

## **Relatório Projeto Final**

### **Remodelação de Habitação Unifamiliar para Turismo de Habitação**

Carolina Lopes Pinheiro

20170428

#### **Orientadores**

Professora Ana Rita Vasco

Professor Nelson Antunes

Trabalho de Projeto apresentado à Escola Superior de Artes Aplicadas do Instituto Politécnico de Castelo Branco para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Licenciado em Design de Interiores e Equipamento, realizada sob a orientação científica, dos Professores Ana Rita Vasco e Nelson Antunes do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

**Julho 2020**



## Composição do júri

Presidente do júri

Doutora Ana Mónica Pereira Rei de Matos Romãozinho

Professora Adjunto da Escola Superior de Artes Aplicadas - IPCB

Vogais

Arguente: Professor Especialista José Simão Gomes

Professor Adjunto da Escola Superior de Artes Aplicadas – IPCB

Orientador: Professor Doutor Nelson Barata Antunes

Professor Adjunto da Escola Superior de Artes Aplicadas – IPCB

Orientador: Professora Licenciada Ana Rita Henriques Silvério de Jesus Vasco

Assistente Convidada da Escola Superior de Artes Aplicadas - IPCB



## Agradecimentos

Antes de mais, gostaria de agradecer a todos os professores que fizeram parte destes últimos três anos e que, de certa forma, me transmitiram conhecimentos importantes para a realização deste trabalho.

Agradeço especialmente aos meus Professores Orientadores, Ana Rita Vasco e Nelson Antunes, que apesar das circunstâncias vividas durante a execução do presente projeto, estiveram sempre disponíveis para o esclarecimento de qualquer dúvida.

Gostaria também de agradecer à professora Liliana Neves pela sua disponibilidade para me ajudar nos contratempos causados pelo programa 3Ds Max.

O meu maior agradecimento vai para a minha família, principalmente para os meus pais, dado estarem sempre presentes nos momentos mais complicados, mas sobretudo, por me proporcionarem e motivarem a estudar nesta área que tenho interesse desde criança. Sem eles nada disto seria possível.

Não esqueço, porém, a minha querida tia Salomé Lopes por me ter incentivado a realizar este projeto, colocando-me à prova para a concretização do seu projeto de sonho.

Por último, mas não menos importante, gostaria de agradecer a todos os amigos que me acompanharam nestes três anos, tornando-os inesquecíveis, nomeadamente às *10 Mosqueteiras*. Agradeço também aos meus amigos de infância que me acompanharam desde então e sempre me incentivaram a seguir esta área e a prosseguir os meus objetivos.



## **Resumo**

Este documento incorpora uma síntese explicativa de todo o projeto final desenvolvido ao longo do 6º semestre da Licenciatura de Design de Interiores e Equipamento, num culminar de conhecimentos obtidos ao longo do curso.

O projeto consiste na remodelação de uma habitação unifamiliar para Turismo de Habitação, a “Casa Água’ mel”, que se localiza em Marinhais, vila pertencente ao concelho de Salvaterra de Magos, distrito de Santarém. Neste alojamento irão ser organizadas atividades como aulas de yoga e workshops de culinária, desenvolvidos com recurso a produtos biológicos locais.

Para a execução deste projeto comecei por analisar as características existentes e quais os problemas que precisavam de ser resolvidos para a nova reorganização do espaço. O principal objetivo foi cumprir com todos os requisitos da proprietária e da legislação referente a este tipo de alojamento, criando um espaço cativante que atraísse um maior número de hóspedes.

Trata-se de um documento com a descrição de todo o processo de desenvolvimento do projeto e decisões tomadas, com a devida justificação de cada solução empregue. Para além das alterações estruturais foram também desenhados alguns equipamentos feitos à medida com o intuito de atender a todas necessidades.

## **Palavras chave:**

Design de Interiores; Turismo de Habitação; Yoga; Workshops; Natureza



## **Abstract**

This document incorporates an explanatory summary of the entire final project developed over the 6th semester of the Degree in Interior design and Equipment, in a culmination of knowledge acquired throughout the course.

The project consists of the remodeling of a single-family housing for Tourism Housing the "Casa Água' mel", which is located in Marinhais, belonging to the county of Salvaterra de Magos, district of Santarém. Activities such as yoga classes and cooking workshops with local organic products will be taking place at this accommodation.

For the execution of this project, I started by analyzing the existing characteristics and what problems needed to be solved for the new reorganization of the space. The main goal was to comply with all the requirements of the owner and legislation regarding this type of accommodation, creating an appealing space to attract a greater number of guests.

This is a document with a description of the entire project, development process and the decisions taken also the proper justification of each solution applied. In addition to the structural changes there is some designed equipment made to measure to meet all needs.

## **Keywords:**

Interior Design; Housing Tourism; Yoga; Workshops; Nature



# Índice Geral

Composição do Júri .....	III
Agradecimentos.....	V
Resumo .....	VII
Abstract.....	IX
Índice Geral .....	XI
Índice de Figuras.....	XIV
Introdução .....	1
Introdução .....	1
1. Capítulo I- Anteprojeto .....	3
1.1. Contextualização e localização .....	3
1.2. Fundamentação/ Justificação do Projeto.....	4
1.3. Turismo de Habitação.....	4
1.4. Perfil da Cliente e Público Alvo .....	5
1.5. Requisitos da Cliente.....	5
1.6. Objetivos a atingir .....	6
1.7. Construção existente.....	6
1.8. Levantamento Fotográfico.....	7
1.9. Metodologia de Trabalho.....	9
2.Pesquisa .....	11
2.1. Definição e Surgimento do Yoga .....	11
2.2. Os Sete <i>Chakras</i> - Significado de cada cor .....	12
2.3. Casos de estudo- Turismo de Habitação.....	14
2.3.1. Justificação da escolha dos casos de estudo .....	18
2.4. Casos de estudo- Zona de Alojamento Privado.....	19
2.3.2. Justificação da escolha dos Casos de Estudo .....	23
3. Fase II- Desenvolvimento do Projeto .....	24
3.1 Legislação Aplicável.....	24

3.2. Conceito .....	25
3.2.1. Conceito da Tipografia- Turismo de habitação e Yoga.....	25
3.2.2. Conceito Estético- Área da habitação destinada ao turismo .....	26
3.2.3. Conceito Estético- Alojamento privado da proprietária .....	27
3.3. Logótipo .....	28
3.4. Proposta.....	29
3.4.1. Materiais e Acabamentos .....	35
3.4.2. Mobiliário e Equipamentos.....	37
3.5. Visualização 3D .....	39
Conclusão.....	45
Bibliografia.....	47
Webgrafia .....	47
4.Anexos.....	49



## Índice de Figuras

<b>Figura 1</b> — Localização da Habitação .....	3
<b>Figura 2</b> — Planta existente .....	6
<b>Figura 3</b> — Fachada Principal .....	7
<b>Figura 4</b> — Fachada Posterior.....	7
<b>Figura 5</b> — Anexo exterior existente.....	7
<b>Figura 6</b> — Cozinha .....	7
<b>Figura 7</b> — Sala de estar .....	7
<b>Figura 8</b> — Zona de refeições .....	7
<b>Figura 9</b> — Lavatórios existentes (Casa de banho entre quartos) .....	7
<b>Figura 10</b> — Base de duche e instalação sanitária (Casa de banho entre quartos) .....	7
<b>Figura 11</b> — Banheira (Casa de banho maior) .....	8
<b>Figura 12</b> — Lavatórios (Casa de banho maior) .....	8
<b>Figura 13</b> — Corredor da entrada principal quartos) .....	8
<b>Figura 14</b> — Corredor que dá acesso aos quartos .....	8
<b>Figura 15</b> — Esquema de metodologia de trabalho .....	9
<b>Figura 16</b> — Calendarização .....	10
<b>Figura 17</b> — Esquema dos Sete Chakras Principais.....	12
<b>Figura 18</b> — Conjunto de imagens do alojamento Villa Europa, Livadia, Greta, Grécia. .....	14
<b>Figura 19</b> — Conjunto de imagens do alojamento Chiado Terrace, Chiado, Lisboa ...	15
<b>Figura 20</b> — Conjunto de imagens do alojamento Casa Cook, Rhodes, Ilha na Grécia .....	16
<b>Figura 21</b> — Conjunto de imagens do alojamento The Salty Pelican Surf and Yoga Retreat, Sri Lanka .....	17

<b>Figura 22</b> — Conjunto de imagens do Apartamento Aelbert Amsterdam, Amesterdão, Holanda.....	19
<b>Figura 23</b> — Conjunto de imagens da Casa da Luz Y, Taiwan, China .....	20
<b>Figura 24</b> — Conjunto de imagens da <i>A Casa do Campo</i> , Lisboa. ....	21
<b>Figura 25</b> — Conjunto de imagens do Apartamento Flinders Lane, Melbourne, Austrália .....	22
<b>Figura 26</b> — Moodboard 1- Conceito da tipografia inerente ao projeto a desenvolver. ....	25
<b>Figura 27</b> — Moodboard 2- Integra imagens de referência e paleta cromática, específicas para a área da habitação destinada ao turismo. ....	26
<b>Figura 28</b> — Moodboard 3 - Integra imagens de referência e paleta cromática, específicas para a área destinada ao alojamento privado da proprietária. ....	27
<b>Figura 29</b> —Logótipo da Habitação de Turismo – Casa Água’ mel. ....	28
<b>Figura 30</b> —Planta Proposta- Legendada.....	29
<b>Figura 31</b> — Delimitação da área destinada ao turismo .....	30
<b>Figura 32</b> — Delimitação da área destinada ao alojamento privado da proprietária.	30
<b>Figura 33</b> — Visualização em 3D do canteiro interior com canas de bambu .....	30
<b>Figura 34</b> — Visualização em corte ilustrado- Quarto <i>Flôr de Lótus</i> .....	32
<b>Figura 35</b> — Visualização em corte ilustrado- Quarto <i>Om</i> .....	32
<b>Figura 36</b> — Visualização em corte ilustrado- Quarto <i>Hamsa</i> .....	32
<b>Figura 37</b> — Esquema de símbolos e cores referentes aos quartos destinados ao turismo. ....	32
<b>Figura 38</b> — Corte ilustrado EE’- Representação da Zona Privada da Proprietária (Quarto da Proprietária, Casa de banho) .....	33
<b>Figura 39</b> — Corte FF’ ilustrado- Representação do Alojamento Privada da Proprietária (Cozinha, área da refeição e quarto para visitas) .....	34
<b>Figura 40</b> — Alterações na Fachada .....	34

<b>Figura 41</b> — Alterações na Fachada Lateral Esquerda e Direita .....	34
<b>Figura 42</b> — Exemplo de um equipamento escolhido com utilização de aspeto nobre .....	36
<b>Figura 43</b> — Sofá para mesa de refeições .....	37
<b>Figura 44</b> — Armário com prateleiras para livros .....	37
<b>Figura 45</b> — Render em 3D representativo da área de convívio- Sala de Estar e mesa para refeições .....	39
<b>Figura 46</b> — Render em 3D representativo da área de convívio- Sala de Estar .....	39
<b>Figura 47</b> — Render em 3D representativo da área de refeições .....	40
<b>Figura 48</b> — Render em 3D representativo da cozinha .....	40
<b>Figura 49</b> — Render em 3D representativo da cozinha e hall de entrada posterior ..	41
<b>Figura 50</b> — Render em 3D representativo da cozinha, com painéis de vidro .....	41
<b>Figura 51</b> — Render em 3D do Quarto Flôr de Lótus- Adequado para hóspedes com mobilidade reduzida .....	42
<b>Figura 52</b> — Render em 3D do Quarto <i>Hamsa</i> .....	42
<b>Figura 53</b> — Render em 3D do Quarto <i>Om</i> .....	43
<b>Figura 54</b> — Render em 3D representativo da casa de banho modelo .....	43
<b>Figura 55</b> — Render em 3D representativo da sala de yoga .....	44
<b>Figura 56</b> — Render em 3D representativo da área de lazer exterior .....	44
<b>Figura 57</b> — Esboço de estudo da cozinha .....	49
<b>Figura 58</b> — Esboço de estudo da área de refeições com sofá por medida .....	49
<b>Figura 59</b> — Esboço de estudo de opção para a separação entre a sala de estar e casa de banho social .....	49
<b>Figura 60</b> — Esboço de estudo do deck para a criação de uma área para a prática de yoga no exterior .....	49
<b>Figura 61</b> — Maquete escala 1/50, Materiais: K-line e cartão microcanelado .....	50
<b>Figura 62</b> — Conjunto de imagens (esboços e maquete de estudo, na escala 1/50 em cartão micro-canelado e k-line), para estudar soluções possíveis, acerca da divisória que era necessária para criar separação no decorrer dos workshops de culinária .....	50
<b>Figura 63</b> — Planta de Alterações .....	51
<b>Figura 64</b> — Planta de Zonamentos .....	51
<b>Figura 65</b> — Planta de Proposta. Legendada .....	52
<b>Figura 66</b> — Planta de Equipamentos com representação dos cortes .....	52
<b>Figura 67</b> — Planta de Pavimento e Acabamentos .....	53

