

PALESTRA DA MONTANHA PROGRAMA

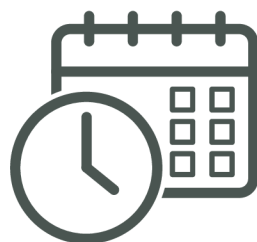


CONEXÃO À NATUREZA E BEM-ESTAR EM ATIVIDADES DE PEDESTRIANISMO

ORGANIZAÇÃO

Centro de Formação da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal/Escola Nacional de Montanhismo (FCMP/ENM)

CALENDARIZAÇÃO



26 | FEV | 2025

20:00 - 23:00

ON LINE (ZOOM)

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Enquadramento

Caminhada e Percursos Pedestres

- Contextualização histórica do caminhar
- Práticas “retro”

Ao Encontro da Natureza: teoria

- Ética e Estética Ambiental
- Fenomenologia da Percepção
- Experiências de Conexão
- Bem-estar Subjetivo (BES)
- Necessidades: o essencial e o acessório
- Bem-estar e Mal-estar
- Solastalgia

Ao Encontro da Natureza: prática

- Experiências Fenomenológicas
- Questionários de Campo
- Entrevistas a Praticantes
- Resultados exploratórios

Conclusões

FORMADOR:

Pedro Cuiça

Director Técnico de Montanha da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal/Escola Nacional de Montanhismo (FCMP/ENM); detentor de Título Profissional de Treinador de Montanhismo - Grau III, entre outras titulações no âmbito dos Desportos de Montanha; autor do Guia de Montanha - Manual Técnico de Montanhismo I (2010); Licenciado em Ciências do Ambiente e Mestre em Ecologia Humana e Problemas Sociais Contemporâneos.

 218 126 890

 fcmportugal.com

 centro.formacao@fcmportugal.com

