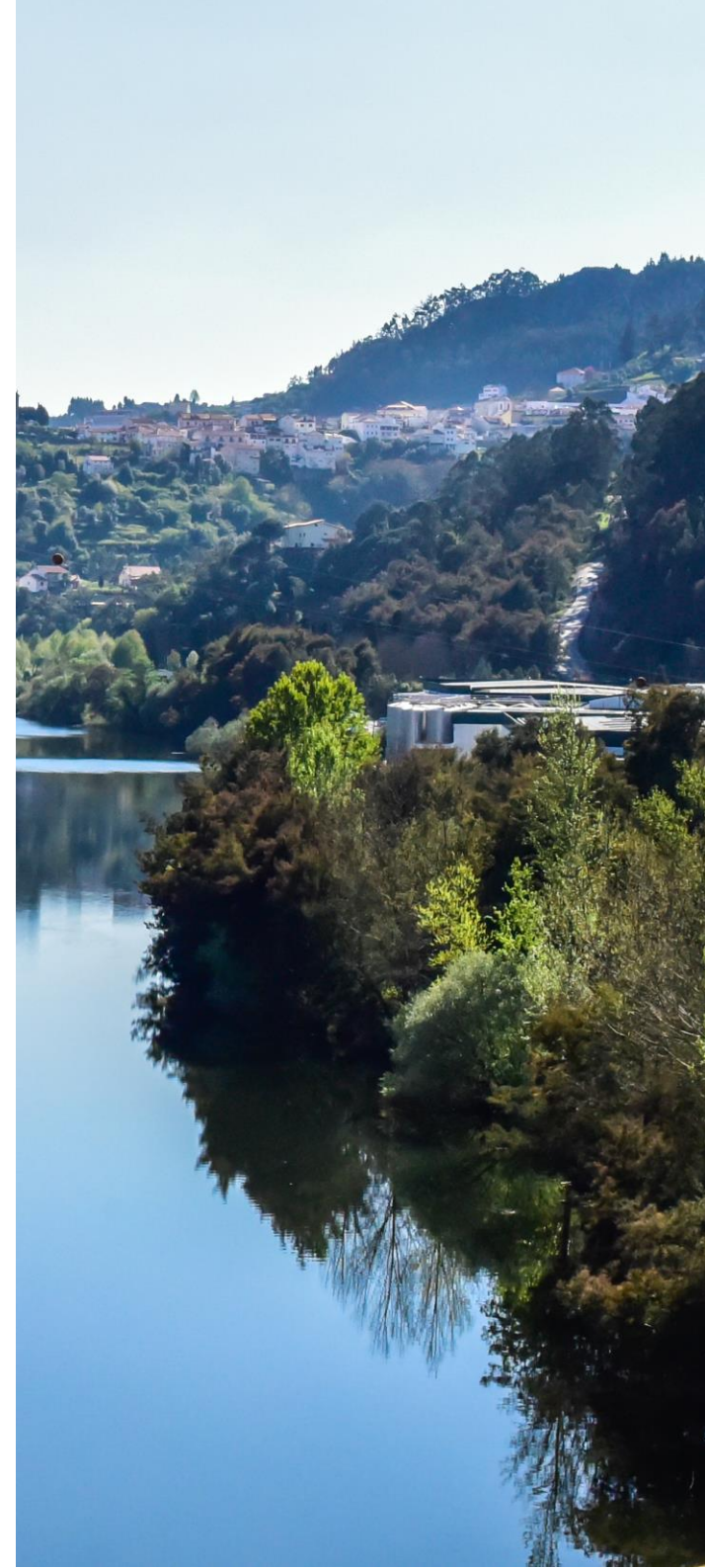


Coimbra Region: A Million Food Stories

*Candidate for European
Region of Gastronomy
Award - 2021*





ÍNDICE

1. Coimbra, no Centro de Portugal.....	12
2. A Gastronomia da Região de Coimbra	16
3. A Gastronomia como agregador da dinâmica local ...	28
4. Coimbra Region: A Million Food Stories	32
5. Actividades e Eventos - Some Highlights	35
6. Objetivos e eixos de atuação	42
7. Focus Areas	44
8. Estrutura de Governação	64
9. Plano de Comunicação e Marketing	656
10. Conteúdos e Ações Europeias	68
11. Orçamento	70
12. Sustentabilidade e Legado	73

MENSAGEM DA SECRETÁRIA DE ESTADO DO TURISMO

A gastronomia e os vinhos são uma das apostas estratégicas de Portugal. Quem nos visita procura experiências autênticas e procura conhecer as nossas tradições. A nossa gastronomia é um espelho disso mesmo: são séculos de influências de culturas de todo o mundo, que simbolizam o mundo que ajudámos a descobrir. Os nossos sabores têm referências da Ásia, das Américas, de África. A nossa cozinha é um reflexo da nossa multiculturalidade e da nossa abertura perante o mundo. Faz a ponte entre o oriente e o ocidente, sem deixar de ser única.

Temos sabido preservar os nossos sabores tradicionais, mas também temos sabido inovar, trazendo-os para a modernidade sem fugir às origens. Prova disso é o facto de termos em Portugal o melhor *chef* do mundo, José Avillez, e de praticamente termos duplicado o número de estrelas Michelin nos últimos dois anos, o que demonstra a qualidade e excelência dos nossos produtos e dos nossos *chefs*.

O próprio Ferran Adrià, que dispensa apresentações, considera o peixe e o marisco português os melhores do mundo. E são mesmo!

Temos dedicado todos os nossos esforços e recursos à promoção deste património tão rico. Em 2016, por exemplo, abriu a primeira licenciatura em Gastronomia no nosso país, precisamente em Coimbra, numa parceria entre o Turismo de Portugal e o Instituto Politécnico de Coimbra. Temos celebrado desde esse ano o Dia Nacional da Gastronomia e temos no terreno a iniciativa Taste Portugal, onde estamos a desenvolver a Rede de Restaurantes Portugueses no Mundo, para valorizar a nossa gastronomia e produtos.

Este esforço tem dado resultados e a gastronomia e os vinhos portugueses são, cada vez mais, referências constantes na imprensa internacional, e cada vez mais motivam mais pessoas a vir a Portugal.

Por tudo isto, a candidatura da Região de Coimbra ao título de “Região Europeia da Gastronomia 2021” é determinante e vai contribuir ainda mais para projetar os nossos sabores e os nossos vinhos.

A gastronomia é indiscutivelmente um dos grandes atrativos da região de Coimbra, de que são exemplo a Chanfana, a Lampantana, o Cabrito, o Leitão, a Lampreia, o Pescado da Arte Xávega, a

Sardinha da Figueira da Foz, o Arroz do Baixo Mondego, os Queijos DOP – Rabaçal e Serra da Estrela, a doçaria conventual, o mel, os enchidos, entre muitos, muitos outros.

Todo este património estará numa montra internacional e vai atrair ainda mais visitantes à Região de Coimbra.

Tenho a certeza que esta candidatura vai ser irresistível, tal como Portugal.

#CantSkipPortugal #CantSkipCoimbra2021



Ana Mendes Godinho

Secretária de Estado do Turismo

REGIÃO GASTRONÓMICA

“Numa casa portuguesa fica bem
Pão e vinho sobre a mesa
E se à porta humildemente bate alguém,
Senta-se à mesa com a gente (...)”

Uma casa portuguesa – letra de Reinaldo Ferreira

A alimentação e todo o seu ciclo, desde a criação, ao cultivo, à produção, à confeção, até à mesa, integra reflexos das vivências culturais e patrimónios alimentares de um povo e do seu território.

A Região de Coimbra caracteriza-se pela diversidade natural e paisagística, resultado das influências físicas, biológicas, histórico-culturais que aqui interagiram e ainda interagem, desenhando a identidade do território nas suas mais diversas vertentes.

A imensa riqueza dos recursos endógenos da Região de Coimbra, concede-nos os ingredientes para cozinhar uma excelente receita turística, ligando o território pela excelência dos seus sabores e receituário, sendo este um dos melhores incentivos para ir à descoberta da cultura e da identidade desta Região, guiados pelas rotas gastronómicas, com foco nos produtos autóctones.

Verifica-se que, no entanto, o ser humano evolui e com ele evoluem as técnicas e formas de saber fazer. Essa é uma realidade inegável. Se por um lado não devemos perder o fio condutor que nos liga às raízes, por outro não devemos criar resistência à inovação e à criatividade. Importa evoluir para sobreviver e esse lema aplica-se à gastronomia, aos patrimónios e às instituições que, sem perder a identidade, não devem permanecer apáticos perante os novos desafios.

Um dos objetivos base da Comunidade Intermunicipal Região de Coimbra é otimizar o desenvolvimento sustentável do turismo e das atividades económicas aglutinadas a este setor, potenciando e integrando os recursos e estruturas existentes, de uma forma mais organizada e integrada, incentivando e atuando no sentido do planeamento integrado, da criação e promoção de projetos de carácter intermunicipal que unifiquem a oferta e a imagem da Região, enquanto destino

de qualidade, quer para viver quer para visitar. A gastronomia é um dos produtos com maior destaque e, conscientes desta realidade, entendeu-se ser o momento para a elaboração da candidatura da Região de Coimbra ao título de “Região Europeia da Gastronomia 2021”.

A iniciativa tem como suporte um programa de desenvolvimento e valorização dos produtos gastronómicos de base regional e a respetiva cadeia de valor, promovendo uma nova abordagem à oferta dos produtos gastronómicos endógenos e agroalimentares da Região, envolvendo instituições do setor público, privado, associações e academia, num esforço de aperfeiçoamento conjunto e interligado. Pretende-se que este seja um instrumento com o qual o território se identifique, criando importantes e sólidos elos entre os principais agentes.

Para além da necessidade de qualificação do património alimentar da Região, esta iniciativa contribuirá para impulsionar a inovação, para reforçar os sentimentos de pertença e proporcionar uma maior abertura e contacto entre as comunidades locais, visitantes e turistas, incentivando a partilha de experiências.

Numa época que já começámos a repensar as formas de vivenciar os territórios, em que já começámos a regressar à natureza e a entender e respeitar os seus ciclos e a interligar tudo o que nos rodeia e a forma como nos alimentamos, numa quase busca pelas sabedorias ancestrais, é o momento de nos sentarmos todos a esta mesa a que chamamos Região de Coimbra e trabalharmos em conjunto nesta enorme aposta da CIMRC e de todos vós! (Vamos a isso!)



João Ataíde

Presidente, Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra

EMBAIXADOR

Em virtude das suas singularidades territoriais, cedo Coimbra (e os lugares que lhe estão próximos) convidou à fixação do homem que, com o seu engenho e arte, passou a cultivar a terra e dela retirar o seu sustento. Por aqui viveram e deambularam romanos, árabes, judeus, entre muitos outros povos, que deixaram bem vincadas as suas marcas, cujo património, material e imaterial, então vivenciado, é disso vivo testemunho. É para saborear das pegadas imateriais de ontem feitas património para o homem de hoje se alimentar, não só de alimentos mas também de conhecimento a eles associados, que nos propomos apresentar a Região Europeia da Gastronomia.

O curso do Mondego traça a linha mestra da mesa coimbrã. Mesa que começa por ser posta nas terras frias da serra, quando já se nota largo o leito do rio, vai-se estendendo e, ao longo do percurso, vai acolhendo das terras que vai calcorreando o que de melhor elas dão. Passa por Coimbra, onde recebe banhos de conhecimento, que vai da tradição à inovação. Continua direção ao mar, onde termina a receber a frescura dos seus viventes. Uma mesa posta que vai respeitar a biodiversidade, que vai ser amiga do ambiente, de curta pegada ecológica, sustentável, do ponto de vista ambiental e económico, e de forte apelo à juventude, como forma de lhe garantir continuidade nas gerações futuras, é uma mesa cujos impactos respeitam o Homem.

Esta mesa que propomos ao mundo é recheada dos melhores queijos, enchidos e presuntos, é um espaço onde se alastram copiosas sobremesas, onde se dispõem opíparas iguarias de cabrito, untadas com o belo azeite e regadas pelos vinhos criados nas soalheiras encostas das terras altas.

Descendo em direção à planície espera-a Chanfana, Leitão, Lampreia, Enguias, Rojões, mas também mel e frutos secos, além do vinho de outro carácter. Chegada a Coimbra, e depois de venerada pela multiculturalidade Universitária, a doçaria conventual, muito rica em ovos e açúcar, é reclamada por quem se sinta em seu redor nos dias comuns e de festa, por vezes, acompanhada

por vozes afinadas da Canção. De tão reconhecida ser, certa doçaria tornou-se mesmo geosímbolo, como é o caso dos «Patéis de Tentúgal», levados pelos muitos visitantes para suas casas.