<b>Figura 68</b> — Planta de Iluminação e Circuito elétricos .....	53
<b>Figura 69</b> — Representação Corte AA' .....	54
<b>Figura 70</b> — Pormenorização da cozinha destinada ao turismo .....	55
<b>Figura 71</b> — Planta de Equipamentos com representação dos cortes .....	55
<b>Figura 72</b> — Planta pormenorizada da casa de banho modelo .....	56
<b>Figura 73</b> — Cortes pormenorizados da casa de banho modelo .....	56
<b>Figura 74</b> —Planta e corte pormenorizado das casas de banho de mobilidade reduzida- Casa de banho social à direita e casa de banho da suíte à esquerda .....	57
<b>Figura 75</b> —Corte pormenorizado da sala de yoga.....	57
<b>Figura 76</b> —Pormenorização dos canteiros interiores .....	58
<b>Figura 77</b> —Desenho técnico do sofá por medida.....	58
<b>Figura 78</b> —Desenho técnico dos armários para despensa.....	59
<b>Figura 79</b> —Desenho técnico do armário para o quarto da proprietária .....	59



## Introdução

O presente trabalho insere-se no âmbito da Unidade Curricular de Projeto, do sexto Semestre da Licenciatura de Design de Interiores e Equipamento, da Escola Superior de Artes Aplicadas de Castelo Branco.

Deste modo, optando pela vertente do design de interiores, propôs-se a remodelação de uma habitação unifamiliar, para Turismo de Habitação, onde possam existir retiros de yoga. A sugestão da utilização deste espaço para o desenvolvimento de projeto final, surgiu da vontade da proprietária, visto ter interesse em desenvolver um projeto desta tipologia, sendo que a presente proposta poderá mais tarde vir a ser realizada. Sentindo-se a necessidade de melhorar o espaço a nível funcional para que possa receber o maior número de hóspedes possível, com as melhores condições.

Neste documento, apresenta-se todo o desenvolvimento e justificação do processo de trabalho, bem como as soluções encontradas e aplicadas. Para uma melhor interpretação do projeto o documento encontra-se organizado em dois capítulos.

No primeiro capítulo, serão referidos aspetos relacionados com o anteprojecto, onde estará apresentada a justificação da escolha, as exigências da cliente, os objetivos a atingir, um plano de trabalho idealizado e uma pesquisa de casos semelhantes em aspetos temáticos e funcionais.

Do segundo constará todo o desenvolvimento do projeto, a regulamentação a cumprir neste tipo de alojamento, toda a descrição e justificação da elaboração do projeto acompanhada com as alterações e problemas resolvidos. Este capítulo comporta também os *renders*, em 3D, da zona destinada ao turismo.



## 1. Fase I- Anteprojeto

No presente capítulo, faz-se uma apresentação do projeto, uma justificação e fundamentação da escolha e a indicação da localização da habitação unifamiliar. Inclui também a exposição dos requisitos da cliente e os objetivos pretendidos.

O trabalho visa a remodelação de uma habitação, adaptando-a para Turismo de Habitação, sendo que se pretende ainda a criação de um alojamento privado para a proprietária e espaços apropriados para execução de aulas de yoga e workshops de culinária.

### 1.1. Contextualização e localização

A habitação, construída em 2001, localiza-se em Marinhais, uma vila bastante tranquila pertencente ao concelho de Salvaterra de Magos, distrito de Santarém.

A sua localização precisa transporta-nos para a Rua Bate Águas, perpendicular à Estrada do Furo e à Estrada Nacional 118 (onde se situa a Fonte dos Ramalhais), que faz ligação entre Montijo, Distrito de Setúbal e Portalegre.

Esta vila situa-se a aproximadamente 3,4 quilómetros do Escaroupim, uma típica aldeia piscatória junto ao Rio Tejo, onde se pode fazer passeios de barco.

Esta zona é bastante procurada por residentes da cidade de Lisboa, que aqui adquirem imóveis de segunda habitação, dado ser o local ideal para se distanciarem da agitação do quotidiano citadino. Marinhais encontra-se sensivelmente a 68 quilómetros da capital.



Figura 1 – Localização da Habitação. Fonte: Google Maps

## 1.2. Fundamentação/ Justificação do Projeto

A proposta para a transformação desta habitação para turismo de habitação, nasceu da vontade da proprietária da casa. Encontra-se a viver sozinha de momento numa área com cerca de 260 m<sup>2</sup> e um pé direito de 2.70 m. Possui uma cozinha e sala espaçosas, duas casas de banho, três quartos com closet, uma garagem para dois automóveis, uma arrecadação, um terraço com churrasqueira, um anexo e uma grande área de jardim.

A proprietária tem a intenção de organizar Retiros de Yoga, pois tem uma amiga que costuma organizar este tipo de eventos, contudo tem alguma dificuldade em conseguir locais para o fazer, pois no concelho de Salvaterra de Magos não existem espaços apropriados para este tipo de atividades.

Ocasionalmente, poderão ser realizados alguns workshops de culinária, para este efeito terá que existir uma cozinha ampla. Os grupos que assistirem a estes workshops não precisam necessariamente de estar alojados na habitação, estes são organizados com o intuito de contrariar a pouca adesão de clientes a este tipo de turismo em época baixa.

Decidi optar por este projeto pois pareceu-me bastante motivador a sua execução, sabendo que poderá vir a ser posto em prática futuramente porque tenho uma cliente real e atendo às suas exigências. O contexto em que desenvolvo este projeto contribuirá bastante para o meu desenvolvimento enquanto futura designer.

## 1.3. Turismo de Habitação

Os empreendimentos de turismo podem ser classificados de várias formas, este projeto insere-se no setor de Turismo de Habitação, segundo o Decreto-Lei nº 54/2002, de 11 de março, pois trata-se de um serviço de hospedagem de natureza familiar prestado a turistas, onde são também prestadas atividades de animação. Neste caso este alojamento está mais direcionado para quem procura atividades como yoga e workshops de comida saudável e biológica.

Este tipo de alojamento apenas pode ser explorado por pessoas singulares ou sociedades familiares, mais se acrescenta que a proprietária da habitação irá residir nela durante o período de exploração.

## 1.4. Perfil da Cliente e Público Alvo

Relativamente ao perfil da cliente, para o seu alojamento privado, deixou-o à escolha da projetista.

Este alojamento em específico irá receber hóspedes que tenham como principal objetivo a exploração da prática de yoga, meditação e de outras atividades enquanto formas de curar e transformar, de forma positiva, a vida de cada um. Esta prática poderá ser realizada no interior ou exterior da habitação e em contacto com a natureza.

## 1.5. Requisitos da Cliente

A proprietária, ao transformar a sua casa em Turismo de Habitação, pretende a criação de uma zona que se destine ao seu alojamento privado que seria para seu uso exclusivo, com uma pequena cozinha, sala, casa de banho e dois quartos, para continuar a receber as filhas ocasionalmente.

Definiu-se que o *check-in* será feito online, sendo assim, não é necessário um balcão para tratar deste tipo de procedimentos, apenas um local onde estejam guardadas todas as chaves dos quartos de forma segura.

Ficou estabelecido que os têxteis, como os lençóis das camas e as toalhas de cada hóspede, serão lavadas numa lavandaria pois precisam de alguns cuidados extra, como lavagens a altas temperaturas.

O pequeno-almoço estará incluído na estadia, a anfitriã irá adaptar o tipo de alimentos consoante a alimentação dos hóspedes do momento.

A cliente pediu também que fosse criada uma sala interior dedicada apenas às aulas de yoga e meditação.

## 1.6. Objetivos a atingir

No que diz respeito aos objetivos a atingir, neste projeto será principalmente atender às necessidades que este tipo de alojamento exige. Não esquecendo as necessidades dos futuros hóspedes, quer a nível de funcionalidade e conforto, mas também ao nível estético para que não perca a tipologia de habitação e para que os hóspedes se sintam em casa. Essas necessidades envolvem a construção de:

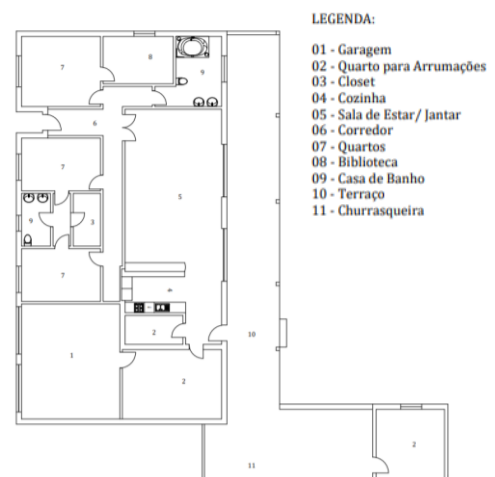
- Alojamento privado para a proprietária da habitação;
- Duas suítes;
- Uma suíte para mobilidade reduzida;
- Desenvolvimento de um pequeno estúdio dedicado apenas a aulas de yoga e meditação;
- Criação de uma cozinha espaçosa apropriada para atividades como workshops de culinária;
- Criação de um terraço agradável com churrasqueira para que os hóspedes possam desfrutar dos sons da natureza.

## 1.7. Construção existente

Esta habitação tem aproximadamente 260 m<sup>2</sup>, com um pé direito de 2.70m . Possui três quartos, duas casas de banho, uma área de *open space* com cerca de 75 m<sup>2</sup> que abrange a cozinha, zona de refeições e sala de estar.

No quarto da proprietária temos uma divisão que tem como função closet e biblioteca. Os outros dois quartos foram pensados para duas irmãs, com idades bastante próximas, entre eles, existe corredor, uma casa de banho partilhada e um closet.

Existe ainda uma garagem para dois veículos automóveis e um quarto de arrumações que estão unidos à habitação. No exterior encontramos um grande terraço, churrasqueira e um anexo que serve de atelier às bricolages da proprietária.



**Figura 2** – Planta existente.

Fonte: Autor

## 1.8. Levantamento Fotográfico

Nas imagens em baixo, apresento as fotografias da habitação necessárias para a melhor compreensão da estrutura existente, tal como alguns problemas que serão resolvidos. Um aspeto tido em conta foi não expor a privacidade da proprietária, pois reside aqui e tem bastantes objetos pessoais.



