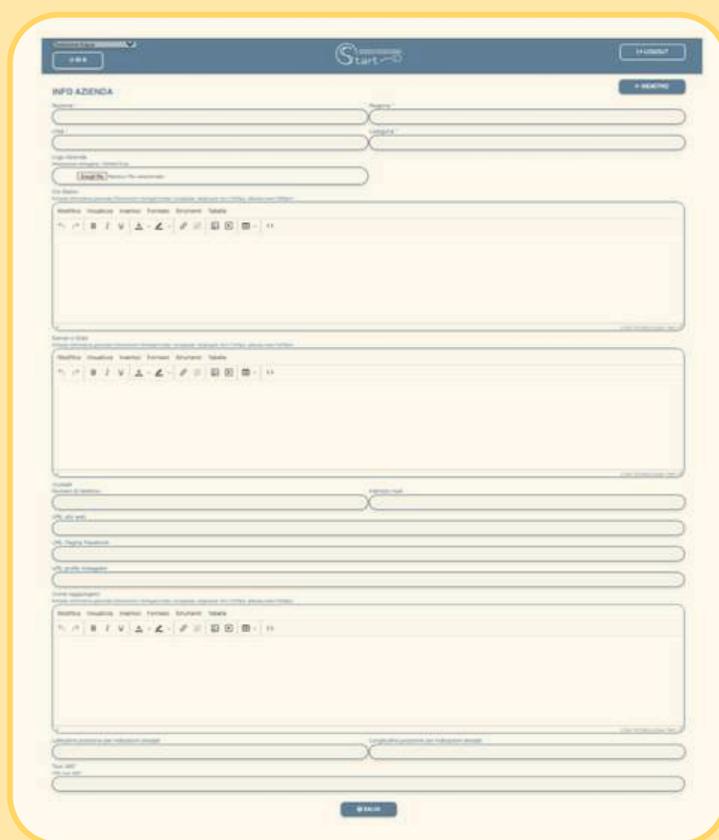
9.1 Acesso das empresas ao painel de controlo

Após a criação de um 'registro da empresa', cada parceiro pode fornecer credenciais para cada empresa, permitindo que esta preencha formulários individuais de forma autónoma.



The image shows a login form for a system named 'Start'. The form is contained within a rounded rectangular frame with a yellow border. At the top of the form, there is a dark blue header bar with the 'Start' logo on the right and a dropdown menu on the left. Below the header, the word 'Login' is centered. There are two input fields: 'Nome utente' (Username) with the value 'example' and 'Password' with a masked password and a visibility toggle icon. At the bottom of the form is an orange button labeled 'Accedi'.

Após efetuar o login, a empresa pode aceder à sua secção dedicada e prosseguir para inserir informações. Ao clicar no botão 'perfil do utilizador', pode preencher de forma independente a sua própria folha de informações.



9.2 Criação de eventos

A empresa pode igualmente criar e inserir novos eventos no aplicativo, preenchendo a seção correspondente.



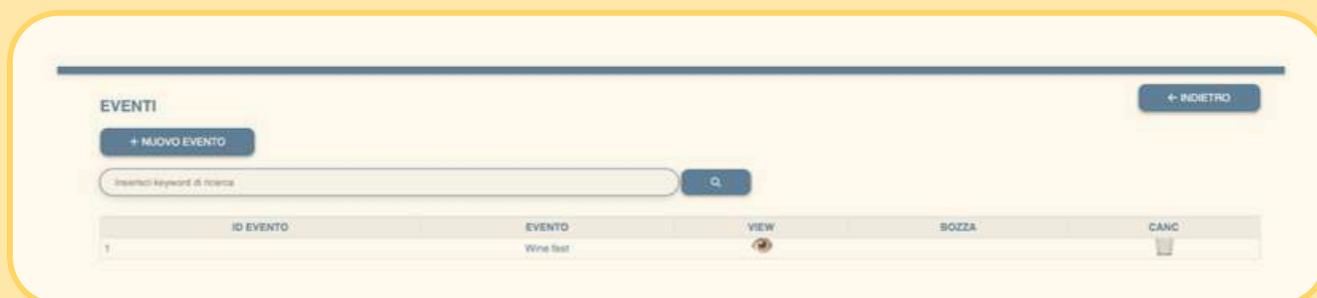
Para adicionar um novo evento, deve ser criado um novo registo e o formulário do evento deve ser preenchido.