Chegando ao mar, sardinhas, petingas, carapaus, cavalas, besugos, douradas, robalos, garoupas, lulas, chocos, polvos, camarões saltam para a mesa onde são saboreados preferencialmente com arroz colhido das margens do rio ou batata arrancada da terra húmida. A mesa vai acolhendo ao longo do seu percurso os feijões, o grão, as favas, as ervilhas, as couves, as beringelas, os pimentos, os tomates, as alfaces, os pepinos, e ainda as broas e os pães, num desejo constante de afirmação identitária, mas sobretudo com ambições de renovação, não fosse a terra o manancial da novidade. O bem-estar só é pleno quando a mesa se perfuma com os cheiros exalados da salsa, coentros, louro, serpão, tomilho, hortelã, e se complementa com a riqueza das maçãs, peras, laranjas, limões, tangerinas, uvas e romãs.



José Luís Lavrador

Chef, Escola de Hotelaria e Turismo de Coimbra



Mapa da Região da Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra

CANDIDATO

REGIÃO EUROPEIA DE

GASTRONOMIA 2021

COIMBRA REGION:

A MILLION FOOD STORIES



1. COIMBRA, NO CENTRO DE PORTUGAL

Considerada o “berço das mais queridas tradições de Portugal”, a Região de Coimbra situa-se no centro do país, contando com paisagens díspares. Se para o interior encontramos montanhas e serras, no litoral encontramos planícies e extensos areais.

A importância na História desta região demonstra-se pelos testemunhos que se encontram por todo o território. Falamos, por exemplo, das ruínas de Conimbriga que assinalam a presença romana, a cujas raízes podemos remontar um património com marcas nos dias de hoje. Desse passado romano, em diálogo com a cultura grega mais antiga, herdámos uma matriz mediterrânica, visível não só nos papéis primordiais de alguns alimentos (pão, azeite e vinho) como em métodos de confeção e na convivialidade à mesa. Além dessa tríade alimentar das culturas grega e romana do

Mediterrâneo Antigo, assinala-se o apreço pelo consumo de peixe fresco, desde tempos recuados considerado uma das mais valiosas iguarias. Aliás, a presença, em restaurantes da região de aquários com peixe a ser confeccionado na hora, pode ser entendida como uma atualização (mesmo que inconsciente) do hábito das elites romanas de munirem as suas residências de campo (as *villae*) de tanques para manterem o pescado fresco (as então chamadas *piscinae*).

Também da Idade Média possui a região uma paisagem construída de grande riqueza patrimonial. Destacamos, a título ilustrativo, apenas dois complexos arquitetónicos e centros irradiadores de cultura na época: mosteiros e universidades. Falamos do Mosteiro de Lorvão, importante centro cultural e religioso desde o período anterior à fundação do reino e da Universidade. Esta, fundada em 1290, foi funcionando de forma itinerante entre a então capital do reino e a cidade de Lisboa, sendo a sua instalação definitiva no Paço Real de Coimbra datada de 1537. Nesta cidade que viu nascer alguns Reis no Paço, (lugar hoje denominado de Paço das Escolas) apresenta um perímetro e paredes exteriores que remontam à ocupação muçulmana e que guarda as relíquias dos dois primeiros Reis de Portugal (D. Afonso Henriques e D. Sancho I) e da Rainha Santa Isabel. Coimbra é ainda berço de histórias e lendas que nutrem o património imaterial não só da região, mas do país, como é o caso dos amores do rei D. Pedro de Portugal (1357-1367) e D. Inês de Castro, coroada rainha depois de morta. Testemunho da presença portuguesa no mundo, na sequência da empresa dos Descobrimentos da Época Moderna, a cidade possui um parque temático e pedagógico destinado às crianças: o Portugal dos Pequenitos.

Venha conhecer cada um dos dezanove municípios da região de Coimbra, que estão repletos de segredos à espera de se relevarem. Visite as Pistas dos Dinossauros, do período jurássico, na Figueira da Foz. Visite o Palace Hotel do Bussaco, um castelo de conto de fadas em plena floresta encantada, construído entre 1888-1917, em estilo neomanuelino. Conheça as praias de Mira ou da Tocha e a Arte Xávega. Caminhe pela Serra da Lousã, do Açor, da Boa Viagem, da Pampilhosa ou do Bussaco e observe a fauna, os rebanhos e a flora. Caminhe pelo Paul do Taipal e da Madriz. Conheça as Aldeias de Xisto, os Moinhos de Água, a Fraga da Pena, a Aldeia do Piódão, o Parque da Curia. Suba ao Castelo da Lousã, de Penela ou Montemor-o-Velho e aprecie a vista

até onde a vista alcança. Visite a Barragem da Aguieira ou da Gralheira, desça o rio Mondego em canoa ou desfrute das praias fluviais. Repouse nas Estâncias Termais da Curia, de Vale da Mó ou do Luso onde a tranquilidade e a tecnologia se associam à ação fisiológica das águas e à prevenção e tratamento de doenças crónicas.

O melhor mesmo será visitar-nos, mas venha com tempo! Venha conhecer a região de Coimbra com as suas povoações, as suas gentes, os seus vales e as suas montanhas, os rios e os ribeiros, as igrejas ou pequenas capelas ali e acolá, à sua espera. Nesta região pode encontrar centros urbanos a escassos quilómetros de aldeias perdidas no tempo ou de praias repletas de histórias.

A tradição e preservação da nossa identidade é comum a toda a região, refletindo uma diversidade gastronómica ímpar, que complementa e enriquece a experiência de quem nos visita. A realidade da serra contrasta com a da zona costeira e permite trazer para a mesa o saber e o sabor, quer das gerações longínquas, quer de um povo que desenvolveu uma cozinha de subsistência.

Portugal tem registado um crescimento sustentado de procura turística, fruto do reconhecimento internacional e das qualidades e potencialidades do país enquanto destino turístico. Regionalmente, a situação é bastante semelhante. A cidade de Coimbra, que em 2013 viu parte do seu património edificado reconhecido pela UNESCO, enquanto Património da Humanidade, tem como principal desafio atrair os turistas, aumentando o seu tempo médio de permanência, aproveitando o seu reconhecimento como fator dinamizador e gerador de novos fluxos turísticos para toda a região. Acreditamos que a distinção Região Europeia de Gastronomia nos permita uma maior dinamização e divulgação, nacional e internacional, contribuindo, igualmente, para o aumento da estada média dos visitantes e, consequentemente, das receitas turísticas.

Creemos reunir as condições para acolher e dignificar a marca Região Europeia de Gastronomia. Creemos igualmente que esta distinção poderá contribuir para a concretização de um conjunto de objetivos que nos permitirão uma maior afirmação e sustentabilidade, quer ao nível da gastronomia, quer a nível económico, ambiental e social. A montante, permitir-nos-á a orientação e investimento da qualificação e capacitação da oferta, com base numa linha de comunicação concertada e integradora,

que pretende mostrar um território mais harmonizado sem, no entanto, comprometer a sua autenticidade e diversidade. A jusante permitir-nos-á um trabalho de proximidade e *benchmark* com outras regiões europeias de gastronomia, inspirando novos processos e modelos de organização, bem como introduzindo melhorias que se poderão integrar e consolidar no território, gerando o desenvolvimento de novos produtos.

Região de Coimbra em Números

Dimensão: 4,336 km² | 19 Municípios

População: 460,000 | sobretudo entre os 14 e os 65 anos e habitando predominantemente em áreas urbanas

Área Agrícola: cerca de 45,000 hectares e 16,692 quintas | verificando-se um decréscimo relativamente às 42,082 quintas existentes em 1989

Em 2016 a região de Coimbra registava mais de 60,000 estudantes, 25% dos quais no nível secundário e 24% no ensino básico. Olhando para o ensino superior, a região de Coimbra regista mais de 35,000 estudantes, sobretudo na Universidade de Coimbra e no Instituto Politécnico de Coimbra.

2. A GASTRONOMIA DA REGIÃO DE COIMBRA

A gastronomia da região de Coimbra é vasta, incluindo pratos de peixes de rio e mar, carnes e doces conventuais, que prometem agradar a todos os palatos!

Com base na riqueza de produtos da terra, misturamos todos os ingredientes oferecidos numa excelente receita turística, ligando o território pela excelência dos seus sabores e receituário, sendo este um dos melhores incentivos para partir à descoberta da cultura e da identidade desta Região, de forma autónoma ou guiados por Rotas Gastronómicas. Eis alguns dos produtos que nos distinguem:

Chanfana



Tendo chegado ao ocaso da vida e antes que sucumba por ordem natural, a Cabra é imolada e da sua carne, feita pelos seus largos anos, totalmente imersa em bom tinto, adornada com alho e untada com azeite, se prepara em forno vivo a iguaria das iguarias, que vai à mesa em caçoilo de barro, acompanhada com

batata e grelos, especialmente nos dias assinalados.

Ultrapassando o carácter eminentemente recursivo, esta iguaria identifica um território e a gente que o povoa, cultiva e domina. A Chanfana sintetiza o melhor da natureza e da cultura endógenas num único produto de fruição regional.

Lampantana



Quando as caprinas escasseiam nos montes ou os gostos humanos convocam para outras experiências, os ovinos adultos são chamados à liça gastronómica. Igualmente abundantes na região da Chanfana, meigos e calmos, bem vividos por entre encostas e vales, misturando-se, por vezes, com as cabras e os bodes em são convívio no mesmo redil, possuidores de um corpus cárneo da melhor excelência, tais criaturas são levadas à mesa da mesma forma que a

chanfana e nas mesmas situações da vida dos homens.

Cabrito



Aos territórios mais elevados da região sobem os filhotes da cabra, procurando alimentar-se das primeiras e frias ervas. Num solo em que os labores agrícolas se tornam difíceis, cedo os nativos se dedicaram ao pastoreio. Além de uma excelente forma de procurar alimento, tem sido uma extraordinária forma de manter os montes limpos, numa consciência ecológica que, embora empírica, se tornou essencial na prevenção e defesa da floresta, gerando maior sustentabilidade. Aí são escolhidos de entre os animais do rebanho os que se apresentam melhores para o abate, ou seja, as mais tenras e gordas peças. Se na maior parte dos sítios, estes recém-nascidos passam depois pelo

flagelo da esfola da pele, tal é amenizado pela estona, processo ancestral que, entre rituais próprios, os configura em singular proposta gastronómica, para quem ali vive e para quem visita este naco da Terra Mãe. Trata-se de um assado no forno, como mandam as escrituras, em que à vítima é rasgado o ventre, onde é depositado farto recheio: gorduras de porco, presunto, alho, serpão, salsa e louro. Entre batatas escolhidas a preceito é levado ao forno até tostar, crocância reservada a dias especiais.

Leitão



Ícone bairradino que se tornou em geo-símbolo, cujo sabor galgou fronteiras, sendo apreciado em muitos pontos do país e não só. O seu melhor é, logo à partida, o de ser preparado com bísara, casta constituída por animais de leite, elegantes, esguios, compridos e de

pouco teor de gordura. Depois de abatidos e eviscerados, o ventre e cavidade esofágica são abertos e recheados com banha, pimenta preta e alho. Depois, um espeto longo trespassa todo o corpo inerte, fechando-o com «fio do norte». O forno bem aquecido com vides secas prepara-se para, mais ou menos em duas ardentes horas, receber aquelas criaturas que, entre voltas e «constipações», saem para a mesa, cortadas em pedaços quentes, onde se comem de companhia com batata cozida, laranja e alface fresca.

Lampreia



Por debaixo das doces e claras águas do Mondego crescem e vivem felizes cardumes de lampreias, até que por fins do Inverno e princípios da Primavera chega o momento de hábeis pescadores as resgatarem com alegria do insondável mundo aquático e as colocarem à

disposição de capazes mãos humanas, prontas a afeiçoá-las para manjares suculentos. Depois de sangrado e eviscerado espera a este ciclóstomo uma marinada de bom vinho tinto, o seu próprio sangue, azeite, alho, cebola, onde ficará imerso pelo menos 12 horas, passadas as quais é transferido com tudo para uma caçarola folgada, onde estufa 15 a 20 minutos. Reserva-se, então, a lampreia, enquanto no caldo se coze o arroz carolino do Baixo Mondego, criado sob as águas que sobram do leito do rio. Apurado o manjar, uma travessa de barro é escolhida a preceito para levar o preparado completo até à mesa.

Pescado da Arte Xávega



Outrora possantes juntas de bois, guiadas por adultos e crianças, arrancavam das profundezas do mar gandarez, redes com cardumes de carapaus, sardinhas, petingas, cavalas,

por vezes, raias, tremelgas e robalos. Esse tempo passou, surgindo o engenho tecnológico e com ele inovadoras artes de captura. O que então era trazido por tração animal (e humana) passou a chegar ao areal por força da máquina. A forma de o pescar é diferente, mas a qualidade do produto permanece, numa mesa habituada a conviver com a excelência que lhe chega das águas frias do pedaço de Atlântico que beija o território gandarez.

