



**IPG** Politécnico  
|da|Guarda  
Polytechnic  
of Guarda

# RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em marketing

Mónica Sofia Henriques Teixeira

dezembro | 2019





**Escola Superior de Tecnologia e Gestão**

Instituto Politécnico da Guarda

# RELATÓRIO DE ESTÁGIO

MÓNICA SOFIA HENRIQUES TEIXEIRA

RELATÓRIO PARA A OBTENÇÃO DO GRAU DE LICENCIADO EM MARKETING

Dezembro/2019

## **Ficha de Identificação**

**Discente:** Mónica Sofia Henriques Teixeira

**Número de aluno:** 1012274

**Licenciatura:** Marketing

**Estabelecimento de Ensino:** Escola Superior de Tecnologia e Gestão – Instituto Politécnico da Guarda

**Docente Orientador:** José Carlos Alexandre

**Grau Académico:** Doutoramento em Ciências da Comunicação

**Entidade de acolhimento:** IN Guarda Retail Park

**Morada:** Quinta da Várzea 6300 Guarda, Portugal

**Telefone:** 271 214 085

**E-mail:** geral@inguardaretailpark.pt

**Site:** <https://inguardaretailpark.pt/>

**Supervisor do estágio na organização:** Sara Reis

**Grau Académico:** Licenciatura em Comunicação e Relações Públicas

**Duração do estágio:** 400 horas

**Período de estágio:** 17 de junho a 3 de setembro de 2019

## **Plano de Estágio Curricular**

Com a finalidade de concluir a Licenciatura em Marketing, realizei o meu relatório de estágio (Anexo I). O plano de estágio foi definido pela supervisora Sara Reis, com o propósito de a estagiária colocar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo do curso. Esse plano ficou em aberto para alterações ao longo do estágio, de acordo com as necessidades da empresa.

De seguida, apresento o plano de estágio definido pela empresa:

- Gestão administrativa;
- Operação estável da estrutura imobiliária na vertente técnica e não-técnica, isto é, manutenção do imóvel;
- Gestão de Recursos Humanos e liderança interpessoal das equipas de limpeza e vigilância do centro comercial;
- Prospeção do mercado e apoio às atividades de comercialização e gestão de arrendamentos temporários;
- Gestão de clientes, lojistas, prestadores de serviços e relações públicas externas e internas;
- Elaboração e acompanhamento de orçamentos;
- Criação, desenvolvimento, promoção e implementação de atividades de marketing e publicidade e organização de eventos;
- Desenvolvimento da estratégia da marca e acompanhamento da manutenção dos respetivos canais de comunicação.

## **Agradecimentos**

Desde já quero agradecer a todos os que durante estes anos nunca me abandonaram e que sempre me incentivaram a continuar.

Em primeiro lugar, agradeço à minha avó, à minha mãe e à minha irmã, por todo o apoio e motivação para que completasse esta etapa, pois sem elas não teria sido possível chegar até aqui.

Um especial obrigado ao meu namorado por ter estado sempre presente ao longo deste percurso, por me ter apoiado e ajudado sem nunca me deixar desistir.

Agradeço a todos os meus amigos, afilhados e colegas de casa por terem estado sempre presentes, tanto nos melhores como nos piores momentos e por hoje serem a família que esta cidade alta e fria me deu.

Seguidamente deixo um agradecimento ao meu orientador de estágio, o professor José Carlos Alexandre, por todo o conhecimento que me transmitiu e pela sua disponibilidade prestada ao longo do estágio.

Manifesto também o meu agradecimento ao IN Guarda Retail Park por me ter aceite como estagiária e pela experiência que tive, bem como a toda a equipa que, mesmo sendo pequena, sempre me ajudou.

Um agradecimento especial à minha supervisora, Sara Reis, que durante o estágio sempre se mostrou prestável e disponível para partilhar todo o seu conhecimento e experiência.

Por último, agradeço ao Instituto Politécnico da Guarda e a todos os professores que me acompanharam e ajudaram ao longo da minha licenciatura.

A todos, um sincero obrigado!

## **Resumo**

A realização do estágio decorreu no IN Guarda Retail Park. Teve início no dia 17 de junho de 2019 e terminou no dia 3 de setembro do mesmo ano, cumprindo assim as 400 horas estabelecidas para a sua realização.

O presente relatório de estágio tem como finalidade apresentar as atividades desenvolvidas, que permitiram aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo da licenciatura de Marketing.

O relatório está estruturado em dois capítulos. No primeiro, apresento o local de acolhimento e no segundo, descrevo as tarefas desenvolvidas ao longo dos dois meses e meio de estágio curricular.

### **Palavras-chave:**

IN Guarda Retail Park; Licenciatura; Marketing; Relatório de Estágio; Estágio Curricular.

### **JEL Classification:**

M31 - Marketing

# Índice Geral

Ficha de Identificação.....	I
Plano de Estágio Curricular.....	II
Agradecimentos.....	III
Resumo.....	IV
Índice Geral.....	V
Índice de Figuras.....	VI
Índice de Anexos.....	VI
Índice de Apêndices.....	VIII
Introdução.....	1
Capítulo I – IN Guarda Retail Park.....	2
1. Identificação do local de estágio.....	3
2. Apresentação do local de estágio.....	4
3. Estrutura Organizacional.....	5
Capítulo II – Atividades Desenvolvidas no Estágio.....	9
1. Organização de Eventos.....	10
1.1. Décimo Aniversário do IN Guarda Retail Park.....	11
1.2. Uma ação promocional.....	12
1.3 143º Aniversário dos Bombeiros Voluntários Egítanienses.....	13
1.4. I Caminhada Bombeiros no Coração.....	14
1.5. Uma ação de formação: prática de combate a incêndios com extintores.....	16
2. Atividades de comunicação.....	17
2.1. Atualizações do <i>website</i> .....	17
2.2. Calendarização de conteúdos das redes sociais.....	19
2.3. Publicações nas Redes Sociais: Facebook e Instagram.....	19
2.4. Outras atividades de comunicação.....	21
3. Atividades de comercialização e gestão de arrendamento temporário.....	22

4. Outras atividades .....	23
Considerações finais .....	26
Referências Bibliográficas.....	27
Anexos.....	29
Apêndices .....	32

## Índice de Figuras

<b>Figura 1</b> - Logótipo da empresa .....	3
<b>Figura 2</b> - Localização da Empresa Acolhedora.....	4
<b>Figura 3</b> - Localização do IN Guarda Retail Park .....	5
<b>Figura 4</b> - Organograma local da marca .....	6
<b>Figura 5</b> - Cartaz do 10º Aniversário.....	12
<b>Figura 6</b> - Bens alimentares oferecidos .....	14
<b>Figura 7</b> – Cartaz da I Caminhada Bombeiros no Coração .....	16
<b>Figura 8</b> – Protótipo da T-shirt e do Boné.....	16
<b>Figura 9</b> – Exemplo de um contacto no website.....	18
<b>Figura 10</b> - Galeria da página inicial do website .....	18
<b>Figura 11</b> -Adicionar ficheiros no WeTransfer .....	19
<b>Figura 12</b> - Publicação Instagram IN Guarda Retail Park .....	20
<b>Figura 13</b> - Publicação Facebook IN Guarda Retail Park .....	20
<b>Figura 14</b> - Publicação Facebook IN Guarda Retail Park .....	21
<b>Figura 15</b> - Publicação Facebook IN Guarda Retail Park .....	21

## Índice de Anexos

<b>Anexo I</b> – Plano de Estágio .....	30
<b>Anexo II</b> – Certificado Ação de Formação “Prática de Combate a Incêndios com Extintores” .....	31

## Índice de Apêndices

Apêndice I – Planificação de Atividades 10º Aniversário IN Guarda Retail Park .....	33
Apêndice II – <i>Briefing</i> 10º Aniversário IN Guarda Retail Park .....	35
Apêndice III – Circular 10º Aniversário IN Guarda Retail Park .....	39
Apêndice IV – <i>Press Release</i> 10º Aniversário IN Guarda Retail Park .....	41
Apêndice V- Avaliação das Empresas 10º Aniversário IN Guarda Retail Park .....	43
Apêndice VI – Ação Promocional .....	46
Apêndice VII – Lista de Produtos Alimentares .....	48
Apêndice VIII – <i>Briefing</i> Francisco Figueiredo .....	50
Apêndice IX – <i>Briefing</i> Zero Graus .....	53
Apêndice X – Lista de Entidades I Caminhada Bombeiros no Coração .....	58
Apêndices XI – Patrocinadores I Caminhada Bombeiros no Coração .....	60
Apêndice XII – Formulário de Inscrição I Caminhada Bombeiros no Coração .....	63
Apêndice XIII – Circular Ação de Formação .....	67
Apêndice XIV – Atualização do <i>Website</i> Contactos .....	69
Apêndice XV – Atualização do <i>Website</i> Galeria .....	71
Apêndice XVI – Calendarização de Conteúdos das Redes Sociais .....	73
Apêndice XVII – Contacto com a Empresa Alpematic .....	86
Apêndice XVIII – Contacto com a Empresa i-sensis .....	88
Apêndice XIX – Empresas de Iluminação de Natal .....	90

## **Introdução**

A elaboração do presente relatório tem como finalidade descrever todas as tarefas realizadas durante o estágio curricular realizado no IN Guarda Retail Park, um centro comercial especializado, situado na cidade da Guarda.

O estágio curricular decorre do plano de estudos da licenciatura de Marketing da Escola Superior de Tecnologia e Gestão do Instituto Politécnico da Guarda. Teve a duração de 400 horas e decorreu entre 17 de julho e 3 de setembro de 2019.

O estágio é uma oportunidade para pôr em prática os conhecimentos adquiridos ao longo da licenciatura, proporciona uma experiência laboral ao estagiário, preparando-o para o mercado de trabalho.

O relatório está dividido em dois capítulos. No primeiro, apresento a empresa, tendo em consideração, nomeadamente, a sua identificação, localização, estrutura organizacional, os seus serviços. No segundo, descrevo todas as tarefas desenvolvidas ao longo do estágio curricular.

As atividades desenvolvidas ao longo destes meses estão divididas em quatro partes. Na primeira, estão descritas as atividades relacionadas com a organização de eventos; na segunda, encontram-se as que estão diretamente ligadas à comunicação; na terceira, as atividades relacionadas com a comercialização e gestão de arrendamento temporário; na última parte, apresento uma secção designada por “outras atividades”.

Por fim, aduzo algumas considerações sobre a importância do estágio curricular.

# **Capítulo I**

# **IN Guarda Retail Park**

Em sentido lato, a empresa é um conjunto de atividades humanas, coletivas e organizadas, regidas por um centro regulador, com a finalidade de adaptar constantemente os meios disponíveis aos objetivos predeterminados, tendo em vista a produção/comercialização de bens/serviços.

Carvalho (2016, p. 19)

Este capítulo tem como finalidade descrever a empresa acolhedora. Começo com a identificação e apresentação da IN Guarda Retail Park; seguidamente, apresento a sua estrutura organizacional e, por fim, os apoios que disponibiliza.