O formulário deve ser completado em todos os seus campos, inserindo as informações relativas ao evento e salvando o que foi introduzido antes de sair da interface. O painel salva automaticamente as informações no modo rascunho durante a compilação. Uma vez concluída a compilação, para tornar o conteúdo visível dentro do aplicativo, inicie e prossiga para a publicação, sendo necessário desmarcar a caixa 'Rascunho' no canto inferior esquerdo e, em seguida, salvar. O conteúdo será então publicado. Você pode verificar as atualizações de conteúdo em tempo real ao descarregar o aplicativo da loja.

The screenshot shows the 'NUOVO EVENTO' (New Event) form in the Start-UP application. The form is titled 'NUOVO EVENTO' and has a 'PUBBLICITÀ' button in the top right corner. Below the title, there are several input fields for event details, including 'Nome', 'Indirizzo', 'Data di inizio', 'Data di fine', and 'Orario'. The form is divided into several sections, each with a 'Salva' button. The sections are: 'INFORME E PRESENTAZIONI', 'ORARI E GIORNI DI APERTURA', 'INFORME E PRESENTAZIONI', 'ORARI E GIORNI DI APERTURA', and 'INFORME E PRESENTAZIONI'. At the bottom left, there is a 'Rascunho' checkbox, which is circled in red. At the bottom right, there is a 'Salva' button, which is pointed to by a red arrow.

Após a conclusão da compilação, poderá visualizar o registo de evento inserido. Para efetuar alterações nas informações contidas no registo de evento, clique no ícone de visualização (em forma de olho), abra o registo novamente, edite e salve. As alterações serão aplicadas em tempo real dentro da aplicação.



10. Faça o download da aplicação



G. ANEXOS

**PREPARAÇÃO PARA A TRANSIÇÃO DUPLA:
ESTRUTURA PARA A CONCEÇÃO DE NOVOS
PRODUTOS OU SERVIÇOS DIGITAIS SUSTENTÁVEIS.**

1) Compreendendo o problema sob a ótica do cliente

Porquê?



Quem?



O quê?



Quando?



Onde?



Como?



Declaração do problema

Como poderíamos.....

.....

.....Contexto: O quê?

Para.....

.....

Atores: Para quem?

(Re)desenhar, de modo a que.....

.....

.....Seja satisfatório. Necessidade: Qual?

Levando em consideração.....

.....

.....

3) Compreendendo a lacuna

- Onde nos encontramos atualmente?
- Qual é a situação atual?
- Onde desejamos estar?
- Qual é o estado futuro almejado?

4) Delimite o desafio

Regra 1: deve ser focado no ser humano;
Regra 2: Específico e pertinente;
Regra 3: Motivador

Seria uma transformação radical se... (insira o seu estado ideal)

Para... (entra o utilizador final)
Porque...
(digite a necessidade)

SOLUÇÕES

Quais soluções orientadas para o cliente podem ser implementadas para satisfazer as necessidades do cliente?