Sardinha da Figueira da Foz



Do mar profundo da Figueira da Foz dão à costa diariamente navios de sardinha. O aspeto fresco, a elegância corporal, o odor a alga e o ar firme seduzem o olhar dos que a desejam. Desde a canastra que a carrega da lota aos pontos de venda, é olhada como rainha. E continua a sê-lo enquanto assa sobre brandas

brasas e, depois, com broa, batata e salada de pimentos se come até à total saciedade. Em piqueniques públicos ou privados, em jantares e almoços de família, em palcos mais ou menos gourmets, a sardinha, através da denominação coletiva – sardinhada - evoca a convivialidade e cria laços.

Arroz do Baixo Mondego



Nos campos alagados pelas fartas águas do Baixo Mondego é deitada semente selecionada. Árduos trabalhos de monda sustentam a sua integridade enquanto vive da terra lamacenta, desde que germina até que se colha (Outono). Embora se cultivem outras variedades, a Ariete e a Eurosis serão as mais importantes, porquanto os benefícios produção/qualidade alimentar são mais visíveis. São as baixas temperaturas e

insolações no período de maturação da cultura, os fatores agro-ecológicos que contribuem para o amadurecimento lento e conseqüentemente singularidade do grão. Grão carolino que, na cozinha, se comporta de forma invulgar, resistindo ao fogo sem empapar.

Queijos DOP – Rabaçal e Serra da Estrela



Se nas Terras de Sicó, o Queijo Rabaçal resulta da mistura de leite de cabra e ovelha, animais criados ao ar livre com as pastagens da serra, nas Terras Altas, o Queijo da Serra provém do leite cru de ovelha, da raça bordaleira da Serra da Estrela ou Churra Mondegueira, alimentadas dos pastos das encostas da montanha. São-nos dados a apreciar dois alimentos de excelência, com

texturas e sabores diferentes, que oferecem experiências distintas.

O primeiro é curado, semiduro, uniforme, de pasta de cor branca ou ligeiramente amarelada, o segundo, também curado, apresentar-se semi-mole, amanteigado, cor branca amarelada ou semi-duro a extra-duro, de cor laranja acastanhado. Cada qual com as suas características, ambos num só desígnio – Portugalidade.

Doçaria Conventual

Como se não chegasse a mestria das donas de casa para criar e recriar receitas doces, os frades e freiras dos mosteiros da região de Coimbra foram os principais responsáveis pelas propostas doceiras do cardápio da região. Não podendo nomeá-las todas, ficamo-nos pelas mais conhecidas: Pastéis de Santa Clara, Sopa dourada do Convento de Santa Clara, Charcada de Coimbra, Arrufadas de Coimbra, Arroz doce, Manjar branco, Barriga de freira, Pudim de ovos, Lampreia de ovos, Queijadas de Pereira, Pastéis de Tentúgal, Pastéis de Lorvão, Nevadas, Caramujos, Tigelada, Cavacas, Filhoses, Amores da Curia, Folaes de Páscoa. Todas estas especialidades e muitas mais são preparadas à base de ovos e açúcar, com acentuado aroma a canela.





Mel

Perde-se na poeira dos tempos o valor polissémico deste alimento. Se por um lado se reivindicava para sustento, por outro, figurava frequentemente na mitologia e nos rituais religiosos. Citado muitas vezes como oferenda aos deuses, ou como alimento dos deuses, foi para os Antigos Hebreus metáfora da «terra prometida», o alimento da gratuidade de Deus. Numa primeira fase alimento natureza, tornou-se depois em doçura cultivada. Foi desta forma que passou a ser utilizado praticamente em todo o mundo. A região de Coimbra seguiu a apicultura como um desígnio gastronómico. Assim, com uma flora singular de características endógenas e um clima próprio, associados à mestria humana, deste território extrai-se um mel com especificidades únicas e apreciado em todo o lado: aroma forte, sabor intenso, cor pronunciada e viscosidade equilibrada.

Enchidos



Num território em que a carne porcina tem sido a base alimentar das pessoas que o têm habitado e dominado, os enchidos (chouriços, morcelas, linguiças, farinheiras) fazem parte na região de Coimbra desse importante ideário alimentar. Estas especialidades gastronómicas identitárias são preparadas a maioria das vezes pelos pedaços de carne menos nobres do animal e pelo seu sangue. Depois de bem temperados os ingredientes, enchem-se generosamente com estes as tripas do «bicho» imolado. Dentro das chaminés suspendem-se estes trabalhos manuais, onde, por ação de ténue fogo, são preguiçosamente fumados. Sendo

embora alimentos transversais a toda a região, em virtude das suas baixas temperaturas, os que se elevam nos fumeiros das serras são os mais apreciados.

Vinho



A cultura de um povo está gravada na sua mesa, no que melhor sabe fazer, no que resulta do seu trabalho e se traduz em sabores específicos, que passam de geração em geração. Estamos perante uma região cuja cultura remonta a períodos ancestrais, uma terra antiga e regida pela natureza, com tradição na lavoura e na pecuária, e onde o cultivo de vinhos está documentado nos períodos romano e idade média. Uma terra de costumes caseiros fortes e

enraizados, ditados pela vida no campo e pelo destino do seu vinho.

Em Portugal, designadamente na Região de Coimbra, não é possível dissociar gastronomia e vinhos. Quer na paisagem, quer à mesa, encontramos a perfeita harmonia de cores, texturas e sabores, que enfatizam o trabalho dos que produzem e daqueles que transformam e levam à mesa sob a forma de experiência e narrativa que se conta, gerando memórias que ficam.

Desta harmonização, em crescente expansão do ponto de vista do produto turístico, emerge a afirmação de winerestaurants e wine bars um pouco por toda a região, realçando a necessidade de dar brilho a profissões como o sommelier e o bartender que, a par com o chef, garantem experiências que harmonizam os sabores locais e surpreendem o turista. À mesa, e através dela, constroem-se narrativas e criam-se memórias. A gastronomia tradicional surge assim como um elo de ligação entre as pessoas e os lugares.

Neste território encontramos a marca de duas regiões vitivinícolas: a Beira Atlântico, onde encontramos vinhos, vinhos frisantes, vinho espumantes,

vinhos licorosos, aguardentes vnicas e bagaceiras; e as Terras do Dão, onde encontramos vinhos e vinhos espumantes.

Na Beira Atlântico, que integra a denominação de origem protegida Bairrada, a reputação do vinho remonta aos primórdios de Portugal. A influência da cultura da vinha e do vinho tiveram influência dos romanos e conventos cristãos, destacando-se os de Santa Cruz de Coimbra, Lorvão e Vacariça. Desde 1890 que se reconheceu potencial a esta região para a produção de espumantes, sendo que foi nesse ano que em Portugal pela primeira vez se produziu espumante com expressão comercial. Essa aptidão radica nas características naturais do território (solo, clima e castas) aliadas ao conhecimento humano. O sucesso dos seus espumantes foi motivo para enorme profusão de adegas e caves produtoras. Com os seus extremos norte e sul na região litoral do continente de Portugal e com altitudes que, em geral, não ultrapassam os 250 metros relativamente ao nível do mar, esta região vitivinícola avança um pouco em direção ao interior onde, as altitudes de território cultivável em vinha não ultrapassam os 450

metros. Pode dizer-se que a região Beira Atlântico se desenvolve em planície ou em planalto, mas sempre sem quase perder de vista o Atlântico e a sua influência sobre o clima das suas vinhas.

A certificação “Dão” é uma das mais antigas de Portugal, remontando a 1908. Esta região está rodeada por serras, o que não só contribui para a preservação da sua identidade como alia a natureza e acidentalidade do relevo, determinando variações microclimáticas bem marcadas, de grande importância para a qualidade dos vinhos. Os vales sinuosos e profundos são um traço fundamental da paisagem, por onde correm os dois principais rios da região: o Dão e o Mondego. Esta é uma região circundada por serras que a protegem das influências exteriores, constituindo uma barreira às massas de ar húmidas do litoral e aos ventos agrestes continentais. A densa rede hidrográfica e o clima temperado, frio e chuvoso no inverno, quente e seco no verão, contribuem para as características específicas dos vinhos da região, dotando-os de frescura e mineralidade no caso dos vinhos brancos e estrutura delicada e aveludada, no caso dos vinhos tintos.

Cerveja Artesanal



A história da cerveja em Coimbra remonta ao século XIX, apesar da incerteza relativamente à instalação efetiva do seu fabrico neste período. De 1855 chegam-nos evidências de uma pequena fábrica de cerveja, onde era produzido artigo de qualidade, segundo informação do jornal O Conimbricense, e após um período de várias décadas sem novas referências, de 1891 surge a alusão a outra fábrica de cervejas e gasosas, instalada em Coimbra.

Após quatro décadas (1924), deu-se a transição do fabrico artesanal de cerveja para a produção industrial, com a instalação da fábrica Cerveja de Coimbra, um empreendimento de empresários locais. Pela qualidade dos ingredientes e da cerveja fabricada, desde cedo a região se rendeu ao consumo desta bebida. Nas palavras de

um jornalista da Gazeta de Coimbra (1924) “a cidade de Coimbra deixa de ser aquele burgo sonolento para se transformar num centro onde a vida de um povo surge cada vez mais bela, cada vez mais profundamente progressiva”.

Em 1934 deu-se uma nova viragem, com a constituição da Sociedade Central de Cervejas, que fundiu várias empresas nacionais, entre as quais a unidade conimbricense, que manteve uma certa autonomia, distinguindo-se pela qualidade da sua cerveja e pelas emblemáticas marcas que criou – entre elas a TOPÁZIO e a ONIX.

Para a qualidade da cerveja contribuíram a qualidade dos ingredientes, inclusive da água de Coimbra, tida como produto de excelência, quer pela sua origem, na Serra da Estrela (nascente do rio Mondego), quer pelo elevado rigor de controlo exercido pelos laboratórios.

Em 1959 a fábrica mudou de instalações, transformando-se numa fábrica moderna. No entanto, e a despeito de se tratar de uma unidade de referência, deixou de produzir cerveja nos anos de 1990, encerrando definitivamente em 2002.

Colmatando o hiato deixado pelo desaparecimento da Fábrica de Cerveja

de Coimbra, em 2002 constituiu-se a PRAXIS Cervejas de Coimbra, com produção de cerveja, a título experimental. Já em 2007, foi criado o seu Restaurante.

Além de colmatar a lacuna quanto ao fabrico de cerveja em Coimbra, esta unidade integra-se num movimento a nível mundial (com grande expressão na Bélgica, Alemanha e Estados Unidos da América), que consiste na criação de grande número de microcervejeiras, integrando-se no chamado “artesanato urbano” ou “criativo” e produzindo cervejas especiais e de elevada qualidade.

Atualmente, acrescenta-se a museologia, que promove a investigação, preservação e divulgação do património gastronómico, cultural/industrial da cerveja em Coimbra. Para o efeito têm vindo a ser pesquisados e explorados vários tipos de fontes, dando a conhecer o património de uma atividade que foi importante em Coimbra, na sua Região e no País e que foi capaz de se reinventar, adquirindo uma nova vida. Pioneira no movimento da Cerveja Artesanal em Portugal, esta unidade ocupa um lugar de destaque na Rota Mundial das Cervejas Artesanais.



3. A GASTRONOMIA COMO AGREGADOR DA DINÂMICA LOCAL

Na região de Coimbra, vemos a gastronomia não apenas como uma arte culinária, mas como uma área do conhecimento, com potencial agregador da dinâmica local, envolvendo produtores, consumidores, profissionais, estudantes, amadores e ... turistas!

A gastronomia é um elemento chave.

Os territórios são um todo que se compõe com paisagem, história, cultura, geografia. No modo como cada povo se alimenta encontramos um pouco das muitas partes que integram o todo, ou seja, a gastronomia liga-se ao território e faz-se ela própria espelho das singularidades territoriais.

Na verdade, a gastronomia leva-nos ao âmago da alma de um povo, das suas tradições e da sua força económica. Partindo deste pressuposto, as confrarias surgem como instituições que, conscientes da importância da alimentação local, fazem do seu quotidiano espaço e tempo para a inventariação, preservação e divulgação dos produtos gastronómicos. Uma promoção assertiva e consistente do território passa pelo seu conhecimento, pela identificação das suas singularidades e pela assunção do papel sério e responsável a desempenhar para a promoção de um desenvolvimento local sustentado.

A qualificação dos produtos tradicionais, a inventariação dos mesmos, o registo de todo o património cultural imaterial associado, a afirmação de uma alimentação saudável, a pesquisa da história e cultura da alimentação dos territórios e a promoção enquanto fator de atração turística, representam metas quer para todas as confrarias portuguesas associadas à Federação Portuguesa das Confrarias Gastronómicas (86 em todo o território nacional), quer para os agentes com responsabilidades ao nível do turismo e sustentabilidade das regiões.

A identidade nacional também se projeta na gastronomia, e as confrarias gastronómicas, com o seu desempenho e trabalho, representam um forte contributo na afirmação de Portugal.