## 1. Identificação do local de estágio

**Nome:** IN Guarda Retail Park

**Morada:** Quinta da Várzea

**Código Postal:** 6300 Guarda

**Telefone:** 271 214 085

**Site:** <https://inguardaretailpark.pt/>

**E-mail:** geral@inguardaretailpark.pt

**Horário:** 9h00 às 21h00

Encontra-se encerrado dia

25 de dezembro e 1 de janeiro

**Inauguração:** junho de 2009

**Proprietário:** M7 PorAF Portugal 3

**Empresa Gestora:** Savills Portugal



Figura 1 - Logótipo da empresa

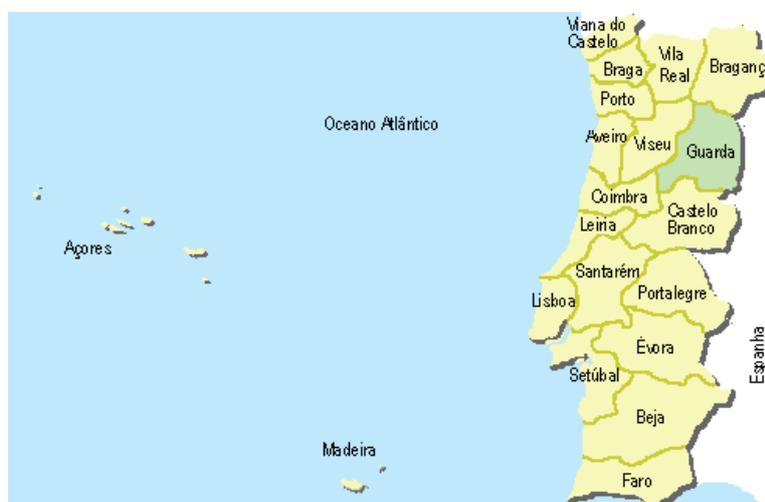
Fonte – Imagem cedida pela empresa

## 2. Apresentação do local de estágio

Localizado na cidade mais alta do país, o IN Guarda Retail Park foi inaugurado a 26 de junho de 2009, tendo como promotores o Banif Imopredial – Fundo de Investimento Imobiliário Aberto, Grande Solar e Civilria. Com a queda do Banif, o imóvel passou a ser gerido pela Profile (ex. Banif gestão de ativos) seguindo uma estratégia de desinvestimento, acabando este por ser vendido a 25 de janeiro de 2019 à M7 Real Estate e passando a sua gestão comercial da JLL para a Savills Portugal, empresa de mediação imobiliária.

O IN Guarda Retail Park encontra-se estrategicamente localizado, beneficiando de excelentes acessos ferroviários e rodoviários através da A23 (Guarda-Torres Novas), A25 (Aveiro-Vilar Formoso), IP5 (Aveiro-Vilar Formoso), EN16 (Aveiro-Vilar Formoso), EN17 (Coimbra-Celorico da Beira), EN18 (Guarda-Ervidel), EN221 (Guarda – Miranda do Douro), EN233 (Guarda – Castelo Branco). Está apenas a 40 minutos, por auto-estrada, da fronteira com Espanha (Fuentes de Oñoro) e a 1h30m de Salamanca. Atualmente, tem como lojas âncora o Aki e a Decathlon e marcas como a Rádio Popular, W52, Centroxogo, Tapete Luso, Espaço Casa, Retail Café, Look Space e Seaside.

A Guarda é capital de distrito, situa-se na Região Centro e sub-região das Beiras e Serra da Estrela, tem 26 565 habitantes. É sede de um município com uma área de 712,1 km<sup>2</sup> e 42 541 habitantes, dividido em 14 concelhos e subdividido em 43 freguesias, desde a reorganização administrativa de 2012/2013.



**Figura 2** - Localização da Empresa Acolhedora

Fonte – Visitar Portugal (s.d.)

As instalações do centro comercial IN Guarda Retail Park localizam-se na Quinta da Várzea, 6300 Guarda, como se pode verificar na figura seguinte.



**Figura 3 - Localização do IN Guarda Retail Park**

Fonte – Google Maps (2019)

### 3. Estrutura Organizacional

A estrutura organizacional é o modo como uma organização está dividida e hierarquizada. O organograma é a representação gráfica da estrutura organizacional; define a gestão das atividades da organização e a comunicação e dos seus setores, de forma a atingir os seus objetivos estratégicos (Chiavenato, 2004).

A Savills Portugal é a empresa gestora do imóvel e apresenta 9 departamentos, a saber: Agência, Consultoria, Gestão, Investimento, Estudos de Mercado, *Asset Management* (Gestão de Ativos), Financeiro, *Legal Compliance* (Conformidade Legal) e Avaliações.

A administradora do IN Guarda Retail Park, Sara Reis, pertence ao departamento de gestão, da Savills Portugal.

#### Estrutura da marca na Guarda

Na Guarda, a marca é gerida pela administradora Sara Reis. Fazem ainda parte desta estrutura a equipa de vigilância - formada por quatro elementos - e uma equipa de limpeza constituída por duas pessoas (Figura 4).

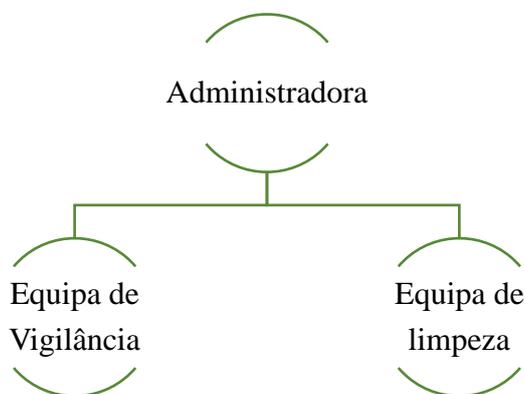


Figura 4 - Organograma local da marca

Fonte – Elaboração Própria

## 4. Apoios Disponibilizados

Este centro comercial oferece os seguintes apoios:

### Estacionamento Gratuito



O IN Guarda Retail Park possui um parque de estacionamento gratuito com cerca de 676 lugares, incluindo lugares prioritários. O seu horário de funcionamento é das 8h00 às 22h00.

### Acesso a Cadeira de Rodas



Ao longo da galeria, existem rampas que permitem a passagem de cadeira de rodas do parque de estacionamento para as lojas. O corredor de acesso ao W.C., fraldário e multibanco também tem a largura necessária para a deslocação da mesma.

### Áreas de Descanso



No correr de toda a galeria encontram-se bancos que permitem o descanso dos clientes.

### Multibanco



Existe um multibanco no corredor que dá acesso ao WC para que se possam efetuar levantamento de dinheiro, transferências e pagamentos.

### Fraldário



A pensar no conforto dos seus clientes, há um fraldário junto ao WC.

### Perdidos e Achados



Os perdidos e achados encontram-se na Administração do centro comercial.

### Ecoponto



Estrutura de três contentores onde se pode depositar para reciclagem os resíduos de papel e cartão, embalagens plásticas e metálicas e o vidro, nos devidos contentores.

### Desfibrilhador



O desfibrilhador é utilizado em paragens cardiorrespiratórias, tem como função identificar o ritmo cardíaco. Este equipamento tem a capacidade de efetuar a leitura automática do ritmo cardíaco e as condições cardíacas através de pás adesivas em contacto com o tórax do paciente.

A utilização deste aparelho pode ser feita por pessoas não especializadas, mas que tenham o curso de Suporte Básico de Vida. No IN Guarda, a administradora e todos os vigilantes estão aptos para operar o desfibrilhador.

# **Capítulo II**

## **Atividades desenvolvidas no estágio**

Tudo começou com a troca de e-mails com Sara Reis, atual diretora do IN Guarda Retail Park, para o pedido de estágio curricular. Depois do pedido de estágio ser aceite, tive uma reunião na qual me contaram a história do centro comercial, me mostraram algumas das ações desenvolvidas ao longo dos anos, e o orçamento de marketing disponível. Ficaram definidos ainda alguns aspetos, como tarefas a cumprir e o horário - das 9h00 às 18h00.

No meu primeiro dia de estágio, 17 de junho, cheguei à hora combinada e fui de imediato apresentada aos colaboradores. Seguidamente, a minha supervisora fez-me uma visita guiada por todo o IN Guarda Retail Park, incluindo o interior de todas as lojas. Após conhecer o espaço, indicaram-me as tarefas que tinha de desenvolver. Deram-me algumas orientações e, depois de tudo registado, comecei o meu trabalho. Durante o estágio, foram desenvolvidas todas as atividades propostas pela supervisora da empresa, Sara Reis.

Ao longo deste capítulo, descreverei todas as atividades que realizei ao longo do estágio curricular. As atividades estão agrupadas em quatro secções. Na primeira, estão descritas as atividades relacionadas com a organização de eventos; na segunda, as que estão diretamente ligadas à comunicação; na terceira, as atividades de comercialização e gestão de arrendamento temporário; por fim, numa secção que designei por “outras atividades”, incluo todas as atividades que não me parecem enquadráveis em nenhuma das secções anteriores.

## **1. Organização de Eventos**

Um evento é um acontecimento planeado que tem lugar, data, local definido e uma hora previamente estabelecida. O organizador do evento tem sempre um objetivo concreto que faz reunir as pessoas convidadas e todos os eventos realizam-se com um propósito específico (Isidoro, 2013).

Os eventos proporcionam inúmeras oportunidades para a instituição que os organiza, tais como: aproximação e contacto direto com o público, interação e promoção de produtos/serviços.

Seguidamente, descrevo a minha participação na organização de eventos.

## 1.1. Décimo Aniversário do IN Guarda Retail Park

No dia 26 de junho de 2019, o centro comercial celebrou o seu décimo aniversário e para celebrar esta data especial organizou-se uma festa no dia 29 de junho de 2019, sábado. Quando iniciei o meu estágio, foi esta a atividade que tive logo em mãos.

O primeiro passo foi ficar a par de tudo o que estava a ser planeado para este dia. Depois, assisti a uma reunião com todas as empresas que estavam contratadas para o evento, a saber: a Izifun (empresa de animação); a Animactiva (atividades desportivas e animação); a Puff (animação); a Ophelia (organização de eventos); a Zero Graus (fotografia e vídeo); a Francisco Figueiredo (fotografia). Após esta reunião, foi-me atribuída a tarefa de planificar onde se realizariam todas as atividades, de acordo com as indicações que me haviam sido transmitidas na reunião (Apêndice I).

Elaborei um *briefing* (Apêndice II), indicando o início e o término das atividades de todas as empresas, assim como o respetivo local a ocupar por cada uma. Para cada animador, eu dispunha ainda da informação sobre os horários de pausa.

Com a planificação feita, disseram-me que, para além da decoração da responsabilidade da empresa Ophelia, era necessário colocar balões na rede que delimita o espaço do centro comercial. Fiquei responsável por esta decoração. Para tratar desta decoração, comecei por medir toda a área. Calculei os balões necessários, tendo em conta que deveria haver cinco por cada metro. Após estes cálculos, efetuei uma encomenda à Via Rápida, empresa de publicidade e artes gráficas, localizada no Parque Industrial da Guarda.

Redigi uma circular (Apêndice III), que se destinava a todos os funcionários, e distribuí-a por todas as lojas, equipa de vigilância e equipa de limpeza.

Como última tarefa antes da data do evento, escrevi um *press release*, enviado à comunicação social regional (Apêndice IV).

Com tudo delineado, era necessário criar o cartaz (Figura 5). Para o efeito, fui, juntamente com a minha supervisora, Sara Reis, à Zero Graus, empresa de comunicação e de produção audiovisual.