**Figura 3** – Fachada Principal,

Fonte: Autor



**Figura 4** – Fachada Posterior,

Fonte: Autor



**Figura 5** – Anexo exterior existente,

Fonte: Autor



**Figura 6** – Cozinha,

Fonte: Autor



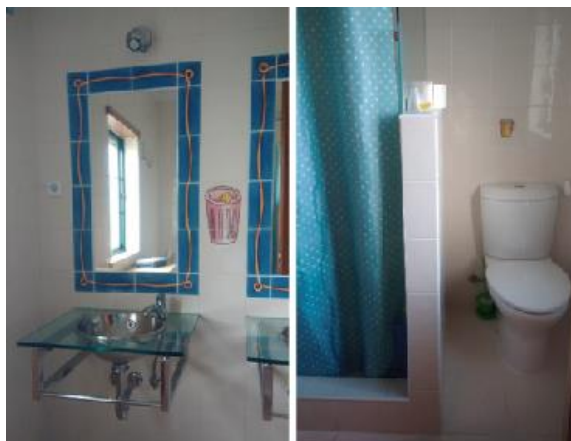
**Figura 7** – Sala de estar,

Fonte: Autor



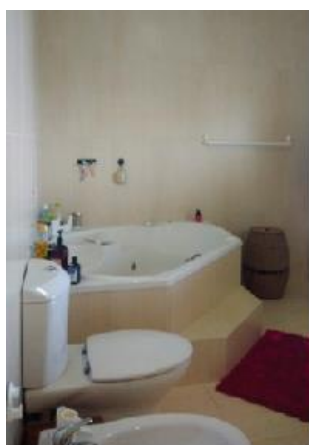
**Figura 8** – Zona de refeições,

Fonte: Autor



**Figura 9** – Lavatórios existentes (Casa de banho entre quartos),  
Fonte: Autor

**Figura 10** – Base de duche e instalação sanitária (Casa de banho entre quartos),  
Fonte: Autor



**Figura 11** – Banheira (Casa de banho maior),  
Fonte: Autor



**Figura 12** – Lavatórios (Casa de banho maior),  
Fonte: Autor



**Figura 13** – Corredor da entrada principal quartos),  
Fonte: Autor



**Figura 14** – Corredor que dá acesso aos quartos,  
Fonte: Autor

## 1.9. Metodologia de Trabalho

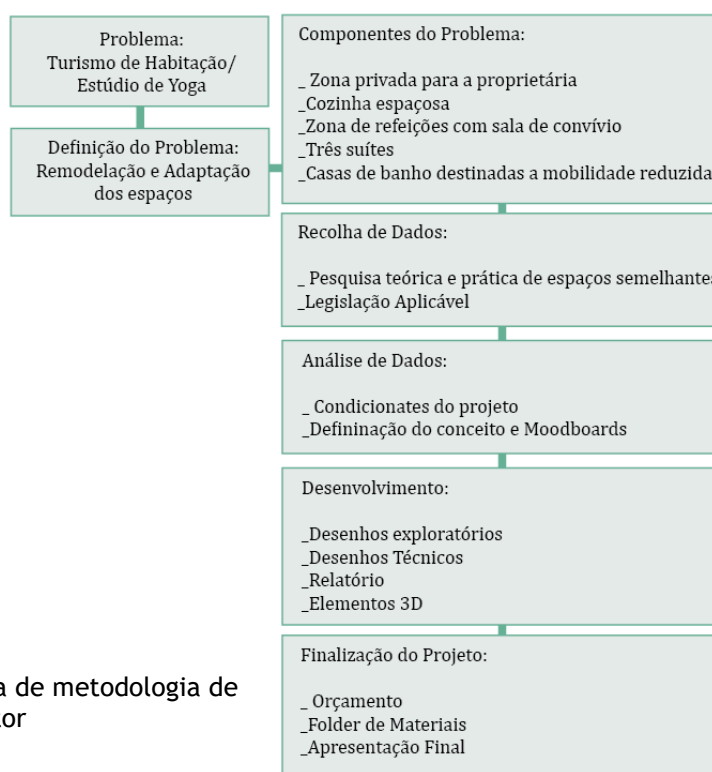
Para uma melhor realização do projeto, deverá seguir-se uma metodologia, neste caso a mais apropriada será a do artista e designer Bruno *Munari*. Apesar de ser mais adequada ao processo de criação no âmbito do design de produto, é facilmente aplicável às restantes áreas de design.

Para a execução deste projeto começou-se por analisar as características existentes e quais os problemas que precisavam de ser resolvidos para a nova reorganização do espaço. O principal objetivo foi cumprir com todos os requisitos da proprietária e da legislação referente a este tipo de alojamento, criando um espaço cativante que atraísse um maior número de hóspedes.

A Metodologia de trabalho trata-se de uma organização de todo o processo de desenvolvimento do projeto e decisões tomadas, com a devida justificação de cada solução empregue.

“O método projetual não é mais do que uma série de operações necessárias, dispostas por ordem lógica, ditada pela experiência. O seu objetivo é o de atingir o melhor resultado com o menor esforço.”<sup>1</sup>

O organograma seguinte ilustra o procedimento seguido neste projeto:



**Figura 15** –Esquema de metodologia de trabalho, Fonte: Autor

<sup>1</sup> Consultado em abril de 2020: MUNARI, BRUNO. Das Coisas Nascem Coisas. Pág.20

## 1.10. Calendarização

TAREFAS/MESES	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO	JULHO
Pesquisa	●	●				
Esboços		●	●			
Maquete			●			
Desenhos Técnicos			●	●	●	
Folder			●	●		
Orçamento					●	
Memória Descritiva					●	
Imagens 3d				●	●	●
Apresentação						●

Figura 16 – Calendarização, Fonte: Autor

## 2. Pesquisa

### 2.1. Definição e Surgimento do Yoga

Trata-se de uma filosofia de vida que engloba um conjunto de exercícios, estes proporcionam a união da mente, do corpo e do espírito. Encontra-se perto daquilo que poderia ser um treino para a vida, onde, se toma consciência de que acalmar a mente é uma tarefa complicada e que a paz de espírito é difícil de atingir.

Do mesmo modo que alguém aprende a concentrar-se numa posição de Yoga, aprende também a encontrar o seu centro e a essência noutros aspetos da vida, o que lhe transmitirá harmonia e certamente a vai ajudar a lidar melhor com os acontecimentos do dia a dia, de acordo com o que afirma Cristina *Brown*, autora de *best-sellers* que nos ensinam a meditar e relaxar.

A definição de yoga, dos tempos modernos “foi elaborada pelo eminente mestre *T. K.V. Desikachar*, o qual afirma que o yoga tem como objetivo «dirigir o pensamento exclusivamente para um objeto e manter essa direção sem qualquer espécie de desvios».”<sup>2</sup>

Esta prática não se trata de um regime uniforme que deva ser seguido à risca por todos de forma igual, pelo contrário. Os professores da Índia costumavam dar instruções específicas aos seus novos alunos, que se adaptariam à necessidade de cada um deles.

Teve origem na Índia, há cerca de 5000 anos, era apenas praticado por ascetas hindus. Hoje em dia, é praticado por qualquer pessoa que tencione atingir o seu bem-estar e procure dirigir-se a um nível espiritual superior, com o auxílio de um conjunto de posturas físicas.

É difícil estabelecer qual a sua origem, mas de certa forma estará ligada aos principais períodos da história deste país. Existem documentos como o *Rig-Veda*, uma das escrituras mais antigas e sagradas da Índia, onde atestam a existência do Yoga na Época Védica (c.4000 a.E.C), de acordo com a Federação Portuguesa de Yoga.

Vários *yogis* atravessaram o oceano na direção da Europa, com o intuito de influenciar esta doutrina, mas a sua influência foi limitada, considera-se que o Yoga moderno tenha iniciado em 1893 e consta que tenha sido *Swami Vivekananda* quando foi a um Congresso das Religiões nos Estados Unidos em Chicago a atrair mais praticantes.

Foram encontrados tratados importantes sobre este tema, por volta dos séculos III e V da nossa Era. Um desses textos é ainda hoje considerado um texto essencial do Yoga Clássico, o Yoga Sutras, escrito por Patanjali, o primeiro texto escrito sobre este assunto.

---

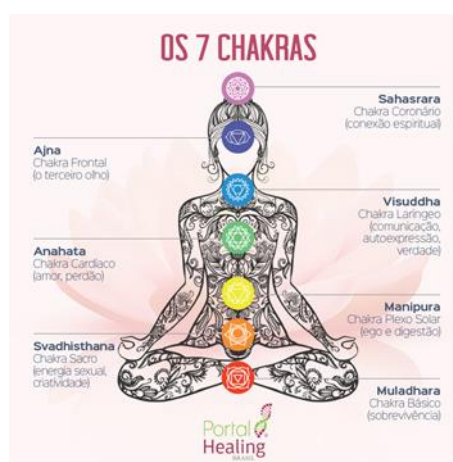
<sup>2</sup> Consultado em maio de 2020: BROWN, CHRISTINA. A Bíblia do Yoga – pág. 6

O Yoga Sutras divide-se em oito partes, o *yama* identifica-se com as restrições morais que controlam as nossas ações, como o nosso discurso e pensamentos, este tem cinco restrições mencionadas no livro; o *nyama* incita-nos à disciplina na ação, no comportamento e na nossa atitude, sendo que existem cinco regras enumeradas por *Patanjali*; os *asanas* são aquilo que habitualmente todos nós conhecemos, são portanto as posições físicas que têm o objetivo de purificar o corpo e prepará-lo para longas horas de meditação; o *pranayama* relaciona-se com o controlo da respiração, do qual o objetivo é a força interior; o *pratyahra* que significa o isolamento dos sentidos e da forma como a mente exerce o controlo sobre os mesmos; o *dharana* expressa a capacidade de dirigir o pensamento para um objeto específico e fixá-lo; o *dhyana* dá-se de quando a mente se concentra num só ponto da meditação e por fim o *samadhi* refere-se ao estado em que o praticante adquire controlo sobre a mente e atinge um estado de ligação em absoluto. Visto isto, podemos concluir que a prática de yoga não é simplesmente a realização de posições físicas, é bastante mais abrangente.

Durante a prática podem ser usados *mudras*, cujo significado sânscrito quer dizer “selo”, são considerados símbolos, gestos e posições corporais que modificam a força vital do organismo, tal como olhar para a ponta do nariz, a essa ação dá-se o nome de *drishtis*. Existem diferentes *mudras*, cada um deve ser utilizado conforme a intenção que se pretende, como por exemplo, o mais conhecido é o *atmanjali mudra* que é utilizado como cumprimento, como forma de agradecimento e sinal de respeito, enquanto que o *adhi mudra* promove a respiração clavicular mediante a expansão da zona dos pulmões.