A atribuição de uma insígnia representa sempre um compromisso para com a comunidade e para com o país. Por isso, o confrade, no seu espírito de voluntariado, encontra na sua missão a forma de contribuir positivamente para a afirmação da comunidade a que pertence. No seu tempo disponível empenha-se em conhecer e dar a conhecer o que de melhor se faz no território e em Portugal.

A mesa portuguesa é rica, e o confrade deve usar todo esse património para favorecer a evolução dos territórios.

Na região da Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra, composta por 19

Municípios, existem 18 confrarias, representando alguns dos produtos gastronómicos mais significativos deste território.

Para além das confrarias e confrades, e do seu indiscutível papel na valorização dos produtos endógenos e das tradições, podemos ainda mencionar a existência de uma multiplicidade de associações, cooperativas e outras organizações que combinam esforços no sentido da valorização responsável da diversidade e autenticidade de cada lugar e de cada comunidade.

Esta perspetiva valorizadora da Gastronomia é claramente enfatizada por uma visão nacional, razão pela qual, há dois anos, a Assembleia da República criou o Dia Nacional da Gastronomia, que se celebra, anualmente, no último domingo de maio.

A instituição do Dia Nacional da Gastronomia Portuguesa pela aprovação, por unanimidade, na Assembleia da República do Projeto de Resolução 1453/XII era um objetivo a cumprir pelo reconhecimento da sua importância enquanto elemento económico, cultural e social. Transversal a toda a vida dos indivíduos e mais importante do que é habitualmente considerada, a gastronomia integra uma multiplicidade de realidades que contribuem decisivamente, quer para o desenvolvimento económico de Portugal, quer para a afirmação da sua identidade.

Assim, de acordo com o instituído na Assembleia da República, o último domingo de maio é, anualmente, uma oportunidade de lembrar a gastronomia como impulsionador do desenvolvimento económico e social de todo o território e, ainda, como fator de agregação e afirmação da identidade nacional.

Tendo em conta a transversalidade da gastronomia e a forma como se cruza com a vida social, a Federação Portuguesa das Confrarias Gastronómicas tem procurado angariar um conjunto de parceiros que permita a realização de atividades diversificadas que vão ao encontro das diferentes classes etárias e sociais. Para além disso, é preocupação a planificação de atividades que façam sobressair a gastronomia para além do dia fixado. Importa que as atividades não se circunscrevam ao dia destinado às celebrações, mas que se prolonguem no tempo, permitindo prolongar a interação

com a sociedade, numa constante ponte e ligação entre as atividades a decorrer em cada ano com as que irão decorrer no ano seguinte. Só assim será possível rentabilizar verdadeiramente a instituição de um dia, formalizando uma estratégia que faz da gastronomia causa nacional e fator de coesão económica no mercado interno e externo. Mais do que lembrar a gastronomia enquanto fator cultural, histórico e social, importa desenhar uma estratégia que faça da gastronomia motor de desenvolvimento sustentável, afirmando Portugal no mundo.

Assim, paulatinamente de forma sustentado temos vindo a transformar o dia da gastronomia num movimento 365 dias com o envolvimento de várias instituições públicas e privadas. Na sua terceira edição, em 2018 estaremos em Gaia numa grande festa de celebração da mesa portuguesa, e da região de Coimbra, com atividades diversas que envolvem vários públicos.



4. COIMBRA REGION: A MILLION FOOD STORIES

Coimbra Region: A Million Food Stories reflete a vontade de valorizar a identidade, diversidade e autenticidade dos territórios e das comunidades locais, através de narrativas em torno da gastronomia. Pretendemos contribuir para a coesão económica e social da Região de Coimbra, através da qualificação contínua do destino, regenerando, requalificando e reabilitando os territórios com potencial turístico, através do seu património cultural e natural, material e imaterial. A criação e ativação de uma marca estruturada e integradora pretende fazer desta região a Região Europeia de Gastronomia 2021, qualificando a oferta, gerando notoriedade e atraindo pessoas e investimento.

Através do envolvimento de entidades de diversos quadrantes e de stakeholders regionais, pretendemos escutar, compreender e integrar contributos complementares, assentes no *know-how* e nas competências específicas de cada um. Capacitar e qualificar a oferta turística e gastronómica da região de Coimbra, valorizando a identidade e autenticidade dos territórios e comunidades surge como fator chave, que deverá orientar a estratégia.

Observando a dinâmica da Região de Coimbra é fácil reconhecer a existência de um vasto conjunto de eventos turística e gastronomicamente relevantes, de âmbito local e regional.

Culturalmente enraizados, estes eventos acompanham o calendário agrícola, recordando, recuperando e reinventando a celebração do fim das colheitas e do ano agrícola. Muitas vezes associados a celebrações religiosas, ligam o sagrado e o profano, cativando jovens e menos jovens e colocando-os em comum.

Apesar da sua sistematicidade, bem como da articulação de produtos complementares – gastronomia, vinhos, artesanato, etnografia, artes e espetáculo - esta oferta apresenta uma elevada margem de progressão qualitativa, sobretudo no que concerne à criação de um fio condutor, promotor de uma leitura e interpretação facilitada do território. Importa cuidar e investir num modelo organizacional que possa favorecer o reconhecimento da marca Região de Coimbra como um todo, que se complementa através da riqueza potenciada pela diversidade.

Importa destacar uma linha comunicacional que valorize os produtos endógenos, os produtores, as técnicas de conservação e transformação, as comunidades e as histórias, a cultura e as tradições mais genuínas de cada lugar. Identidade, pessoas e lugares, unidas por uma marca forte e agregadora. Unidas pela capacidade de juntar agentes diversificados e

comprometidos com a criação de sinergias.

Imaginando as peças de um puzzle colorido, em que qualquer elemento terá um lugar igualmente importante, é crucial saber olhar e saber (re)construir. Importa criar uma visão global, capaz de reconhecer o valor cada peça, conjugando-a com o todo e dando-lhe sentido.

Com o argumento da Região Europeia de Gastronomia 2021, envolvendo stakeholders dos quatro setores e alocando recursos, pretendemos estruturar os eventos e harmonizar o seu calendário, valorizando a oferta, do ponto de vista dos produtos e dos produtores. Esta medida permitirá uma melhor leitura do conjunto, conjugando os diferentes momentos, capitalizando os recursos e contribuindo para o bem comum. Em termos gerais, pretende-se efetivar uma relação win-win.



5. ATIVIDADES E EVENTOS - SOME HIGHLIGHTS

A região de Coimbra tem um alargado calendário de eventos, organizados sobretudo por associações locais e pelas instituições públicas e privadas, visando a promoção dos produtos, do território e das tradições. Distribuídos pelos 19 municípios da região e a ocorrer ao longo de todo o ano, estes eventos estão, em grande medida, associados aos ciclos produtivos dos recursos endógenos, à celebração de datas de cariz religioso e, ainda, à perpetuação de tradições e hábitos culturais. Verifica-se, pois, uma maior concentração na primavera e verão, meses com as melhores condições atmosféricas e que coincidem com o maior pico de sazonalidade no acolhimento de visitantes, quer nacionais, quer internacionais, bem como dos emigrantes portugueses pelo mundo.

Do recente trabalho levado a cabo pela CIM Região de Coimbra, que passou pelo levantamento exaustivo dos eventos de cada município e respetiva organização numa agenda única, verifica-se uma elevada concentração de eventos de expressão cultural e gastronómica. Em contrapartida, e representando uma oportunidade de melhoria, há a necessidade de harmonizar as respetivas datas e organizar no território.

De entre a tipologia de eventos, e a título de exemplo, podemos mencionar: *food weeks*, feiras, mostras e festivais gastronómicos, dedicados aos produtos específicos de cada município (arroz e lampreia; enguias; mel; castanhas; queijo; tremço; sopas; pão, broa, bolos e folares; sardinha; leitão; chanfana; favas; cabrito e borrego; mísscaros; vinhos; enchidos; doçaria conventual e cerveja artesanal, entre outros)

Para além destes eventos marcadamente gastronómicos, importa referir um conjunto de outros programas, já implementados na região, que nos ajudam a sustentar a estratégia, havendo, naturalmente, espaço para a introdução de melhorias.

Programa Seleção Gastronomia e Vinhos

Afirmando a Gastronomia e Vinhos como produto turístico estratégico, este programa (promovido pela AHRESP) destina-se a unidades de restauração que pretendam exibir este selo de qualidade. O processo inicia-se com a apresentação de uma candidatura, seguindo-se duas fases de auditoria – uma centrada na higiene e segurança alimentar, e outra nos requisitos de funcionamento, serviço e gastronomia (sendo que a primeira fase é eliminatória). Para além da distinção e integração na rede de restaurantes “Seleção Gastronomia e Vinhos”, os aderentes, beneficiam de relatórios e sugestões de melhoria.

A segunda fase da auditoria, evidencia um claro alinhamento com os princípios da Região Europeia de Gastronomia, sendo que os requisitos gastronómicos integram variáveis como as opções de seleção de matérias-primas (produtos frescos em detrimento de congelados; utilização de produtos da época, com maior qualidade e contribuindo para a biodiversidade; integração de pelo menos dois pratos tradicionais da região; disponibilização de prato do dia, integrando plenamente os produtos da época; maior prevalência dos vinhos da região, face a outros; disponibilização de produtos adaptados a pessoas com necessidades alimentares especiais; integração de narrativa e/ou sinopse explicativa dos produtos e pratos regionais; entre outros).

Em 2018, e constituindo-se como uma mais valia para a implementação dos princípios que norteiam a Região Europeia de Gastronomia, a Região de Coimbra vai implementar o programa, encontrando-se já em plena fase de divulgação.



4 Maravilhas da Mesa da Melhada

Considerando os quatro produtos de referência gastronómica do município da Mealhada – água, pão, vinho e leitão – esta marca pretende garantir ao consumidor a qualidade e autenticidade destes produtos, respeitando as suas tradições. Com candidaturas que decorrem a cada dois anos, o programa destina-se a unidades comerciais do concelho, respeitando critérios de salvaguarda da tradição e autenticidade. Paralelamente, e no sentido da integração da inovação, são organizados concursos orientados para o desenvolvimento de novos produtos.

Maletas Pedagógicas – Rede de Castelos e Muralhas do Mondego

Este projeto de promoção cultural do património regional, da responsabilidade da Agência para o Desenvolvimento dos Castelos e Muralhas do Mondego, consiste em 32 maletas sobre 8 produtos endógenos, que inclui o mel, o azeite, o sal, o arroz e o queijo, para além de produtos artesanais como a tecelagem, a cestaria e a olaria. Estas Maletas podem ser requisitadas no âmbito de atividades de formação, permitindo, através de jogos de tabuleiro, conhecer cada produto e a sua origem e características.

Encontros de Estudos Superiores em Gastronomia

Em 2016 foi criada uma Licenciatura em Gastronomia, em Coimbra. Pioneiro em Portugal, este curso integra três escolas do ensino superior, do Instituto Politécnico de Coimbra (Escola Superior de Educação de Coimbra, Escola Superior Agrária de Coimbra

e Escola Superior de Tecnologias da Saúde de Coimbra) e uma por uma escola de ensino profissional (Escola de Hotelaria e Turismo de Coimbra), combinando saberes e amplificando o grau de especialização dos conteúdos. No âmbito do curso e em parceria com outros dois cursos de ensino superior da Universidade de Coimbra (mestrado em "Alimentação: Fontes, Cultura e Sociedade"; doutoramento em "Patrimónios Alimentares: Culturas e Identidades), são organizados anualmente os Encontros de Estudos Superiores em Gastronomia. O evento conta ainda com a intervenção de outras escolas do país com formação superior na área da gastronomia, gastrónomos e críticos gastronómicos, jornalistas e bloggers, estimulando o debate e criando uma plataforma de comunicação comum.

Eventos Desportivos Associados às Rotas e Produtos Locais

Associado às Rotas Gastronómicas e produtos endógenos da Região de Coimbra, existe um conjunto alargado de eventos desportivos, como provas de ciclismo, BTT, corrida, trail e orientação. Estes eventos, adaptados a diferentes públicos, estimulam o respeito pela natureza e hábitos saudáveis, atraindo visitantes e dando protagonismo aos produtos e iguarias regionais.





Valorização das Colónias de Abelhas e Incentivo à Apicultura

Reconhecendo o mel como produto estratégico e as abelhas como elementos chave para o equilíbrio biodinâmico dos ecossistemas, a Cooperativa Lousamel, constitui um importante polo de formação, recebendo anualmente cerca de 300 iniciantes de apicultura, de todo o país. Adicionalmente, esta entidade faz chegar a mensagem da apicultura às camadas mais jovens, deslocando-se às escolas e estimulando a curiosidade sobre as abelhas e o mel. O apoio a eventos de natureza desportiva é outra das apostas, sensibilizando para a importância do mel enquanto produto estratégico da região.