No dia do evento, cheguei ao IN Guarda Retail Park às 7 horas. Era necessário encher 735 balões com hélio e colocá-los na rede. Esta tarefa foi realizada com a ajuda e

colaboração do Pedro Tomás - da equipa de vigilância - da Elisabete e da Alice - da equipa de limpeza.

Antes do início do evento, fiz um *briefing* preparatório com todas as empresas e, ao longo da tarde, fui informando os animadores sobre as suas pausas e monitorizando as atividades planeadas.

Por fim, tive de fazer uma avaliação de todas as empresas (Apêndice V).



Figura 5 - Cartaz do 10º Aniversário

Fonte – Cedido pela Zero Graus

## 1.2. Uma ação promocional

Para o fim de semana de 20 e 21 de julho, entre as 14h00 e as 18h00, estava prevista a distribuição de pára-sóis auto. Foram-me transmitidas as indicações do que era necessário fazer e quais as pessoas a contactar.

Primeiro, tive de proceder à contagem de todos os pára-sóis auto que se encontravam guardados numa loja vazia do IN Guarda Retail Park e seleccionar os que estavam em bom estado. Seguidamente, contactei a empresa Puff para averiguar se tinham um animador

disponível para esse fim de semana. Informe-me que o animador teria de vestir uma *t-shirt* e um boné do IN Guarda Retail Park.

Depois, expliquei aos animadores o que tinham de fazer exatamente e onde estava o material a distribuir.

Por fim, enviei um e-mail à equipa de vigilância a informar da ação que iria ocorrer durante o fim de semana (Apêndice VI).

### **1.3 143º Aniversário dos Bombeiros Voluntários Egitanenses**

No dia 10 e 11 de agosto, os Bombeiros Voluntários da Guarda festejaram o seu 143º aniversário e o IN Guarda Retail Park foi convidado a estar presente na celebração.

No convite recebido, solicitavam aos convidados que doassem bens alimentares (Figura 6) para serem distribuídos por instituições/famílias carenciadas. Posto isto, fiquei responsável por fazer uma lista dos produtos alimentares a oferecer, assim como das quantidades de cada um (Apêndice VII). Depois de tudo organizado e aprovado, realizei as compras no supermercado Continente.

O IN Guarda Retail Park ofereceu uma reportagem fotográfica e videográfica dos festejos realizados nestes dois dias. Foi-me pedido que fizesse o *briefing* do evento para as duas empresas contratadas para o efeito, Francisco Figueiredo (Apêndice VIII) e Zero Graus (Apêndice IX).

A empresa Francisco Figueiredo ficou responsável por realizar uma reportagem fotográfica e videográfica dos dois dias de evento; a Zero Graus estava encarregue do vídeo do desfile, que se realizaria no domingo. Devido à greve dos motoristas de matérias perigosas, o desfile foi cancelado.

Por fim, acompanhei a minha supervisora à empresa de comunicação, Zero Graus, para a elaboração de dois vinis, um a dizer “143º Aniversário” e o outro em formato de matrícula com a data do aniversário, com o intuito de serem colocados numa moldura de fotografias em forma de ambulância.



**Figura 6** - Bens alimentares oferecidos

Fonte – Elaboração própria

#### **1.4. I Caminhada Bombeiros no Coração**

Bombeiros no Coração é uma caminhada solidária organizada pelo IN Guarda Retail Park, com o objetivo de ajudar os Bombeiros Voluntários da Guarda. Com o intuito de se repetir todos os anos e de atingir cada vez mais pessoas, a caminhada estava, inicialmente, prevista para maio, o mês do coração, e daí o nome da iniciativa. Porém, a caminhada teve de ser adiada para um fim-de-semana de setembro porque os bombeiros não tinham disponibilidade em maio.

Em agosto, a minha supervisora expôs-me as suas ideias para este projeto e tudo o que já tinha feito para ele. Nesse momento, já estava decidido o nome, que poderia ter de ser mudado, uma vez que, como referi acima, não se realizara em maio. Além disso, estavam já definidas uma série de questões, a saber: o modelo da *t-shirt* - tendo ainda de ser criado o seu protótipo pela empresa de comunicação; dois trajetos - um curto e citadino e outro normal e florestal; a caminhada seria totalmente gratuita - por cada caminhante, o IN Guarda Retail Park ofereceria cinco euros aos Bombeiros Voluntários Egitanenses.

Após a exposição sobredita, foi-me pedido que fizesse uma pesquisa sobre caminhadas e que pensasse em nomes para a mesma. O objetivo era que esta caminhada se destacasse, que não fosse como a maioria das caminhadas, cujo nome costuma ser “Caminhada Solidária”. Na minha pesquisa, descobri que o dia do coração é a 29 de setembro e, em 2019, era num domingo. Após aprovação da data e do nome, comecei a trabalhar neste evento com a minha supervisora.

Comecei por organizar uma lista das entidades (Apêndice X) que poderiam ser convidadas a participar no evento e outra lista de possíveis patrocinadores (Apêndice XI).

Seguidamente, eu e a minha supervisora tivemos uma reunião com a Zero Graus para criar a base do cartaz (Figura 7), a *t-shirt* e o boné. Posto isto, desloquei-me à gráfica para pedir um orçamento para os dois elementos do kit - *t-shirt* e boné (Figura 8).

Munidas do protótipo e do orçamento do boné, fomos procurar um potencial patrocinador. Começámos pela Finiclasse. Apresentámos o projeto e propusemos que patrocinassem um elemento do kit de caminhada (boné). Aceitaram a nossa proposta e, além disso, disponibilizaram uma carrinha de apoio.

Posteriormente, tivemos várias reuniões, a saber: com a empresa Ophelia, que se ofereceu, desde logo, para garantir o reforço alimentar da manhã; com Sandro Lopes dos Seguros 2009 – para oferecer o seguro a cada caminhante e uma mochila de uma marca de seguros para acrescentar ao kit de caminhada; com a Junta de Freguesia da Guarda, que aceitou oferecer o almoço a todos os caminhantes. Por fim, pedimos apoio ao Clube de Montanhismo da Guarda para criar o percurso dos dois trajetos, um de cinco quilómetros citadino e outro de oito quilómetros florestais.

Para criar um sistema de inscrição no evento, utilizei o *Google Forms*, que é um serviço gratuito para a criação de formulários (Apêndice XII).

Com tudo delineado, fomos elaborar o cartaz oficial para ser lançado nas redes sociais. Nesta etapa o cartaz ainda poderia sofrer alterações.

Refira-se que o meu estágio curricular terminou antes do término deste evento.



**Figura 7** – Cartaz da I Caminhada Bombeiros no Coração

**Fonte** – Cedido pela Zero Graus



**Figura 8** – Protótipo da T-shirt e do Boné

**Fonte** – Cedido pela Zero Graus

### 1.5. Uma ação de formação: prática de combate a incêndios com extintores

Uma ação de formação tem como objetivo aumentar o conhecimento e as competências dos trabalhadores ao longo da vida.

Em parceria com os Bombeiros Voluntários da Guarda, a administração da IN Guarda Retail Park organizou uma formação intitulada “Prática de Combate a Incêndios com Extintores” disponível para todos os colaboradores do IN Guarda Retail Park.. Esta ação teve duas datas disponíveis, 4 e 5 de julho, com uma duração de cerca de duas horas cada. O objetivo desta ação é orientar todos os ocupantes dos espaços no manuseamento do extintor, tendo como conteúdos programáticos: o tipo de extintores, as práticas de manuseamento e a segurança na operação dos mesmos.

Foi-me pedido que fizesse uma circular a explicar o objetivo da ação, o local da ação de formação, as datas e o seu horário (Apêndice XIII).

No dia da ação de formação, tive de verificar as presenças e, no final, entregar aos participantes os seus certificados (Anexo II).

## 2. Atividades de comunicação

Canais de Comunicação são ferramentas utilizadas pelas empresas para criar uma relação com o seu público alvo e mantê-lo informado. É uma estratégia de comunicação visa, entre outros objetivos, o reconhecimento da marca e um impacto positivo nas vendas. As atividades a seguir descritas fazem parte dessa estratégia. Mais concretamente, nesta secção, descrevo a minha colaboração na gestão do *website* e das redes sociais e a minha participação noutras atividades de comunicação, nomeadamente, de *merchandising*, “aromatização” e criação de um *outdoor*.

### 2.1. Atualizações do *website*

O *website* é um canal de comunicação e tem de estar sempre atualizado. Para isso, é necessário monitorizá-lo regularmente.

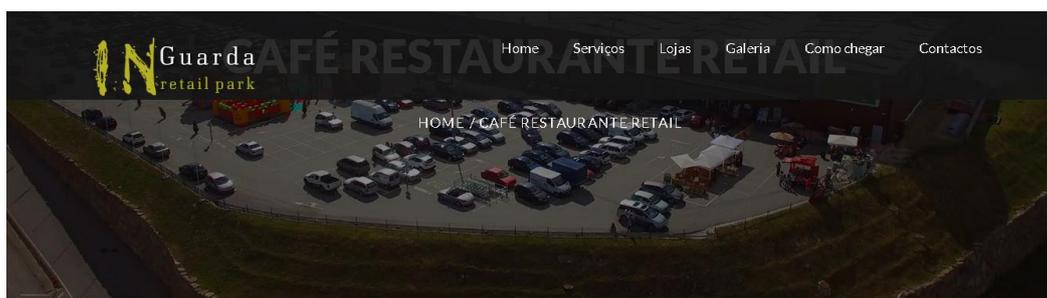
O IN Guarda Retail Park possui um *website*, criado pela Zero Graus. A Zero Graus é também responsável pela manutenção do *website*, o que significa que esta empresa procede, sempre que necessário, a alterações ou atualizações do mesmo, nomeadamente, ao nível dos contactos, da galeria, dos serviços, etc.

Passo a descrever as atualizações que efetuei.

- **Atualização dos contactos das lojas**

Foi-me solicitado que confirmasse se os contactos das lojas que constavam no *website* estavam de acordo com os que cada loja tinha comunicado no início do ano – a Figura 9 é um exemplo de um contacto no *Website*. Após esta verificação, contactei via e-mail a Zero Graus a solicitar que realizassem as alterações necessárias (Apêndice XIV).

Por fim, só tive de verificar se estava tudo de acordo com o que tinha solicitado.



**Figura 9** – Exemplo de um contacto no website

**Fonte** – IN Guarda Retail Park (2019 a)

- **Atualização da Galeria**

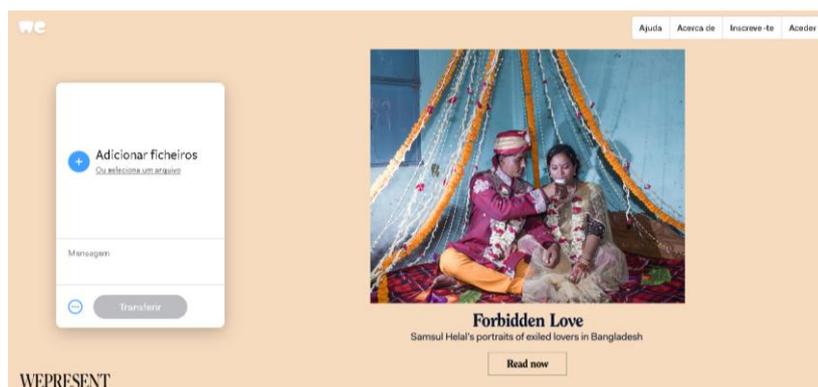
A minha supervisora pediu-me que seleccionasse algumas fotografias do décimo Aniversário (ver o 1.1.) para colocar na galeria da página inicial do website (Figura 10), a qual se apresenta em efeito carrossel.