## 2.2. Os Sete Chakras- Significado de cada cor

A palavra *Chakras*, significa “Roda de luz”, e diz respeito aos centros energéticos que representam aspetos diferentes da nossa natureza corporal, mental, emocional e energética. Estão conectados com o nosso corpo e alguns têm ligação direta com certos órgãos do corpo. Os principais centros de energia estão representados no esquema ao lado. Toda a informação escrita, teve como base o site *Portal Healing*. Resumidamente:



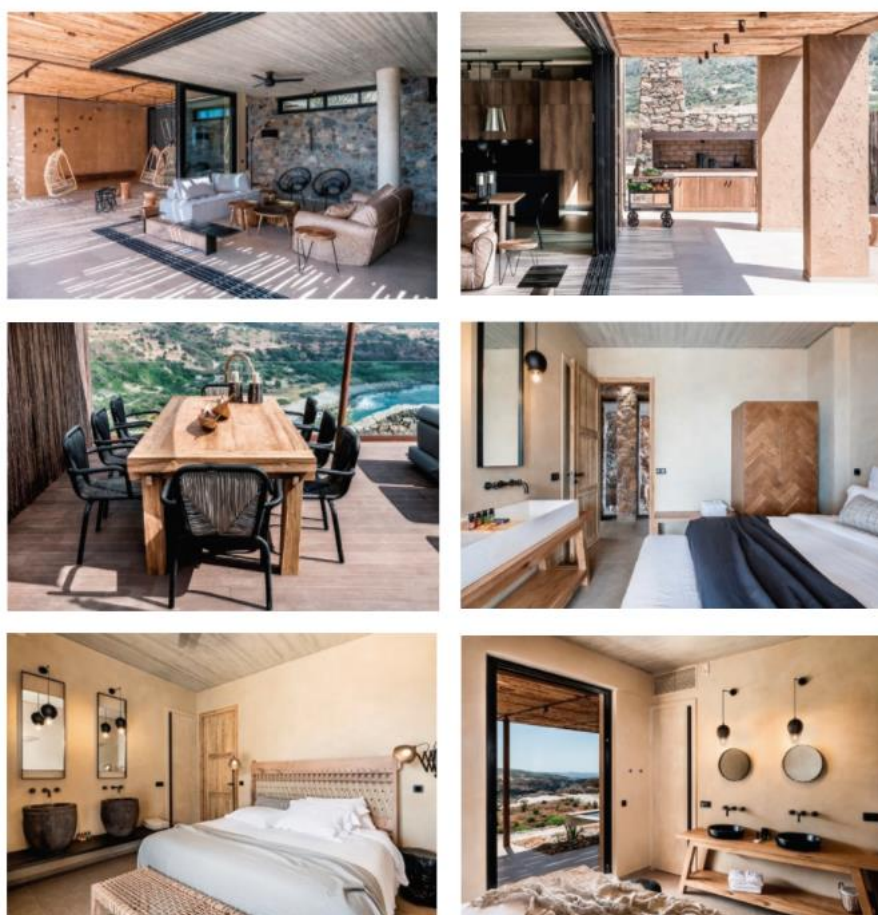
**Figura 17** –Esquema dos Sete Chakras Principais. Fonte: Portal Healing

- *Chakra Coronário*- Está associado à cor violeta, pertence à Glândula Pineal ou Epífise, demonstra a nossa conexão espiritual. Liga-nos à meditação e à energia *Reiki*.
- *Chakra Frontal*- Conhecido como o *chakra* do terceiro olho, está associado à cor roxa, pertence à Glândula Hipófise, está ligado à intuição e segurança.
- *Chakra Laríngeo*- Representa a comunicação e criatividade, associada à cor azul, pertence à Glândula Tiroide.
- *Chakra Cardíaco*- Está associado à cor verde, Glândula Timo, é responsável pelo amor que sentimos por nós e pelos outros, pela gratidão, pela generosidade e pela humanidade.
- *Chakra Plexo Solar*- Pertence à Glândula do Pâncreas, está associado à cor amarela, quando bem equilibrado, mostra a autoconfiança das pessoas e a sua capacidade de autoexpressão.
- *Chakra Sacro*- Associado à cor laranja está a Glândula de Reprodução, responsável pelos desejos, emoções e sexualidade. Dá-nos a capacidade de nos tornarmos sensíveis e emocionais.
- *Chakra Básico*- Pertence à Glândula Suprarrenal, associada à cor vermelha, transmite-nos a capacidade de lidarmos com o dinheiro, com o rumo da vida e com realizações de ideias.

## 2.3. Casos de estudo- Turismo de Habitação

- **Villa Europa, Livadia, Greta, Grécia**

A Villa está situada nas falésias selvagens do Cabo *Koutoula*, na Creta Ocidental, proporcionando paisagens sensacionais do mar. Foi concebida com uma abordagem holística, para quem procura contacto primordial com a natureza, sem sacrificar o conforto e o luxo. Os materiais utilizados são naturais, quentes, as paredes em pedra destacam entre o piso em cimento e tetos de madeira.

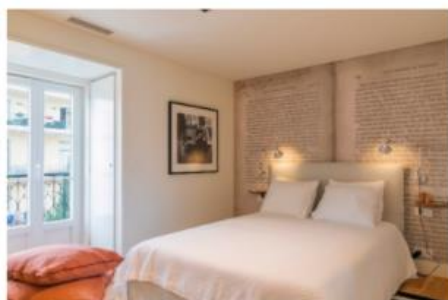


**Figura 18** – Conjunto de imagens do alojamento Villa Europa, Livadia, Greta, Grécia.

Fonte: <https://www.rentavilla.com/> (Consultado a 23 março)

- **Apartamento Chiado Terrace, Chiado, Lisboa, Portugal**

Este alojamento acomoda até 6 pessoas, trata-se de um duplex com vista para os telhados dos bairros mais emblemáticos e elegantes de Lisboa. Tem três quartos duplos, uma ampla sala de estar, uma cozinha totalmente equipada e um terraço privado na cobertura.



**Figura 19** – Conjunto de imagens do alojamento Chiado Terrace, Chiado, Lisboa, Portugal.

Fonte: <https://www.rentavilla.com/property.php?no=POLIC00112> (Consultado a 23 março)

- Casa Cook, Rhodes, Ilha na Grécia

A casa Cook engloba o “*Kitchen Club*” que é o local central para relaxar e divertir na habitação e representa o ponto de encontro entre a área do bar, restaurante e piscina.

A casa comporta também um ginásio e um terraço para quem prefere praticar yoga no exterior.

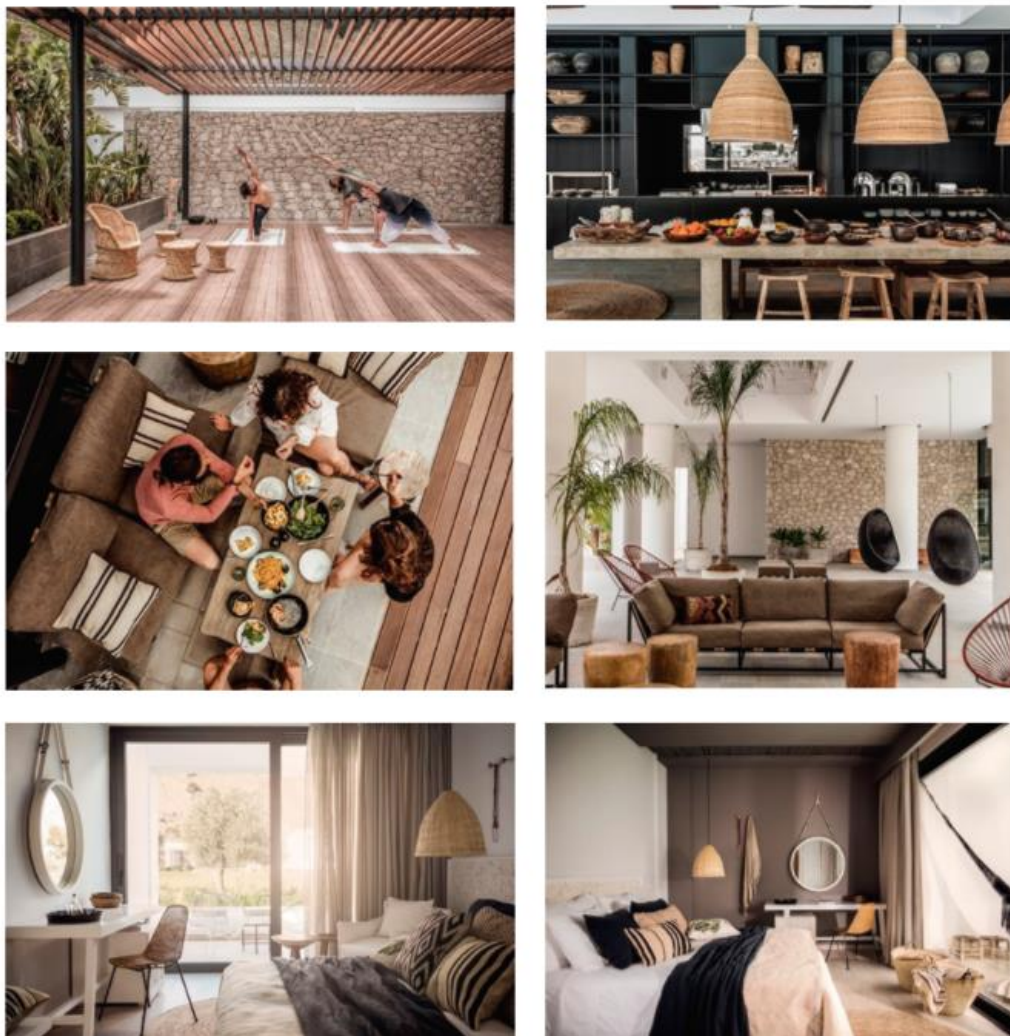
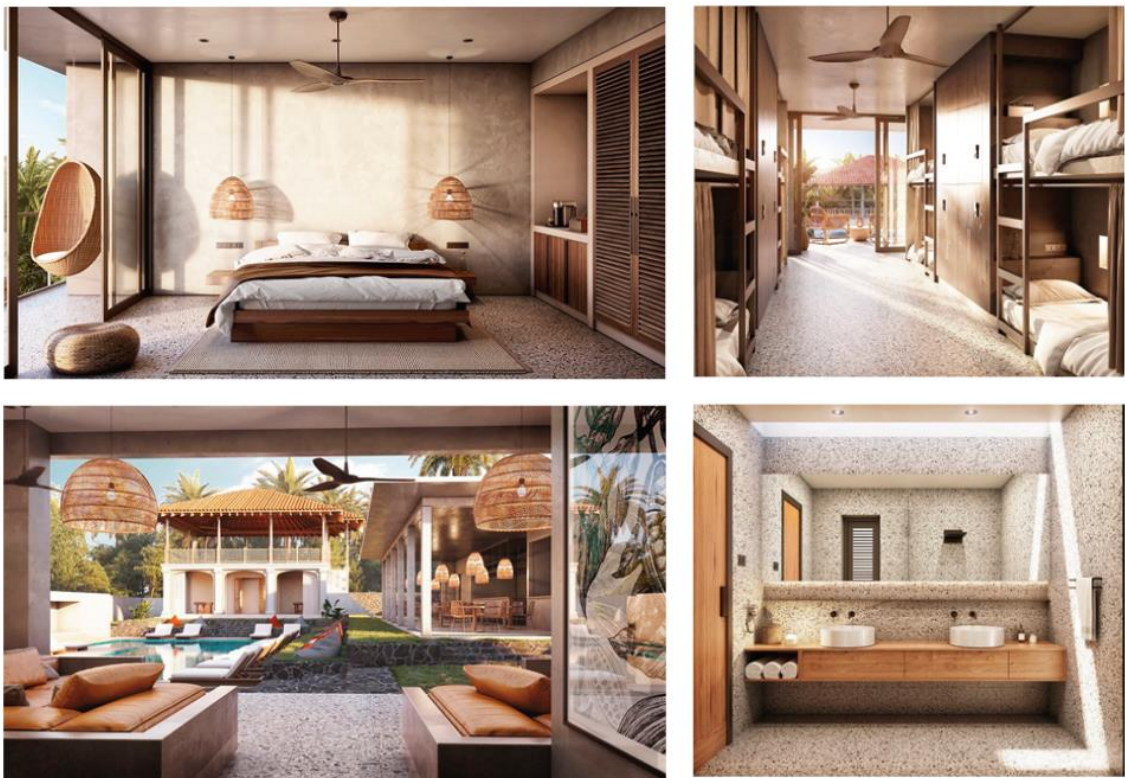


Figura 20 – Conjunto de imagens do alojamento Casa Cook, Rhodes, Ilha na Grécia.

Fonte: <https://casacook.com/CASA-COOK-RHODES> (Consultado a 23 março)

- **The Salty Pelican Surf and Yoga Retreat, Sri Lanka**

Este alojamento trata-se de um refúgio, onde acontecem retiros de yoga e surf, em *Sri Lanka*. É o sítio indicado para nos conectarmos com um conjunto de pessoas diferentes, que anseiem inspiração, boas vibrações e bons momentos.