Empreendedorismo

Assumindo o empreendedorismo como ferramenta de desenvolvimento e crescimento, desde 2013 que a CIM Região de Coimbra estimula e apoia a organização e promoção de eventos e concursos intermunicipais neste domínio, estimulando uma cultura empreendedora, espírito de iniciativa, cooperação e criatividade, ajudando os empresários a transformar ideias em ações, aumentando a empregabilidade e desenvolvimento económico da região.

Nesta área destacam-se os programas de incentivo ao desenvolvimento de projetos turísticos, aliando gastronomia, turismo e recurso a produtos endógenos, que têm vindo a decorrer na região de Coimbra. A título de exemplo: Tourism Train Experience, Tourism Creative Factory, Open Kitchen Labs e Push 4 Tourism (promovidos pelo Turismo de Portugal). Para apoiar projetos emergentes, está ainda prevista a instalação de uma incubadora na área da gastronomia.

Adicionalmente, e realçando a importância do empreendedorismo e apoio às startups na nossa região, refere-se a recente conquista do 5º lugar no ranking mundial, de uma das incubadoras de empresas de Coimbra.

Programas na Área da Saúde

Entendendo o domínio da saúde como crítico, e olhando para os programas desenvolvidos na região, designadamente os promovidos pelo setor da saúde, importa destacar:

Ser saudável: Da Horta à Sopa e Mexe-te Mor vocacionado para o pré-escolar e 1º ciclo, este projeto intervém no excesso de peso, obesidade e exercício físico. “Da Horta à Sopa” pretende retomar os hábitos alimentares tradicionais, realçando a importância da sopa como base alimentar. “Mexete Mor” pretende incrementar o desporto escolar e faz acompanhamento clínico e nutricional.

Alimentação Saudável nas Escolas- este programa inclui rastreios, workshops, seminários, mostras de alimentação saudável e animações, promovendo hábitos alimentares saudáveis

Regime de Fruta Escolar – de âmbito europeu, consiste na distribuição de uma peça de fruta ou produtos hortícolas, duas vezes por semana, aos alunos do 1.º ciclo, e na realização de atividades escolares que visam o desenvolvimento de competências de alimentação saudável e o conhecimento da origem dos produtos agrícolas.

Pão.come - de intervenção comunitária, e dirigido a toda a população, este programa visa a redução da mortalidade específica por doenças do cérebro e cardiovasculares, promovendo a redução do teor e consumo de sal no pão. Pela sua amplitude e transversalidade, é uma relevante intervenção na saúde pública, envolvendo vários grupos profissionais que, contando com a adesão da indústria de panificação, contribuem para a promoção da saúde.

Eco-Escolas - este projeto internacional destina-se às escolas e pretende reconhecer e estimular as que melhoram o desempenho ambiental, a gestão do espaço escolar e a sensibilização ambiental e social da comunidade - em 2016/17, na Região de Coimbra aderiram ao projeto 131 escolas, das quais 117 foram galardoadas pelo trabalho desenvolvido.



6. OBJETIVOS E EIXOS DE ATUAÇÃO

“Coimbra, Região Europeia de Gastronomia 2021” perspetiva valorizar o património gastronómico regional; envolver as comunidades locais e reforçar a identidade gastronómica regional; contribuir para o reconhecimento da gastronomia enquanto fator diferenciador e potencial agregador da dinâmica local, valorizando as profissões (designadamente as ligadas à ruralidade, e para as quais importa cativar os mais jovens); e promover a transferência de conhecimentos entre os vários agentes, assumindo a inovação enquanto fator de valorização.

Para a concretização destes objetivos, e após reunião com fundadores e stakeholders, foi identificado um conjunto de ações, que entendemos organizar em torno de cinco eixos, sendo estes suportados num conjunto de ações e projetos que se integram numa estratégia que visa a criação de condições para fazer da Região de Coimbra a Região Europeia de Gastronomia 2021.

- ✓ Eixo 1 | Valorização do Património Gastronómico
- ✓ Eixo 2 | Promoção do Conhecimento e da Inovação
- ✓ Eixo 3 | Capacitação dos agentes e qualificação da oferta
- ✓ Eixo 4 | Promoção do desenvolvimento sustentável
- ✓ Eixo 5 | Comunicação e marketing

Através das medidas a desenvolver ao longo dos quase três anos que antecedem o ano da insígnia, pretende-se estruturar, qualificar e capacitar a oferta, conferindo-lhe robustez e notoriedade regional, nacional e internacional. Simultaneamente, e considerando as recentes alterações do contexto paisagístico e humano do território (fruto dos incêndios do último verão), o projeto está orientado para a criação de novas

formas de valorização da região, assumindo a diversidade, a autenticidade e a complementaridade de produtos como geradoras de atratividade.

Genericamente, é comum a sobrevalorização do destino. Na Região de Coimbra, e atendendo à importância da criação de valor acrescentado, potenciando os recursos endógenos e agindo diretamente com os agentes locais, acreditamos que a viagem representa um bem maior. A fase de preparação, pretendendo mitigar fragilidades, valorizar pontos fortes e desenvolver novos produtos e formas de comunicação, pode assegurar uma efetiva mudança e consolidação da oferta, desenvolvendo instrumentos adequados e ao serviço da região.

Por outro lado, a fase após 2021, que representa a consolidação e força de manutenção e crescimento do projeto, pretende incorporar os *inputs* de todos os envolvidos e a geração de um *mind set* orientado para a melhoria contínua e para o investimento em ferramentas promotoras da partilha de conhecimento.

O cross-selling e aproximação entre academia, produtores e agentes do turismo surgem como oportunidades de valorização do território e incremento da procura. Das propostas destaca-se a estrutura de comunicação e a concertação da oferta, potenciando a intervenção dos visitantes e atraindo a maior permanência na região (uma das debilidades detetadas). A integração dos agentes do território perspetiva a criação de sinergias e complementaridade, e o reforço do trabalho em rede e das conectividades.

Esta marca comum permite estruturar a visão, conferindo sentido às ações, e a estratégia orientadora está ancorada na valorização do território e das comunidades, impulsionando a economia e encontrando novas soluções para a sustentabilidade ambiental, económica e social. A partir desta visão e objetivo comum – valorizar a região de Coimbra através da marca “Região Europeia de Gastronomia” – o projeto pretende integrar, estruturar e qualificar a oferta, fazendo das comunidades locais o destino.

O eixo transversal – comunicação e marketing – é crítico, enquadrando iniciativas que contribuem para analisar e homogeneizar as ações que já se fazem na região. Para Coimbra se assumir como Região Europeia de Gastronomia, não é fundamental a criação de novas iniciativas ou eventos, mas antes a sua estruturação, conferindo-lhe uma linguagem promocional coerente e de valor acrescentado. Criaremos uma marca e os respetivos elementos gráficos de suporte à comunicação física e digital, que contribuirão para o reconhecimento e divulgação das atividades e eventos a realizar.

7. FOCUS AREAS

DIVERSIDADE CULTURAL E GASTRÓNOMICA

A área geográfica da Região de Coimbra caracteriza-se pela diversidade paisagística, climatérica e cultural (do litoral ao interior, do urbano ao rural), o que contribuiu para uma tradição gastronómica rica em produtos, formas de conservação e transformação dos alimentos. Os segredos atravessam gerações, desenvolvendo identidades ímpares.

Através da diversidade, pretendemos desenvolver ações que permitam valorizar os produtos endógenos e as manifestações culturais (artesanato, etnografia e folclore, entre outras), bem como reforçar os elementos distintivos, a autenticidade da região e o seu conhecimento. Pretendemos mobilizar os mais jovens, envolvendo-os nos processos de reforço da diversidade cultural e gastronómica e investindo na sua formação, levando-os à apropriação de uma identidade integradora dos elementos da região e motivando-os para a implementação de redes de cooperação e co-criação de valor.

Reconhecendo a riqueza da biodiversidade da região, queremos estimular o consumo de produtos da época, respeitando o ciclo produtivo, encurtando a cadeia do abastecimento e dinamizando a economia local, contribuindo, ainda, para uma alimentação mais saudável e próxima da dieta mediterrânica, e oferecendo experiências singulares e memórias.





AÇÕES A DESENVOLVER

Criação de uma Bolsa de storytellers - para a partilha de memórias e narrativas específicas do território. A partir do levantamento de storytellers, pretende-se a respetiva formação, dinamização e envolvimento na cadeia da atividade turística, partilhando o património identitário regional. Esta ação, a implementar até 2021, permitirá uma maior proximidade e envolvimento do turista nas dinâmicas e contexto locais, gerando experiências autênticas. O envolvimento e valorização das gentes locais permitirá uma maior identificação e compromisso com a dinamização do território, contribuindo para a economia local.

Recuperação do Receituário Tradicional - recorrendo a um trabalho de pesquisa, em fontes materiais e imateriais, pretende-se recuperar o receituário mais específico de cada local e criar um acervo escrito e fotográfico. Esta ação, a implementar até 2021, permite valorizar e registar documentalmente o património alimentar, preservando saberes e tradições. Para potenciar os resultados, a ação deverá envolver anciãos e milenares (reforçando elos intergeracionais), num trabalho conjunto e de aprendizagem mútua.

Ciclo de Atividades: Pequeno Explorador - vocacionado para os mais jovens, e procurando a interação entre meio rural e urbano, este ciclo terá um conjunto de ações de incremento do

conhecimento do território e produtos locais, como: visitas a quintas e mercados; *workshop*'s pequeno agricultor; *workshop*'s de produção, transformação ou confeção de produtos locais; caminhadas à descoberta da biodiversidade (fazendo identificação de espécies e criando herbários); hoje sou... pastor, apicultor, mestre queijeiro... – estes são alguns exemplos a implementar a partir de 2019, envolvendo escolas, centros de atividades de tempos livres e agentes turísticos.

Workshops de Valorização dos Produtos Locais - orientados para um maior conhecimento dos produtos locais e respetivas potencialidades e benefícios, estes workshops deverão decorrer a partir de 2019 e, preferencialmente, nos locais de produção. Destinados a curiosos, a dinamização dos *workshops* deverá ser complementada por informação acerca do produto e da região. O recurso a manifestações culturais complementares, como o artesanato, promoverá uma maior riqueza da experiência, beneficiando o *cross-selling*. Neste domínio, e pela importância enquanto produto estratégico da Região, o mel deverá ser trabalhado numa perspetiva de saúde, desporto e gastronomia, amplificando a sua valorização.

European Young Chefs Award – implementação do concurso, de acordo com as orientações específicas definidas pelo IGCAT e pela plataforma Região Europeia de Gastronomia.

Aquisição e Dinamização de Street Food Caravan – no conceito de montra móvel, este equipamento deverá percorrer os eventos regionais, reestruturados no âmbito da Região Europeia de Gastronomia, bem como eventos nacionais e internacionais, disseminando o conhecimento e valorização da diversidade cultural e gastronómica. Associada a esta ação, pretende-se criar uma Loja da Região de Coimbra, disponibilizando produtos e serviços do território. Perspetiva-se a implementação da ação no segundo semestre de 2019.

Criação e/ou Dinamização de Rotas Gastronómicas e Culturais – a implementar em 2018, integrando os agentes locais, designadamente os que defendem os princípios da valorização dos produtos endógenos e da sustentabilidade económica, social e ambiental, estas rotas deverão ser dinamizadas na perspetiva da mobilização de pessoas para o território, gerando riqueza e atração turística.

Circuitos Curtos - querendo encurtar a cadeia do abastecimento e reforçar o consumo de produtos frescos, esta ação passa pela promoção e reorganização de mercados, feiras e pontos de venda locais, aproximando a oferta e a procura. A criação de medidas de produção colaborativas (com partilha do risco ou aquisição sistemática) deverá ser entendida como alternativa, designadamente através da implementação do conceito de “cabaz da semana” (integrando os produtos frescos, de acordo com o calendário e ciclo de produção). A implementar a partir do início de 2019, esta ação envolve os GAL – Grupos de Ação Local e os produtores, bem como agentes económicos locais e municípios.

SAÚDE & SUSTENTABILIDADE

Reconhecemos a importância das práticas sustentáveis na perpetuação dos recursos, e queremos melhorar os mecanismos de planeamento e prevenção, protegendo os produtos endógenos e a gastronomia local. Um sistema de produção sustentável, do ponto de vista ambiental, económico e social, contribui para a valorização dos produtos e consciencialização dos consumidores sobre as boas práticas de produção, transformação e o consumo dos alimentos, onde se incluem os estudos da avaliação do impacto de novos produtos na sociedade, regulação do apetite e diminuição da obesidade, bem como da segurança alimentar.





Pretende-se inculcar nos jovens o gosto pelos produtos da região, mostrando-lhes quem os gera e como o faz; como os ingerir, conservar e transformar; como os integrar na cadeia de valor e como os proteger, perpetuando a herança cultural. Com uma estratégia integrada, pretendemos valorizar os produtos locais e desenvolver formas de consumo mais sustentáveis e saudáveis. Simultaneamente, queremos dar visibilidade aos produtores, valorizando o seu papel na economia circular e dinamização do território. Uma das medidas assenta no reconhecimento e valorização de profissões ligadas à produção, reforçando, assim, o reconhecimento de toda a cadeia.