Depois de ter selecionado as fotografias, enviei um e-mail à Zero Graus a solicitar a alteração (Apêndice XV). Para facilitar o envio das fotografias escolhidas, utilizei o *WeTransfer* (Figura 11), um serviço online que permite aos utilizadores partilhar ficheiros ou arquivos.



**Figura 10** - Galeria da página inicial do website

**Fonte** – IN Guarda Retail Park (2019 h)



**Figura 11-**Adicionar ficheiros no WeTransfer

Fonte – WeTransfer (s.d.)

## 2.2. Calendarização de conteúdos das redes sociais

No primeiro dia de estágio, foi-me pedido que elaborasse um calendário para as redes sociais com as datas comemorativas dos anos de 2019 e 2020 (Apêndice XVI).

Este calendário tem como objetivo planear com antecedência os conteúdos que pretendemos partilhar. O IN Guarda Retail Park encontra-se presente no Facebook e no Instagram e, para atrair novos seguidores, as publicações têm de ser regulares.

Para a execução deste calendário, realizei uma pesquisa na internet sobre as datas comemorativas de cada mês. As estações do ano, signos, feriados, dia dos namorados, Carnaval, Páscoa, Natal, dia das redes sociais, dos amigos, da criança são exemplos dessas datas comemorativas.

## 2.3. Publicações nas Redes Sociais: Facebook e Instagram

Facebook e Instagram são elementos de uma estratégia de marketing digital, que recorre a ferramentas online para interagir, comunicar, relacionar e suscitar interesse nos clientes e potenciais clientes. Tornaram-se um meio importante no mundo digital, pois permite que as marcas estejam 24 horas ligadas aos seus consumidores.

As redes sociais são “uma metáfora para observar os padrões de conexão de um grupo social, a partir das conexões estabelecidas entre os diversos atores” Recuero (2009, p. 24).

Existem diversas redes sociais, mas as utilizadas pelo IN Guarda são o Facebook e o Instagram.

Para publicitar o aniversário do IN Guarda Retail Park, realizei o planeamento de conteúdos com os respetivos *copy*s (textos) para as redes sociais Facebook e Instagram. Estas publicações seriam colocadas online nas horas de maior afluência, para, assim, se obter um maior alcance. Depois de analisadas as métricas, verificou-se que os melhores horários, com os maiores picos de afluências, são às 9h00, entre as 12h00-14h00 e a partir das 18h00.

Nas figuras 12, 13, 14 e 15, podemos observar publicações colocadas nas redes sociais.



Figura 12 - Publicação Instagram IN Guarda Retail Park

Fonte – IN Guarda Retail Park (2019 b)



Figura 13 - Publicação Facebook IN Guarda Retail Park

Fonte – IN Guarda Retail Park (2019 c)



Figura 14 - Publicação Facebook IN Guarda Retail Park

Fonte – IN Guarda Retail Park (2019 d)



Figura 15 - Publicação Facebook IN Guarda Retail Park

Fonte – IN Guarda Retail Park (2019 e)

## 2.4. Outras atividades de comunicação

- **Merchandising da marca**

Na realização de algumas ações desenvolvidas pelo IN Guarda Retail Park, era necessária a criação de *t-shirts* e de bonés para publicitar a marca. Assim, juntamente com a minha supervisora e a equipa de design da gráfica Via Rápida, elaborámos um protótipo. Fiquei responsável pela realização da encomenda na sobredita gráfica e pelo seu levantamento quando estivesse pronta.

- **Aromatização**

O marketing olfativo é uma das formas de o cliente identificar e diferenciar a marca. Atendendo à possibilidade de o IN Guarda Retail Park seguir essa estratégia, a minha supervisora pediu-me que pesquisasse empresas de aromatização e que entrasse em contacto com as mesmas. Após a pesquisa, contactei a Alpematic e a i-sensis e ambas solicitaram que as contactasse via e-mail (apêndices XVII e XVIII).

Com a empresa i-sensis, marquei uma reunião, na qual estive presente. Nessa reunião, foi-nos apresentada a marca, os seus produtos e os perfumes disponíveis.

Juntamente com a Sara Reis, fizemos uma seleção dos aromas para colocar no corredor de zona comum.

- **Outdoor**

Tendo em vista o objetivo de colocar um *outdoor* a publicitar o IN Guarda Retail Park, realizei uma pesquisa sobre *outdoors* originais, que chamassem a atenção. Juntamente com a minha supervisora, observei *outdoors* colocados no sentido Ciudad Rodrigo–Guarda. Contactámos empresas de comunicação a solicitar orçamentos de *outdoors*.

Para finalizar, foi criado um protótipo de um *outdoor* em conjunto com a Zero Graus, a empresa de comunicação com que habitualmente trabalhamos.

### **3. Atividades de comercialização e gestão de arrendamento temporário**

- **Comercialização da loja três**

No decorrer do meu estágio, estive presente na comercialização da loja três, uma das lojas mais pequenas das 12 que o Retail Park até ao momento apresenta. Assisti à reunião que teve lugar na Guarda para a comercialização deste espaço. Pelo facto de o proprietário interessado já ter efetuado uma visita ao local, não foi necessário fazer uma nova visita.

- **Exposição de automóveis**

Ao longo do ano é comum o arrendamento temporário de espaços para exposições de automóveis. Estas empresas alugam lugares no parque de estacionamento durante um determinado período de tempo. Durante o meu estágio, A MatosCar e a Elpidio & Horácio realizaram exposições. A primeira fez a sua exposição a 29 de junho, no dia da festa de aniversário do centro comercial; a Elpído & Horácio realizou a sua demonstração em julho, durante três dias, sexta-feira, sábado e domingo.

Neste tipo de arrendamento, é necessário acompanhar a empresa, para esta analisar a zona delimitada para a exposição e perceber, nomeadamente, o número adequado de automóveis para exibição. Nesta conversa, são ainda referidas as regras que a empresa tem de cumprir.

- **Multibanco**

O centro comercial possui uma máquina multibanco localizada no corredor de acesso à administração, WC e fraldário. Com a chegada do fim do contrato com o banco, é necessário procurar agências bancárias interessadas. Na “correria” aos bancos, acompanhei a minha supervisora a diversas agências, tais como Millennium BCP, Montepio, Santander Totta e Caixa Geral de Depósitos para averiguar se estariam interessadas no arrendamento do espaço para colocação de uma máquina multibanco e quais são as suas condições.

Todas as agências contactadas mostraram o interesse e comprometeram-se a enviar um e-mail com as propostas e condições. Depois disto, as propostas são todas analisadas e a melhor é a selecionada.

#### **4. Outras atividades**

Nesta secção, constam outras atividades realizadas no estágio e que não são, em meu entender, enquadráveis em nenhum dos tópicos anteriores. Tal não significa que não tenham sido importantes ou que lhes tenha dedicado menos atenção ou empenhamento do que às anteriores.

- **Validação de Faturas**

Uma fatura é um documento que deve ser lançado sempre que se obtém um bem ou um serviço sujeito a IVA. No IN Guarda Retail Park, todas as faturas são lançadas no Gecond (*software* de gestão de condomínios) por um elemento do departamento de *Property Management* da empresa Savills Portugal. No entanto, é necessário que cada gestor de condomínio verifique se as faturas estão colocadas no devido setor, identificar as faturas prioritárias para pagamento e, por fim, fazer a sua validação. Nesta tarefa, ajudei a minha supervisora a verificar quais eram as faturas que estavam pagas, as prioritárias, e se todas estavam devidamente classificadas.

- **Playlist**

No mês de julho, atualizei a *playlist* de músicas ambiente que passam na galeria. Devido à afluência de turistas e emigrantes, a atualização foi feita com músicas que pertenciam aos tops de Portugal, França, Espanha e Brasil. Analisei os tops da rádio Los 40 e MCM, na Associação Fonográfica Portuguesa e no *Spotify*.

Na seleção das músicas, é necessário ter atenção ao conteúdo da letra e verificar se estas não apresentam um início ou um fim muito demorado; caso tal aconteça, têm de se fazer “cortes” na música.

Esta *playlist* só é utilizada nos meses de verão, tendo sido atualizada várias vezes ao longo deste período.

- **Alteração do sistema de luz**

Devido à necessidade de alteração do sistema de luz nas zonas comuns, acompanhei a minha supervisora a empresas localizadas na Guarda para solicitar orçamentos. Uma vez que as mesmas apenas vendiam os produtos e não faziam a sua instalação, facultaram-nos alguns contactos de empresas que o faziam. Contactei e agendei reuniões com essas empresas. Assisti a todas as reuniões, nas quais era explicado o que se pretendia. Seguidamente, acompanhava a visita das empresas ao espaço.

As empresas contactadas enviaram os orçamentos e, posteriormente, foram analisados.

- **Iluminação de Natal**

A Iluminação de Natal é a decoração que se prepara com mais antecedência. É necessário encontrar uma empresa disponível para essa empreitada.

Realizei uma pesquisa de empresas iluminação e analisei os seus trabalhos. Organizei os nomes e os contactos das empresas numa tabela (apêndice XIX), entrei em contacto e agendei reuniões com as que estavam disponíveis.

## Considerações finais

O estágio curricular é uma etapa fundamental na realização de um curso de licenciatura. É uma atividade que permite a futuros licenciados terem o primeiro contacto com o mercado de trabalho.

Ao longo destes dois meses e meio, percebi como funcionam, na prática, algumas das teorias apreendidas na licenciatura. Aprendi também a importância de certas ferramentas, usadas diariamente pelas empresas, sem as quais o sucesso não é alcançável.

No início do estágio, era tudo novo e não sabia bem o que fazer, nem como fazer, e o medo de falhar estava presente. Com o tempo e com a equipa fantástica que me acolheu, tudo começou a entrar na normalidade. Passei a conhecer as tarefas que tinha de executar e, em caso de dificuldade, sabia que podia contar sempre com a ajuda da equipa.

Durante este tempo, desenvolvi o meu ritmo de trabalho, aprendi ainda mais a trabalhar em equipa, construí bases que me permitiram crescer.

Considero que cumpri os objetivos delineados no início do estágio e posso afirmar que esta última fase de licenciatura me fez crescer a nível profissional e pessoal.

Em suma, todo este processo foi exigente e trabalhoso, mas chego ao fim e sinto-me preparada para ingressar no mundo do trabalho.