**Figura 21** – Conjunto de imagens do alojamento The Salty Pelican Surf and Yoga Retreat, Sri Lanka.

Fonte: <https://www.saltpelicanretreats.com/sri-lanka-hiriketiya> (Consultado a 23 março)

### 2.3.1. Justificação da escolha dos casos de estudo

Após alguma pesquisa, decidi selecionar apenas estes quatro casos de estudo, uma vez que são os que mais se adequam ao conceito de alojamento local e retiros de yoga e meditação que pretendo executar. O “*Villa Europa*”, que se localiza em Livadia, na Grécia; o Apartamento “*Chiado Terrace*”, em Lisboa; a “*Casa Cook*”, em Rhodes, também na Grécia e “*The Salty Pelican Surf and Yoga Retreat*”, em *Sri Lanka* são boas referências para retirar ideias para a escolha do conceito tipográfico e estético.

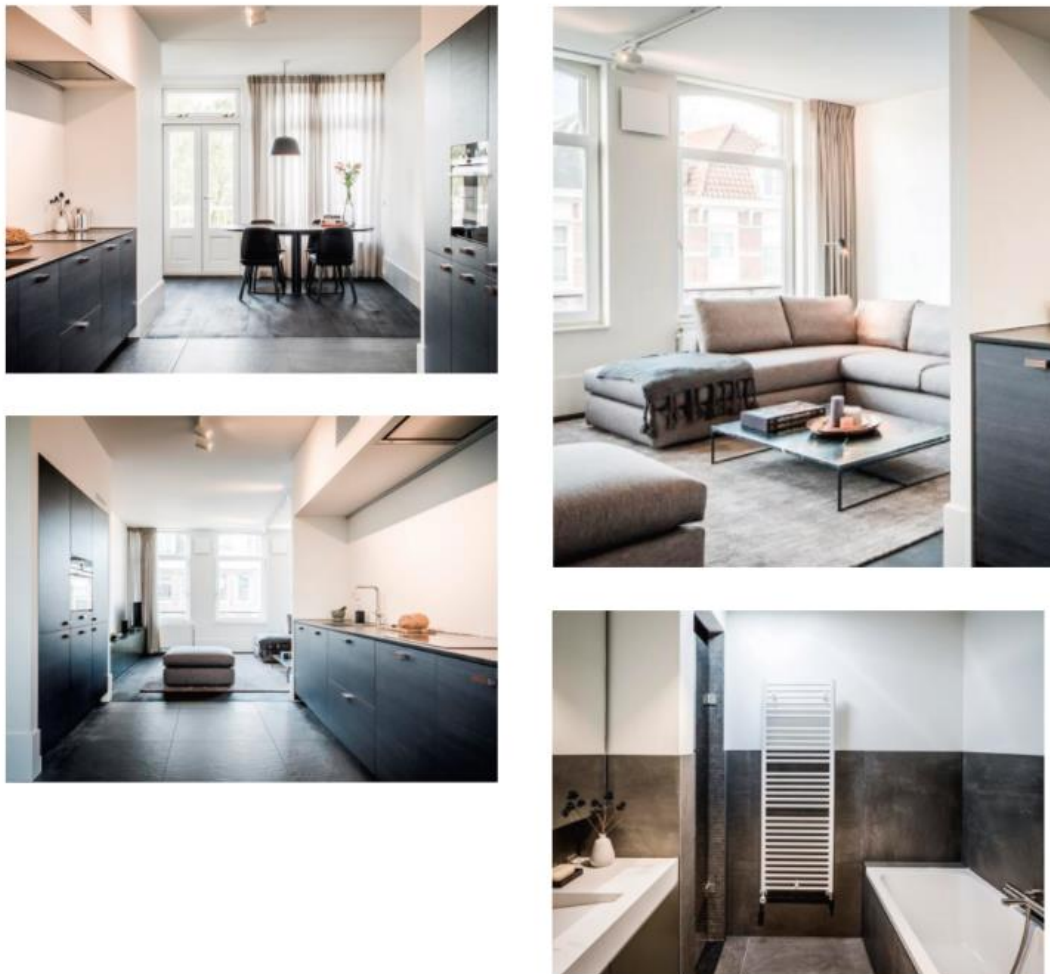
Os alojamentos mencionados têm bastantes características em comum, tal como a utilização de materiais nobres, o uso de diversos tipos de madeira, revestimentos em pedra, detalhes em verga e na maior parte a aplicação de cores claras nas paredes e têxteis. Estas características refletem um ambiente caloroso e acolhedor.

Em todos os casos, podemos observar uma área de lazer seja interior ou exterior, que permite que exista um convívio entre hóspedes.

## 2.4. Casos de estudo- Zona de Alojamento Privado

- Aelbert Amsterdam, Amesterdão, Holanda

O designer criou doze apartamentos de luxo com o nome de “*Aelbert*”, em Amesterdão, com uma paleta de cores claras ou escuras. Cada interior é equilibrado com peças de mobiliário contemporâneas confortáveis, marcenaria e equipamentos feitos por medida.



**Figura 22** – Conjunto de imagens do Apartamento Aelbert Amsterdam, Amesterdão, Holanda Fonte: <https://pietboon.com/design-projects/de-govert> (Consultado a 23 março)

- Casa da luz solar Y / NestSpace Design, Taiwan, China

Nesta habitação predominam os tons claros, incluindo paredes brancas, madeiras como o carvalho e faia, armários cinza, com algumas cores vibrantes para aprimorar o ambiente. Nota-se que existe uma estética nórdica, escandinava. Observa-se o cuidado na criação de arrumação e iluminação.



Figura 23 – Conjunto de imagens da Casa da Luz Y, Taiwan, China

Fonte: [https://www.archdaily.com/902889/sunlight-house-y-netspace-design?ad\\_medium=widget&ad\\_name=more-from-office-article-show](https://www.archdaily.com/902889/sunlight-house-y-netspace-design?ad_medium=widget&ad_name=more-from-office-article-show))

(Consultado a 26 março)

- **A Casa do Campo, Lisboa**

Esta é uma habitação moderna, com um conceito casa de campo tido pela utilização da madeira, que forma um pavimento mais rural. Existe um aproveitamento de materiais existentes, reduzindo os desperdícios. A habitação tem proximamente 150m<sup>2</sup>.



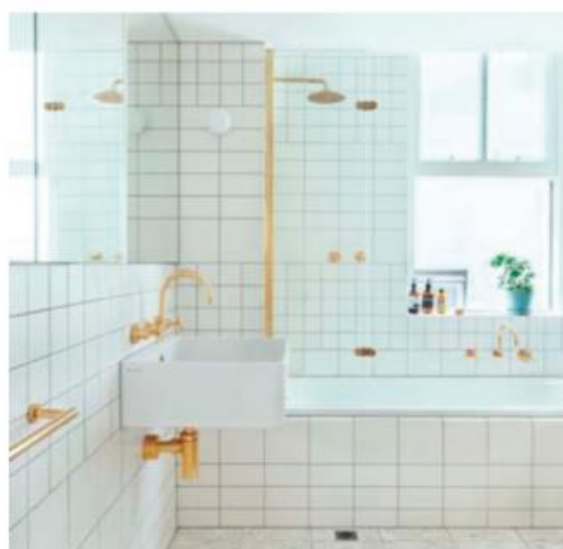
Figura 24 – Conjunto de imagens da *A Casa do Campo*, Lisboa.

Fonte: <https://www.rimadesign.pt/a-casa-do-campo> (Consultado a 30 março)

- **Apartamento Flinders Lane, Melbourne, Austrália**

Este apartamento trata-se de uma espaço aberto e funcional, para aproveitar ao máximo a sua área. Foram utilizados materiais acessíveis na sua construção. Para o quarto foram usadas três telas deslizantes coloridas que permitem que este seja totalmente separado da sala de estar ou aberto para permitir que a plataforma da cama seja usada como parte da área de estar.

A casa de banho está revestida com azulejo comum, mas colocado de uma forma diferente e criativa.



**Figura 25** – Conjunto de imagens do Apartamento Flinders Lane, Melbourne, Austrália

Fonte: <https://clarecousins.com.au/projects/flinders-lane-apartment/>)

(Consultado a 27 março)

### 2.3.2. Justificação da escolha dos Casos de Estudo

Na pesquisa referente à zona de alojamento privado da proprietária selecionei também quatro exemplos, o apartamento “*Aelbert Amsterdam*”, em Amesterdão; a “Casa da Luz Y”, na China; a “Casa do Campo”, em Lisboa e o apartamento “*Flinders Lane*”, na Austrália, tendo em conta que são aqueles onde mais características encontrei daquilo que pretendo implementar para este espaço.

A minha maior preocupação é a funcionalidade e simplicidade pois trata-se de uma área de dimensão reduzida. A simplicidade está presente em todos os espaços apresentados.

Nas casas de banho dos dois últimos casos podemos reparar na utilização de azulejo simples mas com uma colocação diferente, que cria imediatamente um ambiente mais cativante.

No último caso, achei bastante interessante a forma como os painéis deslizantes criam a divisão entre o quarto e sala de estar. Poderei retirar algumas ideias para a solução de um novo sistema de separação entre os quartos dos hóspedes e a área de refeições, uma vez que o corredor existente na habitação não tem iluminação natural e torna-se pouco convidativo.

## 3. Fase II- Desenvolvimento do Projeto

### 3.1 Legislação Aplicável

Seja qual for a remodelação ou reabilitação, é sempre fundamental fazer uma consulta no RGEU, Regulamentação Geral de Edifícios Urbanos, para que todos os espaços sejam executados respeitando as normas.

A legislação aplicável, no âmbito dos interiores é bastante abrangente, desde os dimensionamentos dos espaços à sua adaptação para a mobilidade reduzida, incêndios e neste caso atendendo também às leis relativas ao turismo de habitação:

- Decreto-Lei n.º 38 382, de 7 de agosto de 1951 RGEU, Regulamento Geral de Edificações Urbana;
- Decreto-lei n.º 163/2006 de 8 de agosto – Definição das condições de acessibilidade, a satisfazer nos projetos e na construção de espaços públicos;
- Decreto-lei n.º 220/2008 de 12 de novembro – Estabelece “o regime jurídico da segurança contra incêndios em edifícios, abreviadamente designado por SCIE”;
- Portaria n.º 1532/2008 de 29 de dezembro – Regulamentação técnica das condições de segurança contra incêndios em edifícios e recintos;
- Decreto-lei n.º 54/ 2002 de 11 de março – Estabelece que um alojamento de Turismo no espaço rural, “consiste no conjunto de atividades, serviços de alojamento e animação a turistas, em empreendimentos de natureza familiar, realizados e prestados mediante remuneração, em zonas rurais.”
- Decreto Regulamentar n.º 5/2007 de 14 de fevereiro – Esclarece que o “turismo deve ser encarado numa perspetiva de sustentabilidade ambiental, económica e social” e que “deve ser dada uma especial atenção aos empreendimentos de turismo no espaço rural dada a sua especial ligação à natureza e a contribuição decisiva para o desenvolvimento e modernização da região em que se localizam”;
- Decreto Regulamentar n.º 13/2002 de 12 de março – Unidade de Alojamento de Habitação;
- Portaria n.º 1173/2010 de 15 de novembro - Aprova os modelos das placas identificativas da classificação dos empreendimentos turísticos e define as regras relativas ao respetivo fornecimento.

## 3.2. Conceito

Uma vez que esta habitação se insere num meio rural e é dirigida para quem pretende uma conexão com a natureza, constitui um lugar indicado para praticar yoga, mas também para descansar. O conceito não poderia deixar de se basear numa estética com materiais naturais, como a madeira. Através da escolha de todos os equipamentos com materiais nobres e ainda o uso de tons neutros e alguma vegetação.

A preocupação principal era oferecer um espaço tranquilo, com um ar acolhedor e familiar para que todos se possam sentir em casa.

### 3.2.1. Conceito Tipográfico- Turismo de habitação e Yoga



**Figura 26** — Moodboard 1- Conceito da tipografia inerente ao projeto a desenvolver.  
Fonte: Autor

Neste primeiro *moodboard*, podemos perceber qual o conceito tipográfico inerente ao projeto, uma vez que se trata de uma habitação de turismo, direcionada para quem procura ter aulas de yoga e meditar tanto num ambiente interior como exterior.