A relação entre os hábitos alimentares e a saúde tem vindo a ser estudada, sendo reconhecido o seu papel ao nível do crescimento, desenvolvimento e envelhecimento mais ou menos precoce, pois este processo não se inicia quando a idade avança, mas no nascimento e com a herança genética. 25% da longevidade pode ser explicada por fatores genéticos, e 75% resultam de fatores como a interação com o ambiente e o estilo de vida, nomeadamente a alimentação, a prática de exercício físico, a qualidade do sono e os cuidados de saúde.

A alimentação saudável é um dos pilares da promoção da saúde e pressupõe o equilíbrio da ingestão alimentar, aliando a qualidade dos alimentos, à quantidade, variedade, modo de confeção e momento da ingestão.

Os hábitos alimentares são determinados por fatores como as preferências e necessidades individuais, as características dos alimentos ou as condições ambientais em que são realizadas as refeições.

A formação destes hábitos ocorre essencialmente na infância, mas diversas situações concorrem para a sua manutenção ou alteração, sendo os locais onde os indivíduos passam mais tempo, em cada fase da sua vida, preponderantes na sua consolidação ou alteração.

Especialmente nos países desenvolvidos, como é o caso de Portugal, tem-se assistido a mudanças nos padrões alimentares, que se traduzem numa redução da prevalência da subnutrição e num aumento generalizado da prevalência de sobrepeso.

Esta alteração caracteriza-se pela redução da ingestão de hidratos de carbono complexos, fibras, vitaminas e minerais, no aumento da ingestão de gordura saturada e açúcar e um desequilíbrio entre o aporte energético e a energia despendida. O consumo de alimentos e nutrientes relacionados com a alimentação saudável parece, contudo, ter aumentado modestamente nas últimas décadas, nos países socioeconomicamente mais desenvolvidos; o mesmo não se passando nos países em vias de desenvolvimento.

Frequentemente associado a uma alimentação desequilibrada, encontra-se um estilo de vida sedentário, com níveis reduzidos de atividade física, o que contribui para a acumulação de gordura e desenvolvimento de doenças crónicas não transmissíveis. O estilo de vida sedentário é cada vez mais frequente nos países ocidentais.

A associação entre os hábitos alimentares e a epidemia da obesidade tem vindo a ser estudada, verificando-se uma clara evidência de que padrões alimentares menos saudáveis, associados ao sedentarismo, estão relacionados com uma maior incidência de obesidade, bem como de outras doenças crónicas, nomeadamente doenças cardiovasculares, diabetes Mellitus tipo 2 e alguns tipos de cancro.

Alguns estudos têm sugerido que a obesidade pode acelerar o envelhecimento e o aparecimento de doenças neurodegenerativas.

Efetivamente, para além do aumento ponderal generalizado dos indivíduos, o aumento das doenças crónicas não transmissíveis (DCNT) têm atingido proporções assustadoras nos últimos anos. Em 2001, as DCNT representavam 46% das doenças a nível global e

estavam associadas a 60% das mortes em todo o mundo. Em 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) prevê que as DCNT representem 57% das doenças a nível mundial.

Estas patologias surgem em idades cada vez mais precoces, afetando a população ativa, e têm impacto na saúde e qualidade de vida dos indivíduos, nas famílias e na estrutura socioeconómica de um país. Em Portugal, de acordo com o relatório Alimentação Saudável em números de 2014, segundo estimativas efetuadas no âmbito da iniciativa *Global Burden of Disease*, os hábitos alimentares inadequados foram o fator de risco que mais contribuiu para a

diminuição do número de anos de vida saudável na população portuguesa (19%), seguidos da hipertensão arterial (17%) e índice de massa corporal elevado (13%).

Tendo os hábitos alimentares um forte impacto na perda de saúde e desenvolvimento de doença, importa a sua caracterização, tendo em vista uma intervenção precoce. Esta recolha de informação permite identificar os indivíduos em risco, possibilitando uma intervenção direcionada e, em caso de risco de saúde pública, uma capacidade de análise e atuação mais abrangente, desenvolvendo políticas alimentares orientadas para a prevenção.

Apesar do longo trabalho já realizado ao nível da promoção de hábitos alimentares saudáveis, poucas mudanças efetivas têm sido alcançadas, continuando ações semelhantes a necessitar de serem encorajadas. Exemplo disso são os objetivos do programa *Healthy People 2020*, que preconizam aumentar o consumo de fruta, hortícolas e cereais integrais e diminuir o contributo das gorduras e dos açúcares adicionados para o valor energético ingerido. É ainda recomendada por este programa a diminuição na ingestão de gordura saturada e sódio e o aumento na ingestão de cálcio e ferro (especialmente nas mulheres).

A promoção de hábitos de vida saudáveis é uma preocupação. Constituindo-se como um importante polo de saúde, beneficiando de estruturas hospitalares de excelência, bem como de Escolas, Universidade e Centros de Investigação centradas na saúde, somos uma região que agrega uma responsabilidade acrescida no desenvolvimento e implementação de programas promotores da saúde e hábitos de vida saudáveis (desde a prevenção, ao tratamento e acompanhamento).

Advogamos a ideia de que “somos o que comemos” e integramos os objetivos e orientações do Programa Nacional de Promoção da Alimentação Saudável, da Direção Geral de Saúde, designadamente:

- ✓ Aumentar o conhecimento sobre os consumos alimentares da população portuguesa, seus determinantes e consequências.
- ✓ Modificar a disponibilidade de certos alimentos, nomeadamente em ambiente escolar, laboral e em espaços públicos.
- ✓ Informar e capacitar para a compra, confeção e armazenamento de alimentos saudáveis, em especial nos grupos mais desfavorecidos.
- ✓ Identificar e promover ações transversais que incentivem o consumo de alimentos de boa qualidade nutricional de forma articulada e integrada com outros setores, nomeadamente da agricultura, desporto, ambiente, educação, segurança social e autarquias.
- ✓ Melhorar a qualificação e o modo de atuação dos diferentes profissionais que pela sua atividade, possam influenciar conhecimentos, atitudes e comportamentos na área alimentar.

No domínio destas focus areas queremos enfatizar os benefícios do consumo de produtos endógenos e reforçar o conhecimento do seu calendário e benefícios associados ao seu consumo; estimular o reconhecimento da alimentação saudável como forma de combate a problemas como a obesidade e o excesso de peso, valorizando o receituário tradicional e tornando-o mais saudável; agir em meio escolar, através de ações de sensibilização e programas de incentivo e formação transversal; contribuir para a literacia em saúde, associada aos bons hábitos alimentares, partilhando a investigação científica dos centros de investigação da região com diferentes públicos (escolas, seniores, academias e clubes desportivos, associação de pais e maternidades, espaços públicos e de lazer), através dos seus atores (os investigadores) utilizando formatos de comunicação de ciência inovadores; envolver os *stakeholders* da Região Europeia de Gastronomia na promoção de hábitos alimentares e atividade física, combinando o *know-how* das áreas do saber e promovendo sinergias efetivas.



AÇÕES A DESENVOLVER

Dinamização de Feiras e Mercados Tradicionais - envolvendo diferentes atores, designadamente agentes económicos, municípios, *chefs* e jovens em formação, pretende-se criar um ciclo de eventos dinamizadores de feiras e mercados tradicionais, incentivando o consumo de produtos endógenos e reforçando os hábitos de alimentação saudável e o consumo de produtos da época. Estes eventos, a realizar no primeiro semestre de 2019, devem introduzir inovação, dando pistas sobre a utilização dos produtos disponíveis e explorando formas de consumo complementares ao consumo tradicional – *Chefs no Mercado*.

Atividade Física, Produtos Endógenos e Tradição - envolvendo associações, equipas desportivas e municípios, pretende-se dinamizar a realização de torneios lúdico-desportivos e provas municipais e intermunicipais, a partir do segundo semestre de 2019, tendo como elo a ligação aos produtos endógenos e tradições locais.

Desenvolvimento de Materiais e Eventos - recorrendo ao *know-how* da academia e setor da saúde, e contribuindo para a literacia em saúde, nutrição e bem-estar - livros, sessões de esclarecimento, comunicações de ciência, Noite dos Investigadores, entre outros (primeiro semestre 2020).

Mini Chefs - desenvolvimento de workshops para o desenvolvimento de competências básicas de confeção de produtos gastronómicos, sensibilizando para a diversidade de produtos e para as vantagens da alimentação saudável. Ação a realizar a partir do início de 2019.

SUPORTE ÀS PMES

O tecido empresarial da região de Coimbra inclui empresas ligadas à produção e transformação dos alimentos. Consideramos que a distinção Região Europeia de Gastronomia representa uma oportunidade para estas empresas assumirem a centralidade dos produtos locais, inspirando-os para a continua inovação e criatividade. Nesta perspetiva, consideramos que o turismo se pode afirmar como montra destes produtos gastronómicos, valorizando não só os produtos locais, como as tradições e as profissões de toda a cadeia de produção e serviço.

Nesta focus area importa desenvolver programas de qualificação e capacitação das PME's para a promoção da gastronomia regional, apostando em soluções criativas e inovadoras e criando valor em toda a cadeia, desde a produção ao serviço ao cliente; desenvolver e estimular processos de *co-working* e *networking*, estimulando a redução da cadeia de distribuição e garantindo uma maior sustentabilidade dos processos; desenvolver programas de qualificação profissional (em áreas como o atendimento, a qualidade de serviço e a sustentabilidade); apoiar programas regionais de divulgação e valorização da qualidade e autenticidade dos produtos locais; estimular os operadores turísticos a desenvolver e divulgar experiências turísticas relacionadas com a gastronomia e vinhos, tais como workshops, degustações e divulgação de rotas e roteiros já existentes, bem como sugerindo a criação de outros, integrando as necessidades e expetativas de foodies e outros perfis de visitantes e residentes.

AÇÕES A DESENVOLVER

Reestruturação de Eventos Gastronómicos – conferindo-lhes escala, atratividade e notoriedade, designadamente através do desenvolvimento e conceção de infraestruturas de suporte, com *design* moderno e funcional, bem como uma linha de comunicação comum. Complementarmente, pretende-se criar um *toolkit* com as principais guidelines para a organização de eventos gastronómicos, integrando os princípios da sustentabilidade (ação a implementar no segundo semestre de 2020).

Organização de Calendário Anual - agregando informação e disponibilizando-a em formato físico e digital, facilitando o acesso à informação e a perceção de uma região única, coerente e integradora – ação já iniciada em formato físico, prevendo-se o formato digital a partir do início de 2019.

Programa de Formação e Qualificação de Agentes Locais - envolvendo entidades formadoras e agentes económicos, esta ação compreende a realização de formação e *coaching* em áreas como o atendimento e informação turística, os idiomas, o domínio de ferramentas tecnológicas facilitadoras da gestão e da comunicação *online*, o *foodstyling* e o turismo acessível, entre outras. Esta ação implica um levantamento das efetivas necessidades de formação e o desenho de formações à medida. Neste domínio pretende-se ainda estimular o *co-working* e *networking*, constituindo uma plataforma de partilha de boas práticas. Prevê-se iniciar o programa ainda em 2018.

Implementação de Gabinete para a Dinamização Sustentável do Território - entendendo território enquanto espaço para a experiência turística e a aprendizagem, pretende-se desenvolver e dinamizar um conjunto de produtos que permitam o contacto com *storytellers* (visitas aos locais de produção, workshops e outras atividades turísticas) diligenciando a interação entre a comunidade, os visitantes e a distribuição turística – a primeira fase da ação, que implica estruturar a oferta e que depende da constituição da bolsa de *storytellers*, deverá ser implementada no primeiro semestre de 2020.

Capacitação de Infraestruturas - designadamente no domínio das acessibilidades universais, dos espaços de acolhimento e da disponibilização de um conjunto de produtos complementares, estimulando o *cross-selling*. Esta ação deverá ser implementada a partir de 2020.

Implementação de Mercado de Natal - inspirado nos modelos europeus, pretende-se valorizar a gastronomia e as manifestações culturais da região, dando palco de promoção aos agentes económicos locais e criando uma montra do território. Perspetiva a plena implementação da ação em dezembro de 2020.



EDUCAÇÃO & INOVAÇÃO

A aposta na educação assume-se como fator chave de sucesso, merecendo-nos especial atenção, ou não tivéssemos a influencia e responsabilidade incutida por uma universidade com mais de 700 anos. A Universidade de Coimbra, a par com outras forças vivas da Região Intermunicipal de Coimbra, incluindo outras Entidades do Sistema Científico e Tecnológico, continua a ser uma referência nacional ao nível do Ensino Superior, mas prioriza também a transferência do conhecimento, através de projetos e prestações de serviços especializados de investigação e de inovação, a favor da sociedade e suas comunidades, assegurando a qualidade dos conteúdos e a respetiva fundamentação académica e científica.