## Referências Bibliográficas

- Associação Portuguesa de Segurança (s. d.). *Desfibrilhação Automática Externa*. Obtido em 3, outubro, 2019 em <https://www.apsei.org.pt/areas-de-atuacao/seguranca-no-trabalho/desfibrilhacao-automatica-externa-dae/>
- Carvalho, J. E. (2016). *Gestão de Empresas Princípios Fundamentais*. Lisboa: Edições Sílabo, LDA.
- Chiavenato, I. (2004). *Teoria Geral da Administração*. Rio de Janeiro: Elsevier Editora Lda.
- Conceito (2011). *Conceito de Serviço*. Obtido em 30, setembro, 2019 em <https://conceito.de/servico>
- Conceito (s.d.). *Formação*. Obtido em 8, outubro, 2019 em <https://conceito.de/formacao>
- Google Maps 2019. Obtido em 30, setembro, 2019 em <https://www.google.com/maps/place/Decathlon+Guarda/@40.5373698,-7.2431718,593m/data=!3m2!1e3!4b1!4m5!3m4!1s0xd3cfae0ab46efb1:0x98f25b0eb7902566!8m2!3d40.5373698!4d-7.2409831>
- Guarda 2019. Obtido em 26, setembro, 2019 em [https://pt.wikipedia.org/wiki/Guarda#cite\\_note-menosfreg-2](https://pt.wikipedia.org/wiki/Guarda#cite_note-menosfreg-2)
- IN Guarda Retail Park (2019 a). *Café Restaurante Retail*. Obtido em 12, outubro, 2019 em <https://inguardaretailpark.pt/cafe-restaurant-retail/>
- IN Guarda Retail Park. (2019 b). Obtido em 13, outubro, 2019 em [https://www.instagram.com/p/By5URGHAV3\\_/](https://www.instagram.com/p/By5URGHAV3_/)
- IN Guarda Retail Park (2019 c). Obtido em 13, outubro, 2019 em [https://www.facebook.com/pg/INGuardaRetailPark/posts/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/pg/INGuardaRetailPark/posts/?ref=page_internal)
- IN Guarda Retail Park (2019 d). Obtido 1, outubro, 2019 em <https://www.facebook.com/INGuardaRetailPark/photos/a.386905851343511/2588512947849446/?type=3&theater>

IN Guarda Retail Park (2019 e). Obtido em 13, outubro, 2019 em <https://www.facebook.com/INGuardaRetailPark/photos/a.386905851343511/2588989514468456/?type=3&theater>

IN Guarda Retail Park (2019 f) *Sobre nós*. Obtido em 26, setembro, 2019 em <https://inguardaretailpark.pt/>

IN Guarda Retail Park (2019 g). *Serviços*. Obtido em 2, outubro, 2019 em <https://inguardaretailpark.pt/servicos/>

IN Guarda Retail Park (2019 h). *Galeria*. Obtido em 12, outubro, 2019 em <https://inguardaretailpark.pt/>

Isidoro, A. M. (2013). *Manual de Organização e Gestão de Eventos*. Lisboa:

Edições Sílabo

Marques, V. (2018). *Marketing Digital 360*. Lisboa: Actual.

Recuero, R. (2009). *Redes Sociais na Internet*. Meridional.

Santos, D. (2019). *Canais de Comunicação*. Obtido em 11, outubro, 2019 em <https://blog.hotmart.com/pt-br/canais-de-comunicacao/>

Visitar Portugal (s.d.). *Guarda*. Obtido em 26, setembro, 2019 em <https://www.visitarportugal.pt/d-guarda>

WeTransfer (s.d.). Obtido em 12, outubro, 2019 em <https://wetransfer.com/>

# **Anexos**

## Anexo I – Plano de Estágio

	<b>PLANO DE TRABALHO</b> Ensino Clínico Estágio Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP) Licenciaturas Mestrados	MODELO GESP.004.05 Ana Lúcia 2018, 2019																														
Este documento é um complemento do formulário GESP.003 - CONVENÇÃO.																																
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>Escola:</td> <td><input type="checkbox"/> ESÉCO</td> <td><input type="checkbox"/> ESS</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> ESTG</td> <td><input type="checkbox"/> ESTH</td> </tr> <tr> <td>Tipologia:</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> Curricular</td> <td><input type="checkbox"/> Extracurricular</td> <td><input type="checkbox"/> Outr:</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="5">Ao abrigo do protocolo ou especificidade formativa? <input type="checkbox"/> Sim, Qual? _____</td> </tr> <tr> <td colspan="5">Informação adicional (se aplicável): _____</td> </tr> <tr> <td>Des-grupo:</td> <td colspan="4">_____</td> </tr> <tr> <td>Ano curricular:</td> <td><input type="checkbox"/> Semestre</td> <td><input type="checkbox"/> 1º período</td> <td><input type="checkbox"/> 2º período</td> <td><input type="checkbox"/> 3º período</td> </tr> </table>			Escola:	<input type="checkbox"/> ESÉCO	<input type="checkbox"/> ESS	<input checked="" type="checkbox"/> ESTG	<input type="checkbox"/> ESTH	Tipologia:	<input checked="" type="checkbox"/> Curricular	<input type="checkbox"/> Extracurricular	<input type="checkbox"/> Outr:		Ao abrigo do protocolo ou especificidade formativa? <input type="checkbox"/> Sim, Qual? _____					Informação adicional (se aplicável): _____					Des-grupo:	_____				Ano curricular:	<input type="checkbox"/> Semestre	<input type="checkbox"/> 1º período	<input type="checkbox"/> 2º período	<input type="checkbox"/> 3º período
Escola:	<input type="checkbox"/> ESÉCO	<input type="checkbox"/> ESS	<input checked="" type="checkbox"/> ESTG	<input type="checkbox"/> ESTH																												
Tipologia:	<input checked="" type="checkbox"/> Curricular	<input type="checkbox"/> Extracurricular	<input type="checkbox"/> Outr:																													
Ao abrigo do protocolo ou especificidade formativa? <input type="checkbox"/> Sim, Qual? _____																																
Informação adicional (se aplicável): _____																																
Des-grupo:	_____																															
Ano curricular:	<input type="checkbox"/> Semestre	<input type="checkbox"/> 1º período	<input type="checkbox"/> 2º período	<input type="checkbox"/> 3º período																												
<b>1. IDENTIFICAÇÃO DOS INTERVENIENTES</b>																																
Estudante: <u>Mónica Sofia Henriques Taveira</u>	N.º de estudante: <u>1012134</u>																															
Docente orientador(a): <u>Yvete Côrtes Alexandre</u>																																
Supervisor(a)/Tutor(a): <u>Sara Tânia dos Reis</u>																																
<b>2. PLANO DE TRABALHO</b>																																
<p>Gestão local administrativa geral, operação estrucl da cidade imobiliária na vertente técnica e não-técnica, gestão de recursos humanos e liderança interpersonál das equipas de limpeza e vigilância do centro comercial.</p> <p>Prospeção de mercado e apoio às atividades de comercialização e gestão de arrendamentos temporários.</p> <p>Gestão de clientes, estatísticas, prestadores de serviços e relações públicas externas e internas.</p> <p>elaboração e acompanhamento de acordamentos.</p> <p>Criação, desenvolvimento, promoção e implementação de atividades de marketing e publicidade e organização de eventos. Desenvolvimento da estratégia da rede e acompanhamento da manutenção dos respetivos canais de comunicação online e redes sociais.</p>																																
<b>3. ASSINATURAS</b>																																
O(A) Estudante <u>171062019</u> O D M H A A A <u>Mónica Taveira</u> (assinatura)	O(A) Docente Orientador(a) <u>171062019</u> O D M H A A A <u>Yvete Côrtes Alexandre</u> (assinatura)	O(A) Supervisor(a)/Tutor(a): <u>171062019</u> O D M H A A A Politécnico da Guarda 3300-625 Guarda <u>Sara Tânia dos Reis</u> (assinatura)																														

## Anexo II – Certificado Ação de Formação

“Prática de Combate a Incêndios com Extintores”

---

# Certificado



Mónica Sofia Henriques Teixeira, participou na,

### **Ação de Formação “Prática de Combate a Incêndios com Extintores”**



realizado em 05 de Julho de 2019, nas instalações do “*In Guarda – Retail Park*”,  
com a duração de 02 Horas.

Quartel na Guarda, 05 de Julho de 2019

D Comandante  
Paulo Jorge da Silva Sequeira

Paulo Jorge da Silva Sequeira

---

# Apêndices

**Apêndice I**  
Planificação de Atividades  
10º Aniversário  
**IN Guarda Retail Park**



# **Apêndice II**

## *Briefing*

10º Aniversário

IN Guarda Retail Park

Horário		Duração	Intervalo		Atividade	Local	Empresa
Início	Fim		Início	Fim			
14h	14h25	0h25			Briefing preparatório	Loja 5	Adm; Izifun; Animactiva; Ophelia; Zero Graus; Puff; Francisco Figueiredo
14h30	16h00	1h30			Homens gravata (Roberto + Nuno A)	Parque de estacionamento, galeria e lojas*	Izifun
14h30	16h45	2h15			Radar Polícia (Gonçalo + lasmin)	Parque de estacionamento	Izifun
14h30	18h00	3h30			Bolas de sabão (Diana)	Ao longo da galeria	Izifun
14h30	18h30	3h45	16h15	16h30	Modelagem de balões (Ana Neves)	Parque de estacionamento e galeria	Puff
14H30	18h30	3h45	17h00	17h15	Modelagem de balões (Capelo)	Parque de estacionamento e galeria	Puff
14h30	19h00	4h15	15h30	15h45	Estátua viva (Marcelo)	Ao longo da galeria	Izifun
14h30	19h00	4h15	16h30	16h45	Estátua viva (Leo)	Ao longo da galeria	Izifun
14h30	19h00	4h00	16h00	16h30	Homem Levitação (Mariana)	Galeria em frente à Administração	Izifun
14h30	19h00	4h15	15h45	16h00	Mimo (Lara)	Parque de estacionamento, galeria e lojas*	Izifun
14h30	19h00	4h15	17h15	17h30	Mimo (António)	Parque de estacionamento, galeria e lojas*	Izifun
14h30	19h00	4h15	16h45	17h00	Izifun TV (Inês+ Nuno)	Parque de estacionamento, galeria e lojas*	Izifun

14h30	19h00	4h15	16h35	16h50	Malabarista (Diogo)	Parque de estacionamento e galeria	Izifun
14h30	19h00	4h00	15h45 17h30	16h00 17h45	Andas (Carolina)	Parque de estacionamento e galeria	Izifun
14h30	19h00	4h00	15h45 17h30	16h00 17h45	Andas (Erika)	Parque de estacionamento e galeria	Izifun
14h30	19h00	4h15	16h50	17h05	Cristiano Ronaldo (Pedro)	Parque de estacionamento, galeria e lojas*	Izifun
16h00	18h30	2h30			Janete & Lina	Parque de estacionamento, galeria e lojas*	Animactiva
16h15	19h30	3h00	17h40	17h55	Magia itinerante (Nuno A.)	Parque de estacionamento e galeria	Izifun
16h15	19h30	3h00	17h40	17h55	Rafael Nadal (Roberto)	Parque de estacionamento, galeria e lojas*	Izifun
16h30	18h00	1h30			Porco no espeto	Zona de alimentação (estacionamentos em frente da Seaside)	Ophelia
17h00	19h00	2h00			Cozinheiro (Gonçalo)	Zona de alimentação e galeria	Izifun
17h00	19h00	2h00			Animadora de bolo (Iasmin)	Zona de alimentação e galeria	Izifun
17h45	17H55	0h10			Escola de dança (O Estúdio)	Parque de estacionamento	Ophelia
18h00					Corte do bolo	Zona de alimentação (estacionamentos em frente da Seaside)	Administração; Izifun; Animactiva; Ophelia; Zero Graus; Puff; Francisco Figueiredo

Horário	Duração	Atividade	Local	Empresa
---------	---------	-----------	-------	---------

Início	Fim				
14h00	19h30	5h30	Fotografia e vídeo (Hugo + Fábio + Pias)	Parque de estacionamento e lojas*	<b>Zero Graus</b>
14h00	19h30	5h30	Fotografia (Francisco + Marina)	Parque de estacionamento e lojas*	<b>Francisco Figueiredo</b>
14h30	19h30	5h00	Air bungee	Parque de estacionamento	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Escalada	Talude Sul	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Tiro ao alvo	Talude Sul	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Touro + tenda	Parque de estacionamento	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Baliza	Parque de estacionamento	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Insuf comboio	Parque de estacionamento	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Insuf slide	Parque de estacionamento	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Insuf Candy	Parque de estacionamento	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Insuf Incredibles	Parque de estacionamento	<b>Animactiva</b>
14h30	19h30	5h00	Insuf Palácio	Parque de estacionamento	<b>Animactiva</b>

9h00	21h00	12h00	Exposição Amatos Car	Parque de estacionamento	<b>Amatos Car</b>
------	-------	-------	----------------------	--------------------------	-------------------

**Apêndice III**  
Circular  
10º Aniversário  
IN Guarda Retail Park

Data:28-06-2019

Assunto: 10º Aniversário do IN Guarda Retail Park

Ex.mos. Senhores,

Este sábado, dia 29, celebramos o 10º Aniversário do IN Guarda Retail Park.