Onde a cozinha é partilhada por todos os hóspedes para que possam ser também partilhadas experiências, o ambiente pretendido é o de convívio e harmonia entre todos e que possam levar deste alojamento novas amizades.

Ocasionalmente, poderão ser realizados *workshops* de culinária de vários tipos, como por exemplo, de receitas vegetarianas com vegetais biológicos que sejam plantados e colhidos na horta de familiares, ou comprados aos agricultores locais.

### 3.2.2. Moodboard Estético- Área da habitação destinada ao turismo



Figura 27 –Moodboard 2- Integra imagens de referência e paleta cromática, específicas para a área da habitação destinada ao turismo. Fonte: Autor

No *moodboard 2*, estão apresentadas algumas imagens de referência e paleta cromática específicas para a área que se destina ao turismo.

Inspirei-me nas imagens apresentadas, no que diz respeito à escolha de tons neutros, como o bege e o branco e à escolha de mobiliário com linhas simples e funcionais.

O conceito para este projeto é a natureza que estará presente na cor azul clara que nos remete ao céu diurno, no verde tido nas plantas e na madeira do tronco das árvores. O material predominante será a madeira e os seus derivados, o vime e alguns apontamentos em metal preto e pedra. Existirá uma preferência por têxteis como linho e algodão.

As cores do *Chackras* estarão também presentes em alguns elementos decorativos distribuídos pela habitação, de forma discreta.

### 3.2.3. Moodboard Estético- Alojamento privado da proprietária



**Figura 28** – Moodboard 3 - Integra imagens de referência e paleta cromática, específicas para a área destinada ao alojamento privado da proprietária. Fonte: Autor

Este último *moodboard* 3, integra as imagens de referência e paleta cromática, referente à área destinada ao alojamento privado da proprietária. Para que exista uma ligação e uniformidade em toda a habitação, também nesta área privada o conceito é a natureza.

Nesta área é fundamental a organização e funcionalidade, sendo que, é indispensável uma *kitchenette*, uma área para refeições, dois quartos e uma casa de banho. Uma das preocupações será a criação de um quarto onde a proprietária possa receber as suas filhas.

### 3.3. Logótipo

O logótipo foi inspirado na planta de bambu, uma vez que está associada à tranquilidade pretendida no conceito da habitação. Esta planta estará presente na área de convívio, em canteiros interiores.

O nome “Casa Água’mel”, foi escolhido apenas pela proprietária. A palavra “Casa...” transmite-nos uma sensação de conforto e vem reforçar a ideia de criar algo familiar, o “...Água’mel”, trata-se de uma alcunha dada ao avô paterno da proprietária, há muitos anos atrás, sendo que ainda hoje é lembrado assim. Mais tarde, esta alcunha passou para a restante família e todos na vila os conhecem deste modo. Outro dos motivos para a escolha deste nome, deve-se ao facto que a atual habitação ter sido construída em terrenos onde outrora estivera a habitação deste mesmo avô.



**Figura 29**– Logótipo da Habitação de Turismo - Casa Água’ mel.  
Fonte: Autor

### 3.4. Proposta

Concluída a fase de pesquisa sobre yoga, a fase de casos de estudo e definição do conceito, passámos para a reorganização do espaço existente. Atendendo a todos os requisitos feitos pela proprietária, chegou-se à proposta final (figura 30). Anteriormente, foram feitos vários esboços de estudo (anexo 4.1), que procuram cumprir também com toda a legislação referente ao Turismo de Habitação.

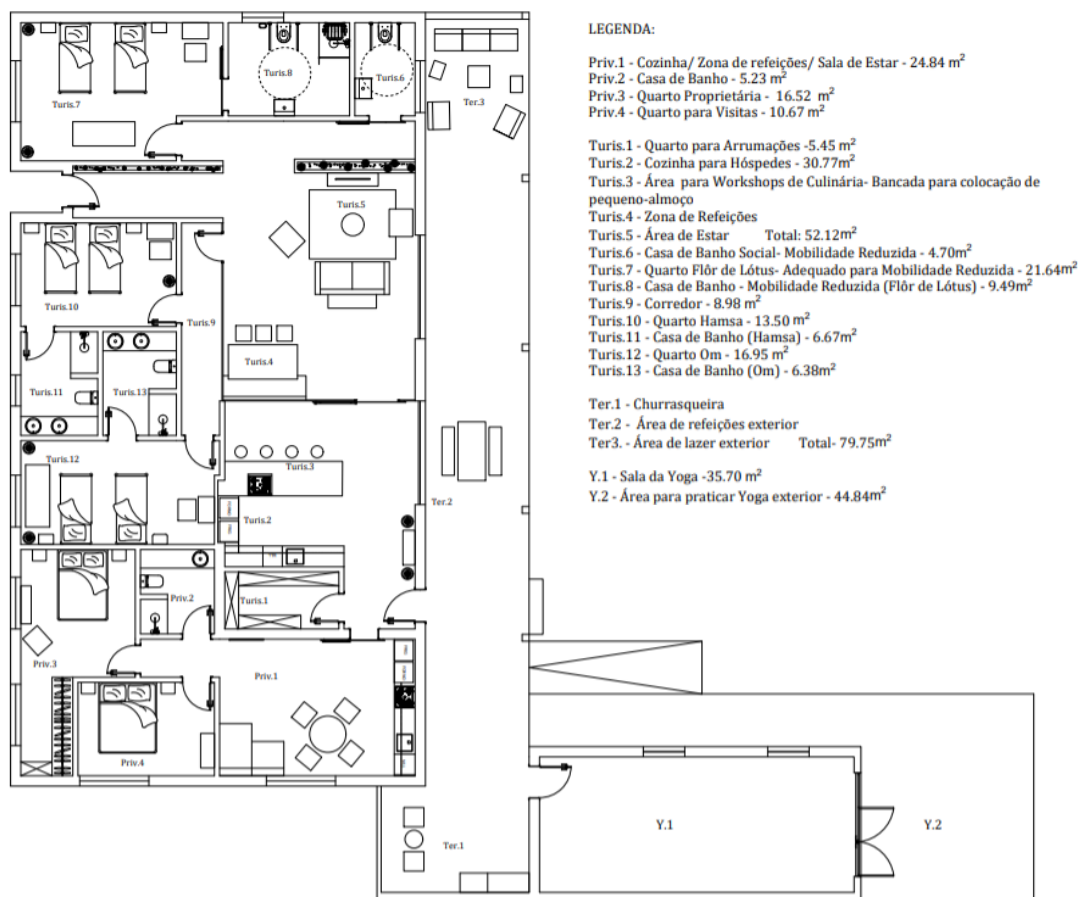


Figura 30 – Planta Proposta- Legendada. Fonte: Autor

A habitação foi dividida em duas partes, uma área destinada ao turismo (figura 31) e uma outra destinada apenas ao alojamento privado da proprietária (figura 32), tal como solicitado. Foram feitas algumas intervenções, nomeadamente, alteração de alçados e paredes interiores. (presentes nos anexos, figura 63).



**Figura 31** – Delimitação da área destinada ao turismo. Fonte: Autor



**Figura 32** – Delimitação da área destinada ao alojamento privado da proprietária. Fonte: Autor

Na área destinada ao Turismo de Habitação, apresentada na figura 31, o corredor existente que daria acesso aos quartos não tinha luminosidade natural suficiente, sendo imprescindível a iluminação artificial durante o período diurno, ou este tornava-se escuro e pouco convidativo para os hóspedes. A solução para este inconveniente foi a substituição da parede em alvenaria de tijolo por um painel em vidro laminado, com estrutura metálica, na cor preta. O vidro é um material que nos permite ver tudo para além dele, por isso foi criada uma composição entre vidro fosco e transparente, para aumentar a privacidade, tanto de quem sai do respetivo quarto como a quem se encontra na mesa de refeições ou na área de lazer.

Após vários estudos em maquete, (anexo 4.2, figura 62), este painel em vidro foi também colocado entre a área de convívio e a cozinha, pois era necessário isolar estas divisões, para que quem não estivesse a assistir ao *workshop* não se sentisse incomodado com eventuais cheiros ou barulhos que possam ocorrer. Assim sendo, este painel terá uma porta de vidro de correr que poderá ser fechada, eventualmente, resolvendo o problema do isolamento dos possíveis cheiros provenientes dos cozinhados e resolvendo, também, a possibilidade da continuação da livre circulação entre estas áreas, tal como o usufruo da luz natural.

Atendendo ao conceito pretendido que se referente à conexão com a natureza, era fundamental incluir plantas no interior deste projeto. Optou-se por criar um canteiro no corredor de entrada, para que, de certa forma, o hóspede sentisse de imediato esta conexão. Deu-se preferência a plantas como o bambu, não só por não depender de grande manutenção, mas também por transmitirem tranquilidade, por esse motivo são bastante associadas à meditação e yoga.

Era essencial a criação de uma casa de banho social, que fosse pensada e adaptada também para mobilidade reduzida, para que nenhum hóspede se sentisse desigual. Esta faria mais sentido localizar-se na área de convívio, mas teríamos que a esconder dado não ser agradável ter uma porta de casa de banho aberta a poucos metros de onde estamos a tomar uma refeição. Resolveu-se então partir da ideia da colocação de um

canteiro na entrada para construir um outro (figura 33), onde serão introduzidas plantas de interior e canas de bambu até ao limite do pé-direito, meramente decorativas, mas que, uma vez colocadas próximas umas das outras conseguirão encobrir esta casa de banho como o pretendido.

Estes canteiros serão em alvenaria de tijolo e o seu interior terá um acabamento impermeabilizante, o exterior terá um revestimento liso cimentício e polimérico de tipo microcimento, trata-se de um composto de argamassa com acabamento levemente poroso, resistente à humidade. Para que as plantas não apodreçam com o excesso de água, estas ficam dentro de vasos que serão enterrados entre pedras de seixo e mármore, que servirão como drenante, a água irá escorrer entre as pedras e irá cair num tubo de drenagem perfurado, que irá escoar para o exterior. (Consultar o desenho técnico presentes no anexo, figura 76).



**Figura 33** – Visualização em 3D do canteiro interior com canas de bambu.  
Fonte: Autor

Considerando, a legislação relativamente ao tipo de alojamento que irá ser implementado nesta habitação, foi decidido em conjunto com a proprietária, que se iria receber apenas um total de seis pessoas, para que se pudesse aproveitar os três quartos já existentes. Assim sendo, seria impossível a criação de quartos de grupo como pretendia.

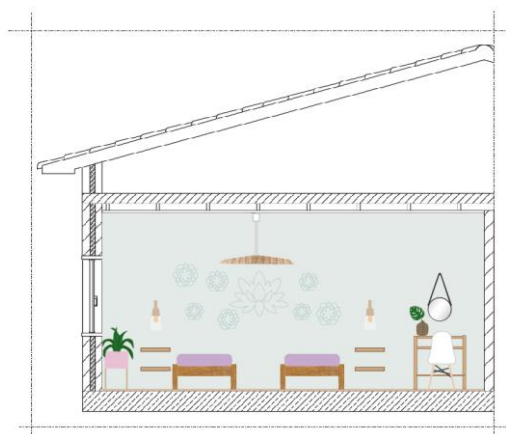
Os quartos possuem boas dimensões, como tal, apenas foi feita uma organização dos novos equipamentos. No caso do quarto que se encontrava ao fundo do corredor, foi feita uma mudança a nível de paredes, desta forma o quarto ganhou mais área e o corredor não termina com uma parede. Com o propósito de melhorar a qualidade da estadia dos hóspedes, foram colocadas duas camas individuais, (com a possibilidade de as juntar e formar uma cama de casal, pois as mesas de cabeceira não irão interferir nesta junção), uma secretária, uma cadeira e um espelho, e ainda uma casa de banho privada.