2. LISTA DE TAREFAS

Nós, os abaixo assinados, que trabalhamos em.....
(inserir nome da empresa), comprometemo-nos a:

LISTA DE AFazeres

Passos	Data Limite	Notas

Assinatura

GRUPO (MEMBROS DA EQUIPA):

- -----
- -----
- -----
- -----

Data: -----

3. MÉTODOS PARA AVALIAR NOVOS PRODUTOS OU SERVIÇOS DIGITAIS SUSTENTÁVEIS

NOME DA EMPRESA: _____

GRUPO (MEMBROS DA EQUIPA):

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Resumo do protótipo:

Pontuação	1	2	3	4	5
O produto ou serviço digital é sustentável?					
O produto/serviço digital está devidamente desenvolvido?					
As técnicas inovadoras apresentadas estão a ser aplicadas?					
As ferramentas digitais estão a ser utilizadas de forma adequada?					
Que nível de pensamento crítico e criativo está a ser adotado?					
Trabalho em equipa/Organização/Gestão do tempo					

Comentários:

H. REFERÊNCIAS

DeSanctis, G., & Poole, M. S. (1994). Capturing the complexity in advanced technology use: Adaptive structuration theory. *Organization Science*.

Hill, P., & Barber, M. (2014). *Preparing for a Renaissance in Assessment*. Pearson.

Koo, C., Shin, S., Kim, K., Kim, C., & Chung, N. (2016). Smart Tourism of the Korea: Creation and Co-Creation. *Intelligence and Innovation*.

Law, R., Buhalis, D., & Cobanoglu, C. (2014). Progress on information and communication technologies in hospitality and tourism. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*.

Leung, D., Law, R., van Hoof, H., & Buhalis, D. (2013). Social Media in Tourism and Hospitality: A Literature Review. *Journal of Travel & Tourism Marketing*.

Neuhofer, B., Buhalis, D., & Ladkin, A. (2015). Smart Technologies for Personalized Experiences: A Case Study in the Hospitality Domain. *Electronic Markets*.

Orlikowski, W. J. (2000). Using technology and constituting structures: A practice lens for studying technology in organizations. *Organization Science*.

Tussyadiah, I. P. (2020). Strategic use of information technologies in the tourism industry. *Tourism Management*.

Robinson, P. (2012). Incremental Adoption of Technology in Manufacturing. *Industrial Management & Data Systems*.

Jabbour, C. J. C., & Santos, F. C. A. (2008). Relationships between human resource dimensions and environmental management in companies: proposal of a model. *Journal of Cleaner Production*.

Zhang, Y., Li, H., & Zhang, X. (2013). A framework for designing green and lean supply chains. *International Journal of Production Research*.

Chou, J., & Chou, H. (2020). Digital Transformation and Its Impact on Environmental Management: An Overview. *Journal of Environmental Management*.

Freeman, R. E. (2010). *Strategic Management: A Stakeholder Approach*. Cambridge University Press.

Porter, M. E., & van der Linde, C. (1995). Toward a New Conception of the Environment-Competitiveness Relationship. *Journal of Economic Perspectives*.

W. Timothy Gallwey, *The Inner Game of Work* (Random House, 2000)

Kahneman D, Frederick S (2002). "Representativeness Revisited: Attribute Substitution in Intuitive Judgment". In Gilovich T, Griffin DW, Kahneman D (eds.). *Heuristics and Biases: The Psychology of Intuitive Judgment*. Cambridge: Cambridge University Press. pp. 51–52. ISBN 978-0-521-79679-8.

Sir John Whitmore offers more insights into the world of coaching in *Coaching for Performance: The Principles and Practice of Coaching and Leadership*.

Alexander, G. (2016). Behavioural coaching – The GROW model. In J. Passmore (Ed.), *Excellence in coaching – The industry guide* (3rd ed.). London: Kogan Page;

Taylor, F. (1911). *The principles of scientific management*. New York: Harper & Row; Whitmore, J. (2017). *Coaching for performance* (5th ed.). London: Nicholas Brealey.



Financiado pela União Europeia. As visões e opiniões expressas são, no entanto, exclusivamente do(s) autor(es) e não refletem necessariamente as da União Europeia ou da Agência Executiva Europeia para a Educação e Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizado por eles.



Siga-nos