A comemoração inicia-se às 14h30, tendo animação de rua a circular pelo parque de estacionamento, galeria e lojas, assim como insufláveis, tiro ao alvo, *air bangee* e parede de escalada.

A tarde culminará com o tradicional porco no espeto e bolo de aniversário.

Convidamos todos os lojistas e seus colaboradores para o habitual corte de bolo que se realizará por volta das 18h, contando com a vossa presença e apoio e agradecendo desde já a colaboração de todos na divulgação desta acção junto dos nossos clientes.

Estando prevista alguma afluência significativa e tendo em conta que haverá blocos de estacionamento frontal reservados, solicitamos que estacionem as V/viaturas no parque de mercadorias (traseiras do edifício).

À disposição para qualquer esclarecimento que entendam necessário, apresentamos os nossos melhores cumprimentos.

**Apêndice IV**  
*Press Release*  
10º Aniversário  
IN Guarda Retail Park

## **10º aniversário do IN Guarda Retail Park**

Há dez anos a gerar postos de trabalho na cidade mais alta, o IN Guarda Retail Park, inovou a oferta comercial existente. Cria momentos em família de segunda a domingo das 9h às 21h e celebra sábado o seu aniversário, a partir das 14h30 com uma tarde de muita animação e magia desde estátuas vivas a bolas de sabão gigantes, homem levitação, parede de escalada, tiro ao alvo, touro mecânico, air bungee, insufláveis, etc. que culminará com um tradicional porco no espeto e bolo de aniversário.

Convidamos toda a comunidade a juntar-se a nós nesta comemoração e a fazer parte de um dia diferente programado para todos os visitantes!

Inaugurado a 26 de junho de 2009 e adquirido pelo fundo internacional M7 PorAF 3 em janeiro deste ano, o Retail Park, atualmente gerido pela consultora imobiliária Savills, já conta com mais de 14 milhões de visitantes desde a sua abertura.

**Apêndice V**  
Avaliação das Empresas  
10º Aniversário do  
IN Guarda Retail Park

## Avaliação das Empresas

**Homens Gravata** - Um dos membros interagiu mais com os clientes do que o outro.

**Radar Polícia** – Boa prestação e com muito contacto com os clientes.

**Bolas de Sabão** – Não foi cumprido o horário que nós tínhamos enviado por motivos pessoais da colaboradora e as bolas de sabão não eram grandes como o esperado. A animadora interagiu bastante com o público.

**Estátuas Vivas** - Boa interpretação da personagem

**Homem Levitação** – A animadora que estava a fazer de Homem Levitação não tinha experiência, acabando por se sentir mal pouco tempo depois do evento ter começado. A animação foi cancelada por falta de animador.

**Mimos** – Boa interpretação da personagem

**Izifun TV** – Uma boa animação, com muita interação com o público.

**Malabarista** – Falta de interação com os clientes.

**Andas** – Divertidos e interagiram com o público.

**Cristiano Ronaldo** – Não dava para perceber que era o Cristiano Ronaldo, parecia apenas um rapaz a jogar à bola

**Magia Itinerante** – Falta de interação com os clientes.

**Rafael Nadal** – Não dava para perceber que era o Rafael Nadal.

**Cozinheiro** – Boa personagem, o Gonçalo tinha uma excelente relação com os clientes.

**Animadora de Bolo** – Boa interpretação da personagem.

**Janete & Lina** – A melhor animação de rua. Muito divertidas, simpáticas e as que mais interagiram com os clientes.

**Modelagem de Balões** – Muito desaparecidas da galeria ao longo de toda a tarde.

**Animactiva** - Algumas atividades não estavam prontas a serem utilizadas no início do evento.

**Ophelia** – A melhor empresa do evento, cumpriram com tudo o que tinha sido combinado e sempre a horas.

**Francisco Figueiredo** – Cumpriram com os objetivos propostos.

**Zero Graus** – Chegaram atrasados ao evento e um dos membros foi embora a meio da tarde.

# **Apêndice VI**

## **Ação Promocional**



**Mónica Teixeira** <monicahteixeira@gmail.com>  
para centraldeseguranca ▾

19/07/2019, 17:08



Distribuição pára-sóis auto 2019

No dia 20 e 21 de Julho vão ser distribuídos pára-sóis auto por um colaborador da Puff, identificado com uma t-shirt e um boné do Retail Park, ao longo do parque de estacionamento.

- dia 20 (sábado) colaborador Pedro Soares: 914 235 288
- dia 21 (domingo) colaborador Carlos Santos: 968 488 503
- responsável Puff - Marco Loureiro: 964 383 837
- Sábado: dobragem e distribuição
- Domingo: distribuição

A acção terá início em ambos os dias das 14h00 às 18h00.

Os pára-sóis que serão distribuídos no Sábado são todos os que se encontram na loja 5 à frente da arca, os de Domingo são trazidos já dobrados pelo Carlos Santos.

As t-shirts e os bonés a usar nos dois dias estão penduradas na loja 5 junto à arca.

No fim de cada acção é obrigatório deixarem as t-shirts e os bonés utilizados durante a tarde.

Abordagem de clientes deve ser feita quando estes estão junto ao carro, quer ao entrarem ou ao sair, para não os obrigar a voltar atrás. Deve ser feita preferencialmente a carros portugueses, sob a vigilância do segurança de serviço.

Caso seja tudo distribuído antes da hora de término os colaboradores podem ir embora.

No domingo o Francisco Figueiredo estará das 14h às 14h15 a fazer uma reportagem fotográfica.

Antes do início da acção em cada dia, o vigilante de serviço será contactado para identificação do colaborador.

Caso seja necessário entrem em contacto comigo 925 029 202.

Melhores cumprimentos,  
Mónica Teixeira

## **Apêndice VII**

### **Lista de Produtos Alimentares**

<b>Lista de Produtos Alimentares</b>		
<b>Quantidade</b>	<b>Produto</b>	<b>Marca</b>
15	Nestum Mel (700gr)	Nestlé
15	Cerelac (1kg)	Nestlé
15	Achocolatado Continente	é continente
15	Bolacha Maria	Continente
20	Atum Natural	é continente
10	Feijão Branco	Continente
10	Grão (420gr)	Continente
15	Cogumelos Laminados (325gr)	Continente
15	Ervilhas Cozidas (420gr)	Continente

# **Apêndice VIII**

## *Briefing*

Francisco Figueiredo

## 143º Aniversário Bombeiros da Guarda

Horas	Dia	Local	Descrição
9h45	Dia 10 Sábado	Estádio Municipal	Fotografar e filmar o jogo de futebol
18h45	Dia 10 Sábado	Sé Catedral	Fotografar durante a missa e fotografar e filmar a bênção de viaturas no exterior
8h45	Dia 11 Domingo	Quartel do Bombeiros	Fotografar e filmar o hastear das bandeiras, a formatura, receção das entidades oficiais e convidados (no exterior), a sessão solene e as condecorações (no interior)*
12h30	Dia 11 Domingo	Interior viaturas (2 elementos, 1 por viatura)	Filmar a saída das viaturas do quartel
			Fotografar o decorrer do desfile pela cidade desde o interior das viaturas, podendo os fotógrafos trocar de viaturas durante o desfile
	Dia 11 Domingo	Exterior do quartel	Aproveitar para filmar planos aéreos do quartel, incluindo o novo mural do Sfhir na torre de treino (ver fig. 2)
13h00/13h30	Dia 11 Domingo	Av. Dr. Francisco Sá Carneiro	Filmar o regresso das viaturas ao quartel no ponto assinalado no mapa (ver fig. 1)
13h15/13h30	Dia 11 Domingo	Quartel dos Bombeiros	Fotografar e filmar o plano geral do almoço, a confraternização, as pessoas individualmente e os grupos

**Nota:** Todas atividades de exterior são para fazer fotografia e filmagem aérea.

\* poderá existir uma pequena cerimónia de baptismo/subida de categoria no exterior, mas não sabemos em que parte do dia de domingo



**Figura 1 - Ponto para finalizar o regresso do desfile**  
**Localização - Av. Dr. Francisco Sá Carneiro**



**Figura 2 – Mural Sthir**  
**Localização - Quartel**

# **Apêndice IX**

*Briefing*

Zero Graus

# 143º Aniversário Bombeiros Guarda

## Percurso do Desfile

### VIDEO 1 – Filmar o lado do pendura



Localização: Av. Dos Bombeiros Voluntários Egitanenses

Direção: Rotunda das Finanças → La Vie

## VIDEO 2 – Filmar o lado do condutor



Localização: Largo João de Almeida

Direção: La Vie → Igreja da Misericórdia

## VIDEO 1 – Filmar o lado do pendura



Localização: Rua António Sérgio

Direção: Bonfim → Central de Camionagem

## VIDEO 2 – Filmar o lado do condutor



Localização: Rua Cidade de Bejar

Direção: Rua António Sérgio → Rotunda Bairro da luz ou Rua António Sérgio → Av. Cidade de Safed

## VIDEO 1 – Filmar o lado do pendura



Localização: Av. Monsenhor Mendes do Carmo

Direção: Hotel Vanguarda → Rotunda das Finanças

## VIDEO 2 – Filmar o lado do condutor



Localização: Av. Dr. Francisco Sá Carneiro

Direção: 31 de Janeiro → IPG

## **Apêndice X**

### **Lista de Entidades Convidadas I Caminhada Bombeiros no Coração**

Entidade	Contacto	E-mail
CityGim Guarda		<a href="mailto:geral@citygym.pt">geral@citygym.pt</a>
Polis Fitness Club	925 008 400	geral@polisfitclub.pt
Bemequer	271 227 246	comercialbemequer@gmail.com
Golden Fitness & Spa	963 860 165	geral@goldenfitness.pt
CrossFit Guarda	271 224 290	geral@crossfitguarda.pt
CBE Gym - Clube Bem Estar	271 221 186	clubebemestar.gym@gmail.com
Fb Health Club Guarda	966 205 938	telma.alexandra02@gmail.com
Academia Egitanense de Karate Shotokan	962 838 710	
Associação de Basquetebol da Guarda	271 213 446	abguarda.geral@gmail.com
Associação de Futebol da Guarda		
NDS	271 230 624	ndsguarda@gmail.com
Agrupamento 134 Guarda (Escuteiros)	933 406 687	geral.134@escutismo.pt
Cruz Vermelha	961 239 662 271 212 340	dguarda@cruzvermelha.org.pt
Associação de Atletismo da Guarda	271 221 721 964 009 366	ca.aaguarda@sapo.pt aaguarda@aag.pt
Guarda Unida Desportiva		guarda.unida@gmail.com
Guarda runners		geral@guardarunners.pt
Zumba Ana Segura		support@zumba.com
Motoclube da Guarda	924 096 405	mcguarda@hotmail.com
Cercig	271 212 739	secretaria@cercig.org.pt
IPG		
ADM Esrela	963 076 763 271 221 579 271 200 870	admestrela@admestrela.pt
PSP	271 222 022	
GNR	271 232 230	