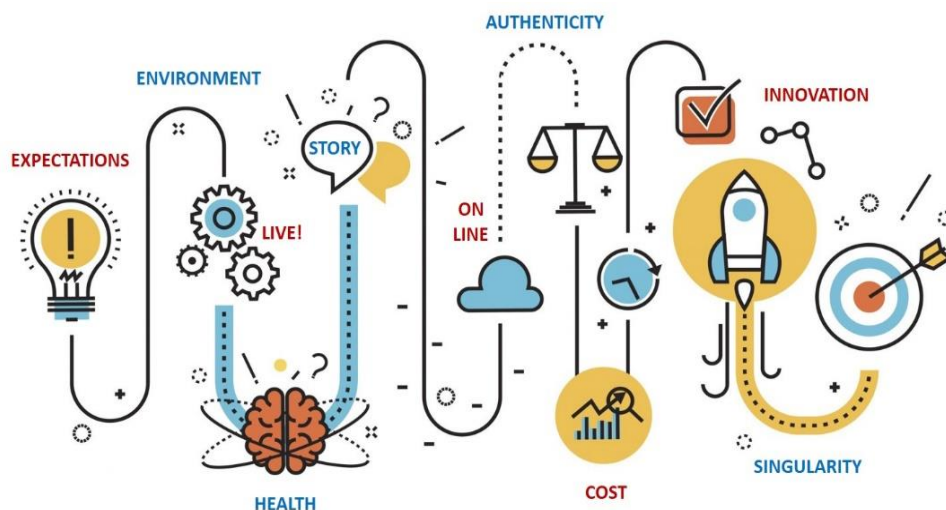
De olhos postos na qualidade, autenticidade, diversidade, identidade, e, sobretudo nas pessoas (residentes e visitantes), confrontamo-nos com o desafio de articular tradição e inovação, sem desvirtuar o que nos destinge nem tão pouco gorar as expetativas dos que acolhemos.

Sabemos que para 40% dos turistas europeus, a experiência gastronómica é determinante na escolha do destino (depois do preço e tipo de destino) e sabemos que estes pretendem conhecer a origem dos produtos e experienciar a produção. Os *Foodies* procuram *estórias*, e nós temos *storieters*... só temos que os juntar!

A experiência gastronómica ganhou importância nos últimos cinco anos e a gastronomia genuína é uma mais-valia e um património diferenciador. Sabemos ainda que o consumidor tem novas expectativas, é tecnológico e tem um interesse crescente no domínio da gastronomia.

Refletindo sobre os novos padrões de consumo, reconhecemos uma clara mudança de paradigma, encontrando a saúde, a sustentabilidade ambiental, a procura de experiências reais e autênticas e o regresso às origens no centro das preocupações.

Olhando para a cadeia de valor do consumo:



Fatores de Decisão - Cadeia de Consumo

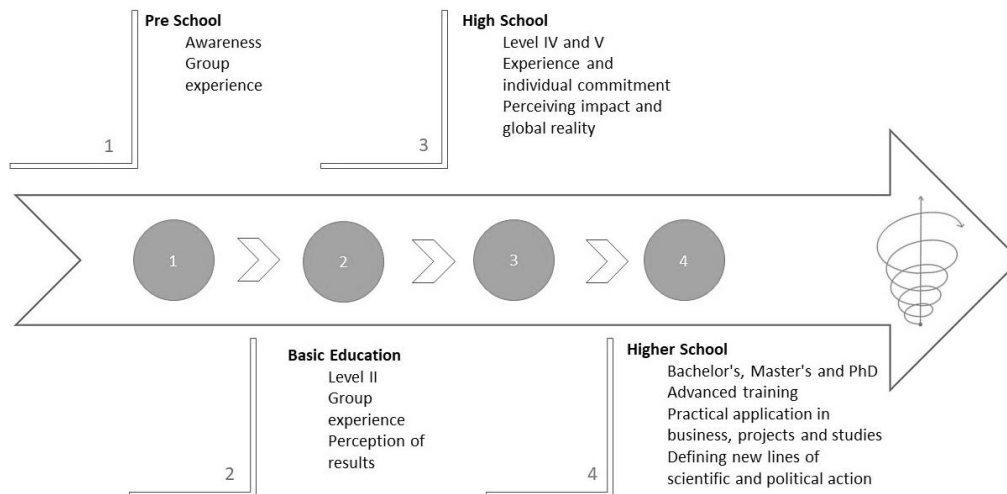
As experiências gastronómicas devem ser acessíveis, informais, reais e colaborativas, não descurando a dimensão da presença online e a capacidade de criar experiências surpreendentes.

Na região de Coimbra, dispomos de uma oferta formativa, ao nível da gastronomia, que se destaca no panorama nacional e que atende às necessidades e indicadores de procura (nutricional, mas também afetiva), alinhados com as tendências anuais para o

setor. De facto, o Top 5 *Global Food & Drink Trends 2018 (Full Disclosure, Self-fulfilling Practices, New Sensations, Preferential Treatment, Science Fare)* salienta, entre outros, a importância, assente na procura pelos consumidores do bem-estar, da saúde e da confiança, de aspetos como a redução de sal e açúcar, a origem dos ingredientes (transparência) e suas alegações funcionais e organoléticas, mantendo a ligação afetiva (experiências únicas, de memória ou de escape à pressão e stress dos dias) ao rústico e ao tradicional.

Aliás, cremos que o facto de oferecermos nas instituições de ensino da nossa região formação em gastronomia desde o nível II da formação profissional até ao nível do doutoramento, é indiciador da forma como valorizamos a gastronomia e como temos uma visão abrangente e aglutinadora desta área do conhecimento.

Cadeia de Valor Educativo, contributo para a sensibilização e formação de vários níveis, sobre a Gastronomia, os hábitos de consumo saudáveis e a preservação e inovação dos produtos locais, ao longo do processo educativo:



Cadeia de Valor - Educação

Mas queremos mais. Queremos recorrer ao conhecimento de que dispomos para mostrar aos mais novos os ciclos produtivos dos produtos endógenos; apresentar-lhes os produtores locais e pô-los em contacto com esta realidade, às vezes pouco acessível. Desta forma, podemos contribuir para “novas formas de fazer”, criando condições para a inovação e criatividade e valorizando profissões e saberes, que corremos o risco de esquecer, fruto da evolução tecnológica e das profissões emergentes.

A inovação nos instrumentos e mecanismos de Comunicação de Ciência vem assumindo um papel preponderante na promoção e difusão do conhecimento científico à sociedade, através do entusiástico envolvimento dos seus cientistas em projetos de educação e comunicação de ciência recorrendo a estratégias como: i) difusão pela comunicação social; ii) comunicação digital (websites e redes sociais); iii) projetos de comunicação e educação de ciência. Os locais de difusão da investigação científica e conhecimento junto da sociedade são diversos, desde os espaços mais formais (laboratórios, locais de universidades e escolas), aos mais informais (museus, instituições diversas, centros de ciência, bares, jardins, rua, autocarros, centros comerciais).

O nosso foco na educação passa pela capacidade de inovar, sem desvirtuar o tradicional e aproximando-o dos novos padrões de consumo. A estratégia passa por desenvolver projetos com as escolas, promovendo a educação do gosto, a alimentação saudável e a redução dos índices de obesidade e sobrepeso; estimular o empreendedorismo gastronómico, através de projetos de investigação partilhados; criar projetos de transferência do conhecimento da esfera académica para as empresas e as comunidades, disseminando o conhecimento; desenvolver instrumentos e processos de *co-working* e *networking*, combinando autenticidade, tradição e modernidade; criar um observatório gastronómico e criar um programa de “*chefs* embaixadores locais”, que promovam os produtos endógenos e a articulação de receitas tradicionais e inovação, respeitando a autenticidade.



AÇÕES A DESENVOLVER

Criação da Figura de *Chefs* Embaixadores da Região - através da identificação de um conjunto de *chefs* reconhecidos, associados ao território e/ou oriundos da região, que valorizem os produtos endógenos e a gastronomia regional. Esta ação, a implementar a partir de 2019, pretende conferir notoriedade aos *chefs* locais, atrair os jovens para o universo gastronómico e gerar uma maior identificação e reconhecimento da comunidade. Para além da identificação destes embaixadores, a ação passa pelo seu envolvimento em eventos locais, gerando maior visibilidade e notoriedade (2020 – 2021).

Agregar e Polarizar os Concursos de Empreendedorismo - envolvendo os promotores desta área de atividade, pretende-se organizar os concursos dispersos que atualmente existem na Região, oferecendo-lhes um tema anual, promotor da gastronomia, a partir do início de 2019.

Criação de Material Pedagógico - a disseminar pelas escolas, representando a ciclo dos produtos locais, desde a produção até ao fim da cadeia (alargando o conceito das Maletas Pedagógicas da Agência dos Castelos e Muralhas do Mondego e introduzindo a confeção dos produtos gastronómicos, considerando o receituário tradicional). Decorrendo em fases, a ação deverá iniciar no segundo semestre de 2019.

Estimular o Desenvolvimento de *Food Gifts* - portáteis e representativos da gastronomia da região, designadamente através da introdução desta temática em concursos e programas de empreendedorismo, a partir de 2019 e envolvendo promotores de programas ou concursos de empreendedorismo e academia.

Desenvolver Projetos de Investigação Académica e Científica - partindo das efetivas necessidades dos diversos agentes da região, criando uma ligação de proximidade e cooperação e beneficiando todos os envolvidos (uns pela acessibilidade a fontes de informação privilegiadas e os outros pela aplicabilidade dos resultados científicos, melhorando processos e desenvolvendo de novos produtos). A implementação da ação deverá decorrer a partir de outubro de 2019

Reforço da Transferência do Conhecimento e Comunicação da Ciência - através do reforço e desenvolvimento de novos instrumentos e mecanismos de comunicação da ciência, esta ação pretende desmistificar o afastamento entre academia, sociedade e empresas. Adicionalmente, esta comunicação mais adaptada e de maior proximidade entre as diferentes esferas pretende a aplicação dos resultados científicos, através da respetiva introdução na operação empresarial – em termos práticos, e a partir do segundo semestre de 2019, pretende-se implementar espaços de encontro e discussão, bem como workshops, envolvendo as diferentes esferas do conhecimento e das competências.

Criação de Observatório Gastronómico – acolhendo e partilhando informação crucial ao planeamento estratégico das empresas, designadamente no desenvolvimento de novos produtos – a implementar a partir de 2019, envolvendo academia e agentes económicos e enfatizando a transferência de conhecimentos.

Desenvolvimento de Ações de Promoção - junto das cidades geminadas com os municípios da região de Coimbra, divulgando o património gastronómico e partilhando experiências em contexto europeu, valorizando e instigando a inovação – ação a implementar em 2021.

Criação de um Evento Âncora – de projeção internacional, a realizar em 2021, que reúna *chefs*, gastrónomos, *bloggers* (e demais *opinion makers*), nacionais e internacionais, gerando notoriedade e valorizando produtos como a gastronomia, vinhos, cervejas artesanais, artesanato, folclore e etnografia, entre outros. Este evento deverá ter por base o conceito de Festival Gastronómico, integrando a dimensão das manifestações culturais, da arte e do espetáculo, e atraindo nacionais e estrangeiros.



8. ESTRUTURA DE GOVERNANÇA

A Candidatura da Região de Coimbra a Região Europeia de Gastronomia resulta do envolvimento de atores regionais e nacionais de vários setores de atividade, direta ou indiretamente ligados à gastronomia (integrando entidades públicas, privadas, academia e terceiro setor) que, juntos, contribuem para o enriquecimento deste projeto e para a perpetuação dos seus ganhos para além de 2021.

O critério na seleção de parceiros – fundadores e stakeholders – para além da questão da representatividade dos quatro setores, assentou nas sinergias potenciais e na complementaridade de saberes, competências e áreas de intervenção – agricultura; hotelaria, turismo e restauração; inovação e empreendedorismo; cultura; educação e associações de desenvolvimento local.