Existindo a possibilidade de hospedar um indivíduo com mobilidade reduzida, será aconselhado o quarto com as maiores dimensões, onde a casa de banho está totalmente adaptada para atender a todas as necessidades exigidas.

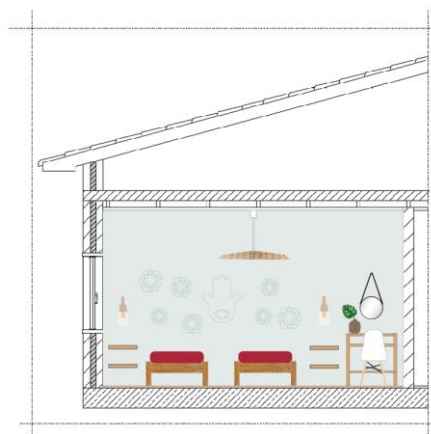
Cada quarto destinado ao turismo, terá um nome referente a um símbolo relacionado com o tema yoga, como *Flôr de Lótus* (figura 34), *Om* (figura 35), e *Hamsa* (figura 36). Foram estes os nomes estabelecidos, visto que são os mais conhecidos num

público geral que não esteja ligado a este tema. O nome estará presente num pictograma em vidro que será colocado sobre a porta respetiva.

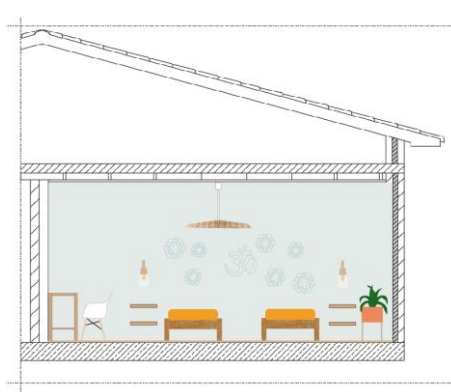
No interior de cada quarto, iremos encontrar este símbolo, como elemento decorativo, representado nas paredes sobre as camas, em MDF hidrófugo, pintado na cor branca azulada das paredes, juntamente com *Mandalas*. Estes tratam-se de símbolos de harmonização e transformação de energia e estarão presentes como elementos decorativos. Terão apenas a função de criar textura e não originar um grande destaque. (Consultar figuras 34,35 e 36 em baixo e 51, 52 e 53 presentes no subcapítulo Visualização 3D).



**Figura 34** – Visualização em corte ilustrado- Quarto *Flôr de Lótus*. Fonte: Autor



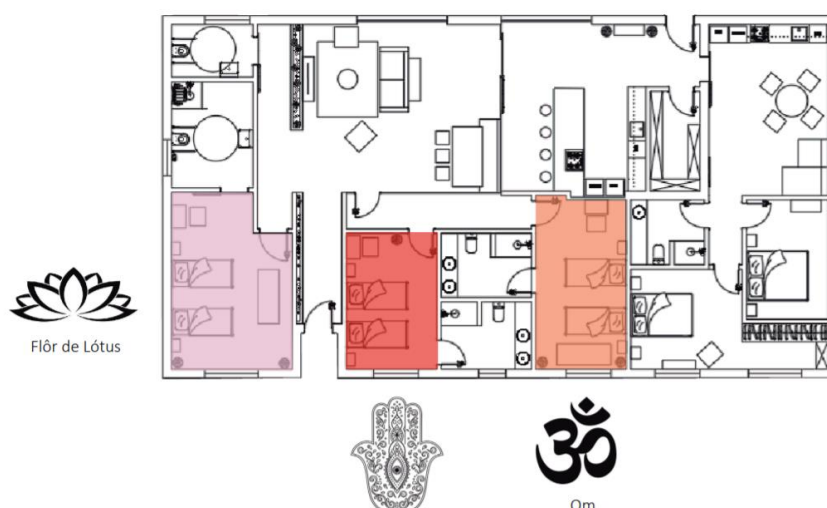
**Figura 35** – Visualização em corte ilustrado- Quarto *Om*. Fonte: Autor



**Figura 36** – Visualização em corte ilustrado- Quarto *Hamsa*. Fonte: Autor

Para além da distinção relativamente ao nome dos quartos, consoante o símbolo presente na parede, serão também diferenciados através de cores, que irão estar presentes em alguns pormenores decorativos. Sendo estes vasos cerâmicos, pois também nos quartos era importante a colocação de algum tipo de vegetação para que existisse a mesma ligação à natureza. A cor estará também presente em mantas sobradas no final das camas.

O símbolo da *Flôr de Lótus* está muito associado à cor lilás, e os outros quartos terão tons como laranja e vermelho, inspiradas nas cores dos *Chakras*, seguidamente, na figura 37 apresento um esquema da planta de proposta com os respetivos símbolos e cores para uma melhor compreensão.

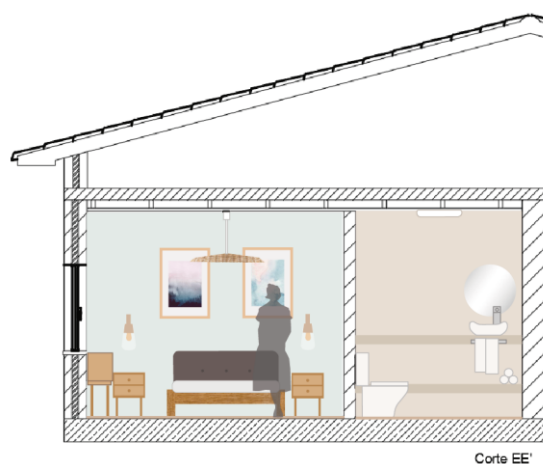


**Figura 37** – Esquema de símbolos e cores referentes aos quartos destinados ao turismo. Fonte: Autor

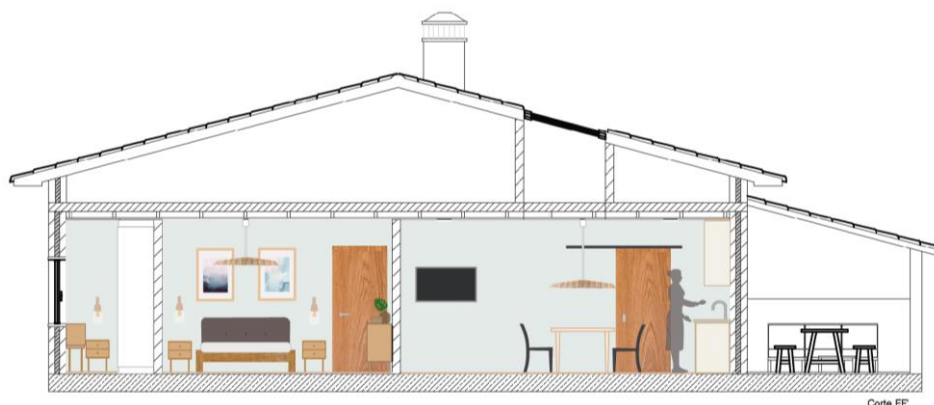
Em relação às restantes cores dos *Chackras*, também elas estarão presentes. Nas plantas interiores podemos encontrar a cor verde, o amarelo como está associada à Glândula do Pâncreas e à digestão, foi a escolhida para o serviço de loiça utilizado, como pratos e canecas. A cor azul está presente em todas as paredes, a cor roxa apenas fará parte de alguns pormenores têxteis mais discretos.

Atendendo a um dos requisitos da proprietária, que seria a criação de uma área de alojamento privado, onde dispusesse de tudo o que precisasse, desde cozinha, sala de estar, casa de banho, o seu quarto e um outro para receber as suas filhas ocasionalmente. Este pedido foi concretizado, adaptando toda a área de garagem e quarto de arrumações, num total de área de cerca de 60 m<sup>2</sup>.

Na área da garagem, foi possível projetar uma casa de banho com as dimensões mínimas necessárias e dois quartos, representados no corte ilustrado em baixo (figura 38). Na antiga área de arrumações foi criada uma cozinha com dimensões reduzidas, mas que corresponde a todas as necessidades diárias, uma zona de refeições que possibilita à proprietária receber alguns amigos ou familiares, como podemos observar no Corte FF' ilustrado apresentado na figura 39.

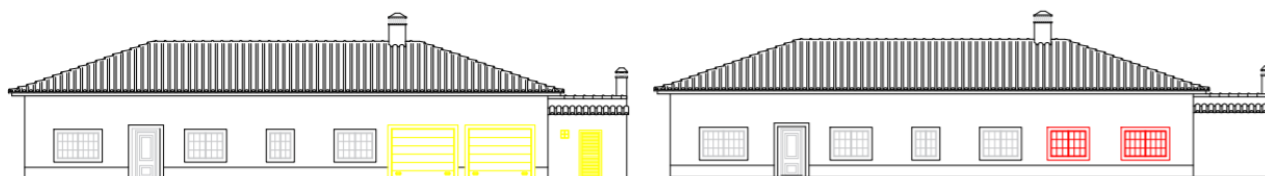


**Figura 38** – Corte ilustrado EE' - Representação da área de alojamento privado - Quarto da Proprietária, Casa de banho. Fonte: Autor



**Figura 39** – Corte FF' ilustrado- Representação do Alojamento Privada da Proprietária (Cozinha, área da refeição e quarto para visitas). Fonte: Autor

Nos seguintes alçados, conseguimos observar as alterações na fachada principal existente, onde a amarelo temos a remoção dos portões da garagem, e uma porta que dá acesso à zona da churrasqueira que não fará mais sentido. A vermelho, a incorporação de janelas, que foram colocadas seguindo a lógica existente, onde será feito como que um espelhado, pois a janela da extremidade esquerda é maior do que as restantes e seguiu essa lógica na colocação das novas.



**Figura 40** – Alterações na Fachada Principal. Fonte: Autor

Atendendo também ao pedido de inclusão de uma área apenas para realização das aulas de yoga, foi sugerido a prolongação do anexo exterior existente até ao terraço, à sua volta será construído um *deck* em madeira, para ser possível a realização de yoga exterior, como podemos observar seguidamente, na alteração das fachadas laterais (figura 41).



**Figura 41** – Alterações na Fachada Lateral Esquerda e Direita. Fonte: Autor

É possível analisar, a amarelo a demolição de um muro e parede existente, para que seja feita a prolongação até ao terraço.

Serão também colocadas duas claraboias no telhado, pois a intenção deste espaço será que a prática de yoga e a meditação seja feita no interior, mas com a sensação de

que estamos no exterior, para que exista uma maior conexão com a natureza envolvente.

### 3.4.1. Materiais e Acabamentos

No *Folder de Materiais*, encontram-se todos os materiais, acabamentos e equipamentos que serão aplicados no projeto, com as respetivas dimensões, preços e lojas online com todas as informações necessárias para que a sua eventual aquisição se torne mais simples.

Cada material é fundamental para a caracterização de um projeto e para a sua escolha, assim, deverá ser considerada não só a sua estética, mas também as suas características táteis e visuais, atendendo aos propósitos da sustentabilidade.

Assim sendo, pode encontrar-se neste projeto alguma variedade de texturas, presentes em vários tipos de madeira e têxteis como algodão e linho.

Dando importância, ao facto de as paredes e tetos se encontrarem em bom estado e sem problemas de humidade, estas serão apenas pintadas com uma tinta acrílica mate que promete uma grande facilidade de limpeza e excelente resistência à alcalinidade. A escolha da cor das paredes interiores é decisiva pois esta influencia-nos bastante através do efeito psicológico. Assim sendo, a cor selecionada para ser aplicada em todas as paredes é um branco azulado. A razão desta escolha deve-se ao facto de ser uma cor terapêutica, capaz de provocar sensações de bem-estar e tranquilidade que, segundo a socióloga, psicóloga e professora Eva Heller, “o azul é a cor que foi mais vezes citada como a cor da simpatia, da harmonia, da amizade e da confiança.”<sup>3</sup>, conforme mencionou no seu livro *A Psicologia das Cores*. Tudo isto está relacionado com o conceito pretendido para este projeto.