# **Apêndice XI**

## **Patrocinadores**

### **I Caminhada Bombeiros no Coração**

<b>Patrocinadores Oficiais</b>	
<b>Empresa</b>	<b>Descrição</b>
Finiclasse	Carrinha de apoio; Kit de caminhada: Bonés
Ophelia	Reforço a meio da manhã
Seguros Sandro Lopes 2009	Seguros até 400 pessoas
Junta de Freguesia	Almoço
Clube de Montanhismo	Elaboração dos trajetos

	<b>Descrição</b>	<b>Empresas</b>
<b>Kit Caminhada</b>	T-shirt	IN Guarda
	Boné	Finiclasse
<b>Seguros</b>	Seguro caminhada por pessoa	Seguros Sandro Lopes 2009
<b>Reforço a meio da manhã</b>		Ophelia
	logurtes	Geogurt
		Myprotein
	Fruta	Quinta da Amaral
<b>Almoço</b>		Junta de Freguesia da Guarda

Patrocinadores contactados	
Empresa	Descrição
Finiclasse	Kit caminhada: Bonés
Ophelia	Reforço da manhã
Delta	Cafés, Croffees e Go Chill (saída, reforço e almoço)
Coficab	Almoço (Não estão interessados)
Seguros 2009 - Sandro Lopes	Seguro
MRW	Almoço
Junta de Freguesia	Almoço
Geogurte (Ophelia)	logurtes - reforço da manhã
Intermarché (Ophelia)	Reforço da manhã
Myprotein (Ophelia)	Reforço da manhã
Clube de Montanhismo	Definição de trajectos, acompanhamento e participação na caminhada

Patrocinadores a contactar		
Empresa	Descrição	Contactos
Via Rápida	Kits e comunicação	
Retail Café	Águas	
Martins Dsignal	Almoço	
Talho (Bairro do Pinheiro)	Almoço	962 664 518 / 271 211 059
Farmácia da Sé	Rastreios	
Puff	Insuflável	
Câmara Municipal	Almoço	
Restaurante Brasa	Almoço	
Restaurante O Tacho	Almoço	
José Rebelo (Emp. Turismo)		961 356 029
Venâncio Câmara Municipal	Definição de trajetos e acompanhamento	

## **Apêndice XII**

### Formulário de Inscrição

#### I Caminhada Bombeiros no coração



**1 CAMINHADA**  
BOMBEIROS NO CORAÇÃO



Secção 1 de 4

## Caminhada Bombeiros no Coração

A 1ª Caminhada Bombeiros no Coração é organizada pelo IN Guarda Retail Park em associação com outras entidades. É uma iniciativa gratuita com o objectivo de promover a solidariedade junto do Corpo de Bombeiros Voluntários da Guarda.

Endereço de email \*

Endereço de email válido

Este formulário está a recolher endereços de email. [Alterar definições](#)

Percurso \*

- 5 km urbanos
- 8,5 km mistos

Secção 2 de 4

## Dados Pessoais

Todos os participantes com inscrição validada estarão, durante a iniciativa, protegidos por um seguro de acidentes pessoais. O seguro é válido apenas para as situações decorrentes no evento e para efectuar a inscrição o participante terá de fornecer dados pessoais para efeitos de seguro e logística.

Nome \*

Texto de resposta curta

Data de \*

Dia, mês, ano



NI \*

Texto de resposta curta

Telemóvel \*

Texto de resposta curta

## Tamanho do t-shirt

X I

8 respostas (50% respondido)

### Mulher

- S
- M
- L
- 3L
- 33L

### Homem

- S
- M
- L
- 3L
- 33L
- 333L
- 3333L

### Outro

- 170 e mais
- 270 e mais
- 370 e mais
- 470 e mais
- 570 e mais
- 1100 e mais

# Regulamento | Caminhada Bombeiros no Coração

## REGULAMENTO

### 1. A Caminhada

A J Caminhada Bombeiros no Coração é organizada pelo JH Guarda [Batalhã](#) Park com o apoio logístico de outras entidades. É uma iniciativa gratuita sem carácter desportivo, competitivo ou classificativo. O objectivo é promover a solidariedade junto do Corpo de Bombeiros Voluntários da Guarda e por cada participante nos dois percursos da Caminhada o JH Guarda [Batalhã](#) Park doará €5 à Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários [Galizenses](#).

### 2. Horário e percurso

A J Caminhada Bombeiros no Coração realiza-se no dia 23 de Setembro de 2014 com ponto de encontro de todos os participantes no quartel dos Bombeiros Voluntários da Guarda. O levantamento dos kits de participação será feito no próprio dia entre as 7h30 e as 8h30, devendo para isso ser apresentado o Cartão de Cidadão do inscrito. O período de recolha de kits pode ser alargado caso o número de inscrições exceda o exija. A organização pede a todos os participantes que usem a [bahã](#) oferecida.

Os percursos são circulares, 5km em circuito urbano com baixo grau de dificuldade ou 8,5km em circuito urbano e rural com grau de dificuldade média. Os percursos poderão ser alterados ou anulados tendo em conta os avisos e recomendações da Autoridade Nacional de Emergência e [Proteção Civil](#), Polícia de Segurança Pública ou Guarda Nacional Republicana. Haverá abastecimento/reforço sen alivamente a meio dos percursos.

### 3. Participação

A participação na Caminhada está aberta a todas as pessoas sem limites de idade, desde que devidamente inscritos. Para os jovens com idade inferior a 14 anos a responsabilidade da sua participação é imputada aos adultos acompanhantes. A inscrição faz pressupor a prévia aceitação do presente Regulamento por parte do participante e é prova de que se encontra em boas condições físicas para efectuar a Caminhada. O participante compromete-se a ler e cumprir o Regulamento da Caminhada, respeitar as indicações dos guias ao longo do percurso e respeitar o meio ambiente, sem sujar o percurso ou contribuir para a alteração da paisagem existente.

### 4. Inscrição

A inscrição é individual e deve ser feita [online](#), através do site [www.bit.ly/bombelrosnocoracao](http://www.bit.ly/bombelrosnocoracao) até às 23h 55 do dia 22 de Setembro de 2014. Não serão aceites inscrições após este limite. Para efectuar a inscrição o participante terá de fornecer os seguintes dados para efeitos de seguro e logística: nome completo, data de nascimento, número de contribuinte, número de telemóvel e email. Após a inscrição será remetido automaticamente um email com os dados registados que confirma a inscrição com sucesso. A organização poderá a qualquer momento suspender ou prorrogar os prazos ou ainda a ditonar ou limitar o número de inscrições da Caminhada em função de necessidades/disponibilidades físicas/estruturais, sem aviso prévio.

### 5. Seguro

Todos os participantes até aos 75 anos de idade com inscrição válida de estarão, durante a iniciativa, protegidos por um seguro de acidentes pessoais. O seguro é válido apenas para as situações decorrentes no evento.

### 6. Direitos de Imagem

Ao validar a sua inscrição o participante autoriza, de forma gratuita e incondicional, a livre captação da sua imagem em vídeo e fotografia durante a Caminhada e a respectiva divulgação.

### 7. Cancelamento ou adiamento da Caminhada

O cancelamento ou adiamento da Caminhada pode ocorrer devido a factores externos à organização, restrições legais ou alterações meteorológicas não previstas. Nesse caso o JH Guarda [Batalhã](#) Park reserva-se o direito de cancelar ou transferir a Caminhada para outra data, medidas que poderão ser tomadas e comunicadas através das redes sociais até ao dia 23 de Setembro.

# **Apêndice XIII**

## **Circular Ação de Formação**

Data: 28-06-2019

Assunto: Ação de Formação “Prática de Combate a Incêndios com Extintores”

Ex.mos. Senhores,

Os Bombeiros Voluntários da Guarda disponibilizaram-se para realizar acções de esclarecimento a todos os colaboradores das lojas do IN Guarda sobre a utilização dos extintores.

Esta acção tem como objetivo orientar todos os ocupantes dos espaços no manuseamento do extintor, tendo como conteúdos programáticos o tipo de extintores, as práticas de manuseamento e a segurança na operação dos mesmos.

Dado que este tipo de emergência, é possível acontecer não só num espaço comercial como também nas nossas habitações, é uma mais-valia não só para a vida laboral como também pessoal de qualquer colaborador afecto do IN Guarda.

Assim colocamos à V/disposição um planeamento de 2 acções de esclarecimento, com cerca de 2h de duração cada, que decorrerão na zona de cais.

<b>Julho</b> <b>2019</b>	<b>Dia 4</b> Quinta-feira	10h – 12h
	<b>Dia 5</b> Sexta-feira	10 - 12h

Disponíveis para qualquer esclarecimento que entendam necessário, apresentamos os nossos melhores cumprimentos.

**Apêndice XIV**  
Atualização do Website  
Contactos



**Mónica Teixeira** <monicahteixeira@gmail.com>  
para joao.araujo ▾

sexta, 5/07, 17:58

Boa tarde João,

No site do IN Guarda Retail Park é necessário actualizar os seguintes contactos:

Decathlon - 968 560 707 | 271 232 040

<https://www.decathlon.pt>

<https://www.facebook.com/decathlonguarda/>

Centroxogo - 271 227 489

Retail Café - 271 237 204

Aki - 918 779 023 | 918 779 061 | 271 210 810

<https://www.aki.pt/>

<https://www.facebook.com/akiefacil>

Cumprimentos,  
Mónica Teixeira

**Apêndice XV**  
Atualização do Website  
Galeria



**Mónica Teixeira** <monicahteixeira@gmail.com>  
para joao.araujo ▾

quarta, 10/07, 19:04 ☆ ↶ ⋮

Boa tarde João,

Agradeço que as fotografias que aparecem no fundo da página do Retail Park, sempre a rodar, sejam trocadas pelas que envio nos links a baixo.

<https://we.tl/t-k14ZAyX38j>

<https://we.tl/t-SxYrWM3lkW>

Bom trabalho.