Assim, as entidades que até ao momento demonstraram interesse e vontade em envolver-se ativamente nesta candidatura foram:

Fundadores

- ✓ CIM RC – Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra
- ✓ Turismo de Portugal, IP - Escola de Hotelaria e Turismo de Coimbra
- ✓ CCDR – Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Centro
- ✓ Entidade Regional Turismo Centro de Portugal
- ✓ Universidade de Coimbra
- ✓ Instituto Politécnico de Coimbra

Apoio Governamental

- ✓ Ministério da Agricultura, Florestas e Desenvolvimento Rural
- ✓ Secretaria de Estado do Turismo

Stakeholders

- ✓ AD ELO – Associação de Desenvolvimento da Bairrada e do Mondego
- ✓ Coimbra Mais Futuro
- ✓ ADIBER – Associação de Desenvolvimento de Gois e da Beira Serra
- ✓ Pinhais do Zêzere – Associação para o Desenvolvimento
- ✓ Dueceira – Associação de Desenvolvimento do Ceira e Dueça
- ✓ Lousãmel - Cooperativa Agrícola dos Apicultores da Lousã e Concelhos Limitrofes, CRL
- ✓ ADIRAM - Associação de Desenvolvimento Integrado da Rede Aldeias de Montanha
- ✓ AHRESP – Associação da Hotelaria, Restauração e Similares de Portugal
- ✓ APTECE - Associação Portuguesa de Turismo de Culinária e Economia
- ✓ Iclio, S.A.
- ✓ Federação Portuguesa das Confrarias Gastronómicas
- ✓ Comissão Vitivinícola da Bairrada
- ✓ Comissão Vitivinícola Regional do Dão
- ✓ Praxis, Cerveja de Coimbra
- ✓ Associação Rota da Bairrada
- ✓ CEARTE - Centro de Formação Profissional para o Artesanato e o Património
- ✓ Rede de Castelos e Muralhas do Mondego
- ✓ Provere Inature
- ✓ Lugrade - Bacalhau de Coimbra, S.A.
- ✓ J. Carranca Redondo, Ida (Licor Beirão)
- ✓ Administração Regional de Saúde do Centro, IP

9. PLANO DE COMUNICAÇÃO E MARKETING

O nosso plano de Comunicação e Marketing visa implementar as grandes orientações estratégicas apresentadas no *bid book*, incrementando a visibilidade e atratividade da região, quer no panorama nacional, quer internacional, valorizando os produtos, os lugares e as pessoas, e conferindo robustez e qualificação aos eventos realizados.

O nosso público-alvo é diversificado e geograficamente disperso, pelo que a aposta na comunicação é essencial e transversal a todo o processo. No centro da ação está a necessidade de criar uma linguagem comum e uma plataforma de *networking* agregadora dos *stakeholders*.

Numa primeira fase, e valorizando a insígnia Região Europeia de Gastronomia, foram implementadas reuniões exploratórias, apresentando as linhas gerais do projeto, seguindo-se reflexão e *brainstorming*, recolhendo comentários e contributos. Na fase seguinte foram trabalhadas as diferentes áreas, recorrendo a interações personalizadas e considerando os domínios de intervenção dos *stakeholders*. Foram os primeiros passos para a construção do *bid book*, guia e cartão de visita da região.

O plano de comunicação e marketing passa por:

- Desenhar o plano de comunicação, com recurso a agência de comunicação;
- Definir *Media Partners*, de âmbito nacional, e dinamizar um gabinete de comunicação, responsável pela organização de conferências de imprensa, notas de imprensa e *newsletters* e pela dinamização das redes sociais (facebook; instagram; twitter) – este gabinete deverá constituir um apoio à divulgação dos eventos da região;
- Criar, desenvolver e dinamizar website agregador, associado ao link do site do IGCAT e membros da plataforma, em português e inglês – este website deve incorporar informação dos 19 municípios da região, designadamente a agenda de eventos;
- Criar conteúdos vídeo e áudio, promotores da gastronomia, das pessoas, dos lugares e dos produtos distintivos da região;
- Realizar *Road Show* nacional, dando a conhecer a região e os princípios Região Europeia de Gastronomia;
- Criar de uma imagem e assinatura gastronómica unificadora, disseminando o label “Região de Coimbra - Região Europeia de Gastronomia 2021”;
- Criar um Passaporte Gastronómico de incentivo à visita aos eventos, e à compra de produtos endógenos, tendo como horizonte os eventos dinamizados sob o label “Coimbra Region - Região Europeia de Gastronomia 2021”. Este passaporte pretende atribuir benefícios aos utilizadores, procurando a sua atração e fidelização;
- Publicação de *outdoors* e outro material de divulgação;
- Participação em feiras e eventos de âmbito europeu, reforçando a notoriedade da região e da marca Região Europeia de Gastronomia.

De referir que há ações, referidas no âmbito das focus areas, que integram esta linha de Comunicação e Marketing, como é o caso da *Street Caravan*, da Bolsa de *storytellers* e dos *Chefs* Embaixadores.

10. CONTEÚDOS E AÇÕES EUROPEIAS

A preparação da nossa candidatura e a investigação que temos desenvolvido para a concretizar, permitiu-nos contactar com a realidade das várias regiões e perceber que as nossas preocupações são partilhadas pelas demais Regiões Europeias de Gastronomia.

Atendendo à diversidade de agentes envolvidos nesta candidatura, e ao trabalho que cada um deles já desenvolve nas suas áreas de intervenção, consideramos que este trabalho conjunto em prol da gastronomia regional, permitirá alcançar uma maior visibilidade europeia.

As nossas tradições gastronómicas decorrem da nossa história e do legado que quem nos visita deixa na região de Coimbra. Tradições moldadas, também, pela passagem de milhares de estudantes internacionais, anualmente, pela nossa Universidade e Politécnico.

No total, os municípios da região de Coimbra têm cerca de 40 geminações com cidades europeias, as quais pretendemos envolver neste desafio, dinamizando ações de divulgação do nosso património gastronómico e de promoção da marca “Região Europeia de Gastronomia”.

Também de destacar a integração das Escolas do Turismo de Portugal na Associação Europeia de Escolas de Hotelaria e Turismo, rede que se constituirá como uma montra especializada da nossa tradição gastronómica, junto das várias escolas desta rede.



11. ORÇAMENTO

Pretendemos que a Região Europeia da Gastronomia 2021 traga reconhecimento nacional e internacional, maior coesão, mais sustentabilidade e riqueza, face a todo o trabalho já desenvolvido, pelo que importa a afetação de recursos financeiros facilitadores de um conjunto de medidas e ações.

Para a implementação do projeto, contamos com o envolvimento e o compromisso responsável dos quatro setores (Público, Privado, Terceiro setor e Academia), desde a definição das medidas a implementar até ao respetivo suporte financeiro.

A Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra, comunidade intermunicipal que integra dezanove municípios da região, será a principal responsável pela gestão financeira da Região Europeia da Gastronomia 2021, juntamente com os principais parceiros de projeto, designadamente através da gestão e afetação de programas comunitários.

Em termos de financiamento, este será obtido em todos os quatro setores, procurando assegurar o financiamento dos fundos da União Europeia, incluindo os administrados a nível local.

O nosso orçamento estimado inclui a candidatura, todas as ações previstas no âmbito do projeto e os serviços de secretariado, comunicação e marketing.

Gestão do Projeto	658 181,77€
Colaboração Internacional	967 400,00€
New ideas and programme of activities	491 500,00€
Desenvolvimento de produtos e conteúdos	231 460,00€
Marketing e Comunicação	136 220,00€
Orçamento Estimado	2 484 761,77€

Orçamento Previsonal



12. SUSTENTABILIDADE E LEGADO

A construção da candidatura da Região de Coimbra tem como estratégia o desenvolvimento de um conjunto de ações e iniciativas que preparem e capacitem o território para, em 2021, se assumir como Região Europeia de Gastronomia. Nesse sentido, grande parte das ações propostas ocorrerão no período 2018-2020, criando na região condições humanas, materiais e operacionais para a afirmação do património gastronómico como um ativo fundamental para a dinamização económica.

Pretende-se promover o reconhecimento dos produtos endógenos locais, com consequências ao nível da confiança e da autoestima da comunidade local, por via de um maior reconhecimento nacional e internacional da região e da valorização da sua gastronomia.

Adicionalmente, e considerando as ações que visam a formação dos mais jovens, pretende-se inculcar-lhes uma maior sensibilidade para as questões da sustentabilidade, bem como materializar de forma mais objetivas os ideais a ela associados, em matérias de ambiente, de economia e relativos à sociedade.

Em 2021, através da dinamização do evento que passará a ter uma periodicidade anual, pretende-se valorizar os agentes que tenham assumido o seu compromisso para com a marca “Região Europeia de Gastronomia” e contribuir para a perpetuação deste legado, através de iniciativas como o Passaporte gastronómico ou a *Street Food Caravan*.

Das ações de formação e capacitação dos agentes da região perspectiva-se uma melhoria significativa dos eventos gastronómicos, quer em termos de infraestruturas quer

do ponto de vista da organização e comunicação. Para o futuro ficará uma visão integradora da região e um calendário de atividades mais adequado.

Decorrente do plano de comunicação, espera-se uma maior notoriedade e reconhecimento nacional e internacional da região, bem como a interiorização de um modelo comunicacional capaz de cativar visitantes e residentes.

No domínio do *networking* e *co-working* espera-se a construção de elos fortes, entre os diferentes atores do processo, facilitadores dos processos e geradores de mais valias para toda a cadeia de valor.

Da adesão à plataforma, e da interação alargada com outras Regiões Europeias de Gastronomia, perspetiva-se a partilha de boas práticas e a amplificação da marca e da notoriedade das regiões distinguidas, bem como a implementação de novos projetos colaborativos, como a desafio recentemente lançado na reunião realizada no Minho – Portugal, e que pretende a criação de filmes de ficção, centrados na gastronomia e paisagem das Regiões Europeias de Gastronomia.

Legado

- ✓ Observatório Gastronómico
- ✓ Maior atração do território
- ✓ Estrutura de comunicação agregadora e coerente
- ✓ Maior satisfação das comunidades locais
- ✓ Estruturação, qualificação e capacitação da oferta
- ✓ As comunidades locais como destinos turísticos
- ✓ Plataforma de gestão e partilha
- ✓ Formação de agentes públicos e privados
- ✓ Transferência de conhecimento – empresas - comunidades
- ✓ Valorização do autêntico, da saúde e do ambiente
- ✓ Maior notoriedade nacional e internacional
- ✓ Networking – Co-Working
- ✓ Aumento da procura
- ✓ Melhoria da qualidade dos eventos existentes
- ✓ Melhoria de infraestruturas e acessibilidades

A valorização das pessoas e dos lugares serão o legado mais relevante - preservando as histórias, construindo memórias.

A avaliação e implementação destas ações, assim como de todas as que ocorrem no âmbito da distinção Região Europeia de Gastronomia 2021, serão monitorizadas e avaliadas pelas instituições de ensino superior que nos acompanham nesta candidatura.

Assim, pretendemos garantir a conformidade e monitorização dos objetivos propostos, colocando em evidência os benefícios associados ao projeto, designadamente o reconhecimento da gastronomia regional como fator de valorização da diversidade cultural, das pessoas e dos lugares, estimulando o envolvimento e compromisso dos produtores locais e gerando uma maior notoriedade nacional e internacional na região de Coimbra.



Apoio Governamental



REPÚBLICA
PORTUGUESA

AGRICULTURA, FLORESTAS
E DESENVOLVIMENTO RURAL



REPÚBLICA
PORTUGUESA

GABINETE DA SECRETÁRIA
DE ESTADO DO TURISMO

Fundadores



COMISSÃO INTERMUNICIPAL
REGIÃO DE COIMBRA

TURISMO DE
PORTUGAL



escola de
Coimbra



UNIVERSIDADE DE COIMBRA



comissão de coordenação
e desenvolvimento regional
do centro



Turismo
Centro
Portugal



POLITÉCNICO
DE COIMBRA

Stakeholders



associação de desenvolvimento
local da bairrada e região



Associação de Desenvolvimento Regional
do Vale do Alentejo Alentejano



Associação Portuguesa de
Região do Alentejo



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE TURISMO DE CULTURA
E ECONOMIA



ADMINISTRAÇÃO
REGIONAL DE
SAÚDE DO CENTRO, IP



Centro de Formação
Profissional para o
Artesanato e Património



Coimbra
mais futuro



COMISSÃO
VITIVINÍCOLA
DA BAIRRADA



COMISSÃO
VITIVINÍCOLA
REGIONAL DO DÃO



DÃO
WINE
BOARD



associação de desenvolvimento do cear e daça

FPCG – Federação Portuguesa das Confrarias Gastronómicas



LICOR
BEIRÃO
O Licor de Portugal



COIMBRA REGION
EUROPEAN REGION OF GASTRONOMY
CANDIDATE 2021

COMUNIDADE INTERMUNICIPAL DA REGIÃO DE COIMBRA

Rua do Brasil, N.º 131

3030-175 Coimbra

Tel: +351 239 795 200

@: geral@cim-regiaodecoimbra.pt



Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra | Entidade Regional Turismo do Centro de Portugal | Lousãmel - Cooperativa Agrícola dos Apicultores da Lousã e Concelhos Limitrofes, CRL | Dueceira - Associação de Desenvolvimento do Ceira e Dueça | Associação Rota da Bairrada | Turismo de Portugal, IP – Escola de Hotelaria e Turismo de Coimbra | Município de Mira | Município de Penacova | Município de Montemor-o-Velho

Coimbra Region: A Million Food Stories

*Candidate for European
Region of Gastronomy
Award - 2021*