Cumprimentos,  
Mónica Teixeira



# **Apêndice XVI**

## **Calendário de Redes Sociais**

# Julho 2019

DOMINGO	SEGUNDA- FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA- FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
30	1 Dia Internacional da Piada	2 Dia da Polícia de Segurança Pública	3 Dia Internacional sem sacos de plástico	4	5 Dia do Bikini	6
7 Dia Mundial do Chocolate	8 Dia Mundial da Alegria	9	10 Dia Mundial da Pizza	11 Dia Mundial da População	12	13 Dia Mundial do Rock
14 Dia Mundial da Liberdade de Pensamento	15	16	17	18	19	20 Dia do Amigo
21	22	23 Signo Leão	24 Dia dos Primos	25	26 Dia Mundial dos Avós	27
28 Dia Mundial da Conservação da Natureza	29	30	31 Dia Mundial do Vigilante da Natureza	1	2	3
4	5	NOTAS				

# Agosto 2019

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
28	29	30	31	1	2 Dia Internacional da Cerveja	3
4	5	6	7	8 Dia Mundial do Gato	9	10 Dia Mundial do Leão
11	12 Dia Internacional da Juventude	13	14	15 Feriado	16	17 Dia do Gato Preto
18	19 Dia Mundial da Fotografia	20	21	22	23 Signo Virgem	24 Dia do Artista
25	26 Dia do Cão	27	28	29	30	31
1	2	NOTAS				

# Setembro 2019

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
1	2	3	4	5 Dia Internacional da Caridade	6	7
8 Dia Mundial da Fisioterapia	9 Dia da Grávida	10	11 Dia Nacional do Bombeiro Profissional	12	13	14
15 Dia Internacional da Democracia	16 Dia Mundial para a Preservação da Camada de Ozono	17	18 Dia Mundial da Monitorização da Água	19	20	21 Dia Internacional da Pa
22 Dia Europeu sem Carros	23 Outono Signo Balança	24	25 Dia Mundial do Sonho	26 Dia Europeu das Línguas	27 Dia Mundial do Turismo	28
29 Dia Mundial do Coração	30 Dia Internacional do Podcast	1	2	3	4	5
6	7	<b>NOTAS</b>				

# Outubro 2019

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
29	30	1 Dia Mundial da Musica	2 Dia da não-violência	3 Dia do Profissional de Organização	4 Dia Mundial do Sorriso	5 Implantação da República
6	7 Dia do Compositor	8	9	10 Dia Mundial da Saúde Mental	11	12
13	14 Dia do Meteorologista	15	16 Dia Mundial da Alimentação	17 Dia Mundial da Resolução de Conflito	18	19 Dia Internacional da Preguiça
20 Dia Mundial da Estatística	21	22	23 Signo Escorpião	24 Dia das Nações Unidas	25 Dia de Compras na Net	26
27 Mudança de Horário: horário de inverno	28 Dia Mundial da Terceira Idade	29	30	31	1	2
3	4	<b>NOTAS</b>				

# Novembro 2019

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
27	28	29	30	31	1 Feriado	2 Dia da Igualdade Salarial
3	4	5 Dia Mundial do Cinema	6	7 Dia Internacional da Preguiça	8	9
10 Dia Internacional do Trava-Línguas	11 Dia de São Martinho	12	13	14 Dia Mundial da Qualidade	15	16
17 Dia Mundial da Criatividade	18	19 Dia Internacional do Homem	20 Dia Internacional dos Direitos das Crianças	21 Dia Mundial do Olá	22 Signo Sagitário	23
24 Dia Mundial da Ciência	25	26	27 Feriado da Guarda	28	29 Black Friday	30
1	2	<b>NOTAS</b>				

# Dezembro 2019

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
1 Feriado	2 Cyber Monday	3	4	5 Dia Internacional do Voluntariado	6	7
8 Feriado	9 Dia Internacional Contra a Corrupção	10 Dia Internacional dos Direitos Humanos	11	12	13	14
15 Dia Internacional do Chá	16	17	18	19	20 Dia Internacional da Solidariedade Humana	21 Dia das Palavras Cruzadas
22 Signo Capricórnio Inverno	23	24	25 Natal	26	27	28
29	30 Véspera de Ano Novo	31	1	2	3	4
5	6	<b>NOTAS</b>				

# Janeiro 2020

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
29	30	31	1 Ano Novo	2	3	4
5	6 Dia dos Reis	7	8	9	10 1º Eclípe Lunar Penumbral	11 Dia Internacional do Obrigado
12	13	14	15 Dia Mundial do Compositor	16	17	18 Dia Internacional do Riso
19	20 Signo Aquário	21	22	23 Dia Mundial da Liberdade	24	25
26	27 Dia Internacional do Vinho do Porto	28 Dia Internacional da Privacidade de Dados	29 Dia Mundial do Puzzle	30	31 Dia Mundial do Mágico	1
2	3	<b>NOTAS</b>				

# Fevereiro 2020

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13 Dia Mundial da Rádio	14 Dia dos namorados	15
16	17	18	19 Signo Peixes	20 Dia Mundial da Justiça Social	21 Dia Internacional da Língua Materna	22 Dia do Pensamento
23	24	25 Carnaval	26	27 Dia Internacional do Urso Polar	28	29
1	2	NOTAS				

# Março 2020

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
1 Dia Mundial da Proteção Civil	2	3 Dia Internacional da Vida Selvagem	4	5	6	7
8 Dia Internacional da Mulher	9	10	11	12	13	14
15 Dia Mundial dos Direitos do Consumidor	16 Dia da liberdade de Informação	17	18	19 Dia do Pai	20 Dia Internacional da Felicidade + Primavera	21 Signo Carneiro + Dia Mundial da Árvore
22 Dia Mundial da Água	23 Dia Mundial da Meteteorologia	24 Dia Nacional do Estudante	25	26 Dia do Livro Português	27 Dia Mundial do Teatro	28 Dia Nacional dos Centros Históricos
29	30	31 Dia Mundial do Backup	1	2	3	4
5	6	<b>NOTAS</b>				

# Abril 2020

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
29	30	31	1 Dia das Mentiras	2	3	4
5	6 Dia Mundial da Actividade Física	7 Dia Mundial da Saúde	8	9	10 Feriado	11
12 Páscoa	13 Dia do Beijo	14 Dia Internacional do Café	15 Dia Mundial da Arte	16 Dia Mundial da Voz	17	18 Dia Mundial dos Monumentos e Sítios
19	20 Signo Touro	21	22 Dia Mundial da Terra	23 Dia Mundial do Livro	24	25 Dia da Liberdade
26 Dia da Produção Nacional	27 Dia Mundial do Design Gráfico	28	29 Dia Mundial da Dança	30 Dia Internacional do Jazz	1	2
3	4	<b>NOTAS</b>				

# Maio 2020

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
26	27	28	29	30	1 Dia do Trabalhador	2
3 Dia da Mãe	4 Dia Internacional do Bombeiro	5	6 Dia Internacional sem Dieta	7	8	9 Dia da Europa
10	11	12	13	14	15 Dia Internacional da Família	16
17 Dia Mundial da Internet	18 Dia Internacional dos Museus	19	20	21 Signo Gemeos	22	23
24 Dia Europeu dos Parques Naturais	25	26	27	28	29 Dia Nacional da Energia	30
31 Dia dos Irmãos	1	<b>NOTAS</b>				

# Junho 2020

DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
31	1 Dia Mundial da Criança	2	3	4	5 Dia Mundial do Ambiente	6
7	8	9	10 Dia de Portugal	11 Feriado	12	13
14 Dia Mundial do Dador de Sangue	15	16	17	18 Dia Internacional do Piquenique	19	20 Dia Mundial da Produtividade
21 Signo Carangueijo + Dia Europeu da Música	22	23	24 Dia de São João	25	26 Aniversário IN Guarda Retail Park	27
28	29	30 Dia Mundial das Redes Sociais	1	2	3	4
5	6	<b>NOTAS</b>				

## **Apêndice XVII**

### **Contacto com a Empresa Alpematic**



**Mónica Teixeira** <monicahteixeira@gmail.com>  
para algarve ▾

sexta, 19/07, 18:01 ☆ ↶ ⋮

Caro Nuno,

Contactei-o na semana passada a solicitar um orçamento para aromatização de um corredor do IN Guarda Retail Park. O espaço onde pretendemos colocar o aromatizador tem 16 metros de comprimento e 1,95 metros de largura. Encontramos-nos disponíveis para uma reunião caso seja necessário.

Melhores cumprimentos,  
Mónica Teixeira

↶ Responder

➡ Encaminhar

## **Apêndice XVIII**

Contacto com a Empresa i-sensis



**Mónica Teixeira** <monicahteixeira@gmail.com>  
para cmaia, Bcc: sara.reis ▾

quinta, 18/07, 17:14 ☆ ↶ ⋮

Boa tarde,

Envio em anexo as fotografias do corredor do IN Guarda Retail Park solicitadas para o orçamento do ambientador.

Com os melhores cumprimentos,  
Mónica Teixeira

3 anexos



↶ Responder

➡ Encaminhar



**Mónica Teixeira** <monicahteixeira@gmail.com>  
para Cassilda ▾

22/07/2019, 16:35 ☆ ↶ ⋮

Boa tarde Cassilda Maia,

No seguimento da proposta recebida para a aromatização do IN Guarda Retail Park, gostaríamos que fizesse uma visita ao espaço para sabermos a eficácia da efusão, visto que a porta do corredor se encontra sempre aberta.

Cumprimentos,  
Mónica Teixeira



**Mónica Teixeira** <monicahteixeira@gmail.com>  
para Cassilda ▾

23/07/2019, 12:04 ☆ ↶ ⋮

Bom dia Cassilda Maia,

Sim, estamos disponíveis agendar a visita para dia 26 de Julho pelas 14h30.

Melhores cumprimentos,  
Mónica Teixeira



## **Apêndice XIX**

### **Empresas de Iluminação de Natal**

Empresa	Localidade	Contactos		Notas
A.Barreira	Guimarães	253 412 488	geral@abarreira.pt	
Iluminações Teixeira Couto Lda	Paredes	255 776 430 919 424 728	geral@teixeiracouto.com	Enviar e-mail (local, a data de ligação da iluminação e a iluminação pretendida)
<b>Castros</b>	<b>S. Felix da Marinha</b>	<b>227 333 220</b>	<b>info@castros.com.pt</b>	
Rofinsa	Paredes	220 986 968	geral@rofinsa.pt	Enviar e-mail
Iluminações Diogo & Reis, Lda	Albarrol	236 677 635 919 431 610	diogoreis@iluminadiogoreis.com	
Rodrigues Iluminações	Vila Real	259 378 137 933 601 985	geral@rodriguesiluminacoes.com	Enviar e-mail (incluir data de visita)
Fabrilight	Chão de Couce	236 559 250 962 037 611 962 037 932	iluminacoes@fabrilight.pt	Entram em contacto mais tarde
Decatilum	Porto	225 021 449	geral@decatilum.pt	Enviar e-mail
Bcastro	Guimarães	253 511 240 966 863 844		Contactar o número móvel (Sr. Ricardo)
Firminos	Vale de Cambra	919 909 125 912 579 430	fs.pirotecnia.iluminacoes@gmail.com	
Correia iluminações	Oliveira de azeméis	256 602133 256 871612	geral@correiailuminacoes.com	
Iluminações JTC	Paredes	255 784 335 912 181 370	<a href="http://iluminacoesjtc.pt/contact.html">http://iluminacoesjtc.pt/contact.html</a>	Enviar e-mail com os contactos (Élio Barbosa)
Joaquim & Fernandes, Lda	Olhão	289 790 500	mail@joaquimfernandes.pt	Enviar e-mail
Ilumigomes	Aldreu, Barcelos	258 773 798 964 333 942 964 634 654	geral@ilumigomes.com	Contactar o número móvel
Dreamlight - iluminações festivas	Guimarães	253 516 100	geral@dreamlight.com.pt	
Pyrofel		255 530 434	pirotecnia@pyrofel.com	
Ilustre Constelação		966 783 045	morgadoilum@sapo.pt	