Para o teto, a cor mais adequada é o branco, apesar de representar a pureza e limpeza, é a cor que transmite uma maior refletância e assim permitirá retirar um maior partido da luz natural.

Optou-se, por colocar o mesmo pavimento vinil com aspeto de madeira natural de carvalho por toda a habitação, desde quartos, salas de estar e convívio e até casas de banho e cozinhas, quer na zona de alojamento turístico, quer no alojamento privado. Este material é uma ótima solução, não só por proporcionar uma harmonia entre todas as divisões da habitação, mas porque, para a sua colocação o pavimento existente não precisa de ser removido e não gera a sujidade indesejada que este processo implica,

---

<sup>3</sup> Consultado em maio de 2020: HELLER, EVA, *Psicologia das Cores*, Como as cores afetam a emoção e a razão, pág. 27

podendo ser apenas aplicado sobre o existente. Este pavimento, do tipo *Baltério*, dará ao espaço a sensação de conforto, visto que dispõe de um toque agradável e é silencioso ao caminhar.

Um outro material a ser aplicado neste projeto, é um revestimento liso cimentício e polimérico de tipo microcimento, que se trata de um composto de argamassa com acabamento levemente poroso. O uso deste material, deve-se à necessidade da criação de uma inclinação no pavimento da casa de banho de mobilidade reduzida. Situada no quarto Flôr de Lótus, esta não terá base de duche para que um indivíduo se sinta mais independente, a inclinação permitirá o escoamento das águas do banho. O microcimento foi então considerado a melhor solução para a resolução deste problema, uma vez que não necessita de juntas. Este material será também aplicado nos canteiros interiores existentes na entrada da habitação e na zona de convívio, já que tem uma elevada resistência à humidade.

O material que será aplicado em todas as paredes das casas de banho será um revestimento cerâmico vidrado do tipo *Revigrés*, com dimensões de 600x 300 mm, num tom terra, para criar uma ligação com o conceito da restante habitação.

Para a sala de yoga foi selecionado um pavimento vinil da marca *Bolon*, a sua aplicação será em rolo, pois é possível produzir uma impressão à nossa escolha, decidi produzir uma *Mandala*, num tom mais claro do restante pavimento (poderá ser observado na figura 55). Para que nas estações mais frias seja igualmente confortável a prática de yoga neste espaço, será colocado pavimento radiante com sistema elétrico, que poderá ser ligado quando desejado. A aplicação de uma porta em vidro que faz ligação com o *deck* de madeira, dará acesso ao local indicado para a prática de yoga exterior, quando aberta dará a sensação de que estamos no exterior, mesmo estando no interior.

No teto, existirão vigas em poliuretano, que imitam madeira natural, estas servem para trazer um pouco da natureza, quase como se de ramos de árvores se tratasse. Nesta sala também as paredes estarão revestidas com a tinta mate branca azulada, trazendo mais uma vez a ideia da tranquilidade e também a inspiração na cor do céu que entrará pelas claraboias no telhado. Estas claraboias terão um sistema elétrico de cortinas opacas, que permite filtrar a entrada de luz natural, quando o pretendido seja um ambiente mais escuro.

### 3.4.2. Mobiliário e Equipamentos

Todos os equipamentos foram pensados, projetados e selecionados de modo a integrarem-se no conceito do projeto, a preferência de cada equipamento escolhido deve-se ao uso de materiais de aspeto nobre. Dando prioridade a alguns móveis de madeira maciça.

Foram projetados três equipamentos à medida, nomeadamente um sofá que servirá de assento na área de refeições, os armários da despensa e o armário do quarto da proprietária.

O sofá projetado para este espaço (figura 43), surgiu da ideia do tradicional banco corrido. Os materiais escolhidos foram o pinho, e para que se torne mais confortável foi pensado a colocação de umas almofadas, também elas feitas por medida em pele sintética. Tem como vantagem a necessidade de pouca manutenção e a mais importante é que a sua produção é livre de crueldade nos animais, ao invés da pele natural.

O armário da despensa (desenho técnico disponível na figura 78 em anexo), servirá como auxílio à cozinha, para arrumação de utensílios que não serão utilizados diariamente, têxteis como toalhas de mesa ou panos de cozinha extra e será o local de arrumação de produtos e aparelhos de limpeza. Como a despensa é uma divisão com entrada permitida apenas a funcionários, será neste equipamento à medida que estarão guardadas as chaves dos quartos destinados ao turismo, uma vez que a cliente definiu que o *check-in* seria feito online e por isso não houve a necessidade de um balcão de receção.

O armário do quarto da proprietária (figura 44) foi projetado consoante as suas necessidades, não só para a colocação da sua roupa, mas também pensado para a exposição dos seus livros, por isso foram criadas seis prateleiras laterais para a colocação dos mesmos. O material escolhido foi um aglomerado lacado a branco e aglomerado revestido com folha de madeira com textura de bétula, para se tornar mais confortável visualmente, dada pela textura da madeira.

Estes equipamentos serão executados por um carpinteiro profissional local, valorizando assim estes trabalhadores independentes e não apenas as grandes empresas.



**Figura 42** – Exemplo de um equipamento escolhido, com utilização de materiais de aspeto nobre. Fonte: La Redoute



**Figura 43** – Sofá para mesa de refeições. Fonte: Autor



**Figura 44** – Armário com prateleiras para livros.

Fonte: Autor

### 3.4.3. Iluminação

Para a iluminação artificial foi selecionada a tecnologia LED, que dispõe de diversas vantagens, face à utilização de lâmpadas incandescentes. Tais como, a poupança cerca de 90% na fatura da eletricidade, sendo muito mais eficiente do que qualquer tipo de iluminação elétrica, sendo considerada a mais eficiente de todo o mercado.

A iluminação LED é considerada ecológica, pois não contém mercúrio e fornece a luz máxima a partir do momento em que é ligada, possibilitando uma luminosidade constante ao longo de toda a sua vida útil. Assim sendo, permite reduzir consideravelmente as emissões de CO<sub>2</sub> provocadas pelas lâmpadas convencionais de baixo consumo.

Optei então por colocar luminárias de encastre fixo, por toda a área de convívio, distribuídas de forma a dar a iluminação necessária a todo o espaço, visto que ainda coloquei candeeiros suspensos em rotim natural entrelaçado à mão sobre a mesa de refeições e área de estar sobre a mesa de centro. Foram feitos cálculos segundo o método dos fluxos para uma melhor distribuição das luminárias.

Para luminária de cabeceira de cama foram selecionados apliques de parede em vidro e madeira de freixo. Para as casas de banho foi escolhido um tipo de luminária *Plafon* com a proteção necessária de eventuais humidades.

No canteiro da entrada serão instaladas faixas LED com proteção contra respingos IP44, pois poderão estar sujeitas a salpicos de água no momento da rega das plantas.

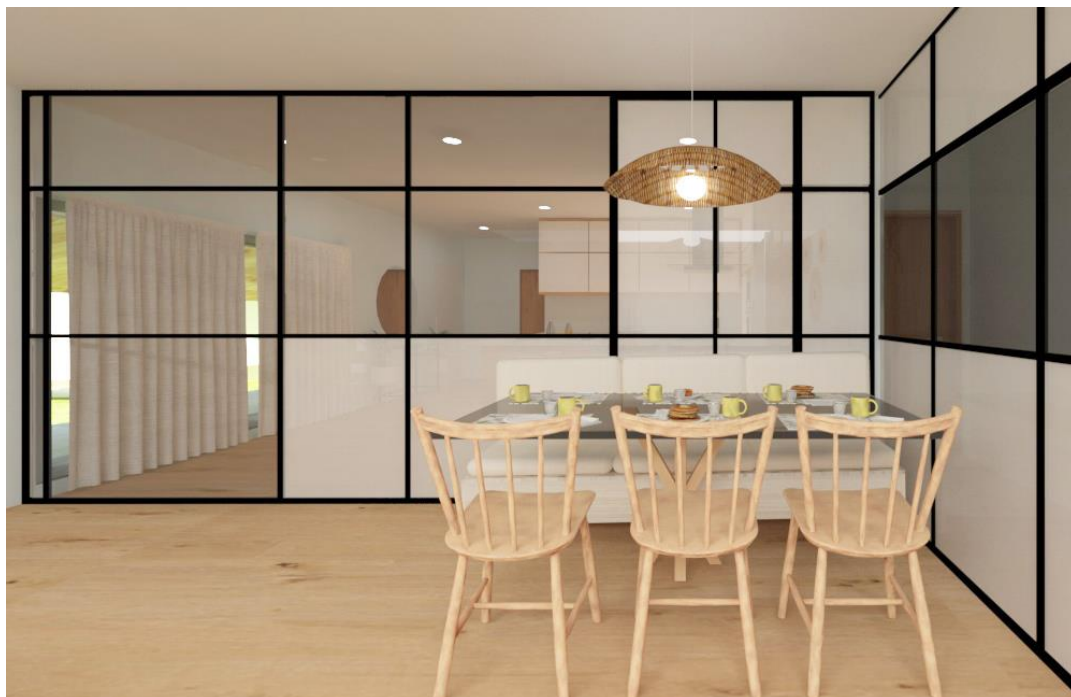
### 3.5. Visualização 3D



**Figura 45** – Render em 3D representativo da área de convívio- Sala de Estar e mesa para refeições. Fonte: Autor



**Figura 46** – Render em 3D representativo da área de convívio- Sala de Estar. Fonte: Autor



**Figura 47** – Render em 3D representativo da área de refeições. Fonte: Autor



**Figura 48** – Render em 3D representativo da cozinha. Fonte: Autor



Figura 49 – Render em 3D representativo da cozinha e hall de entrada posterior. Fonte: Autor

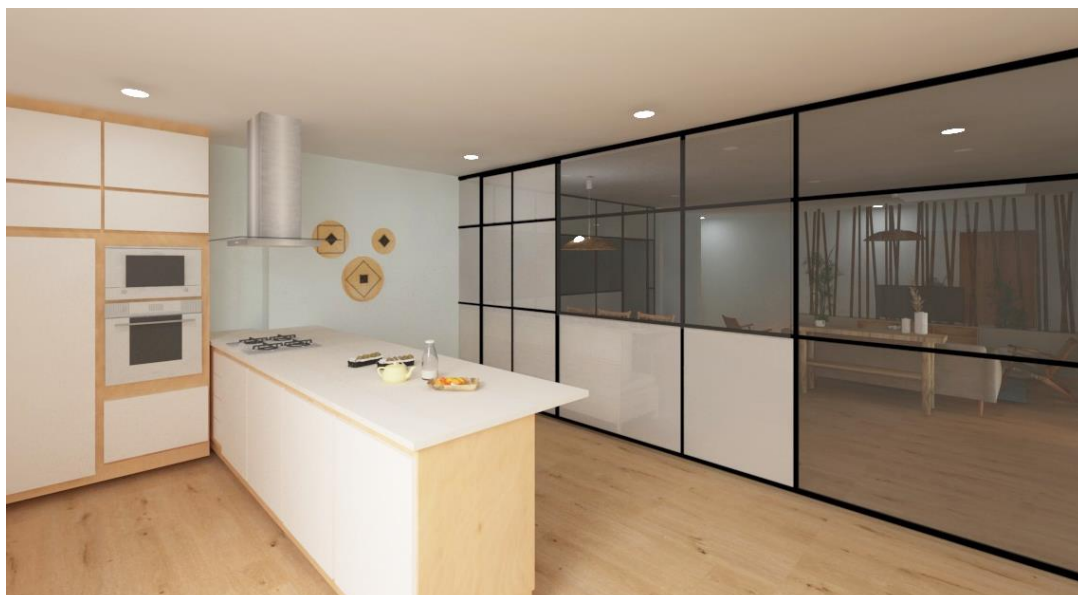
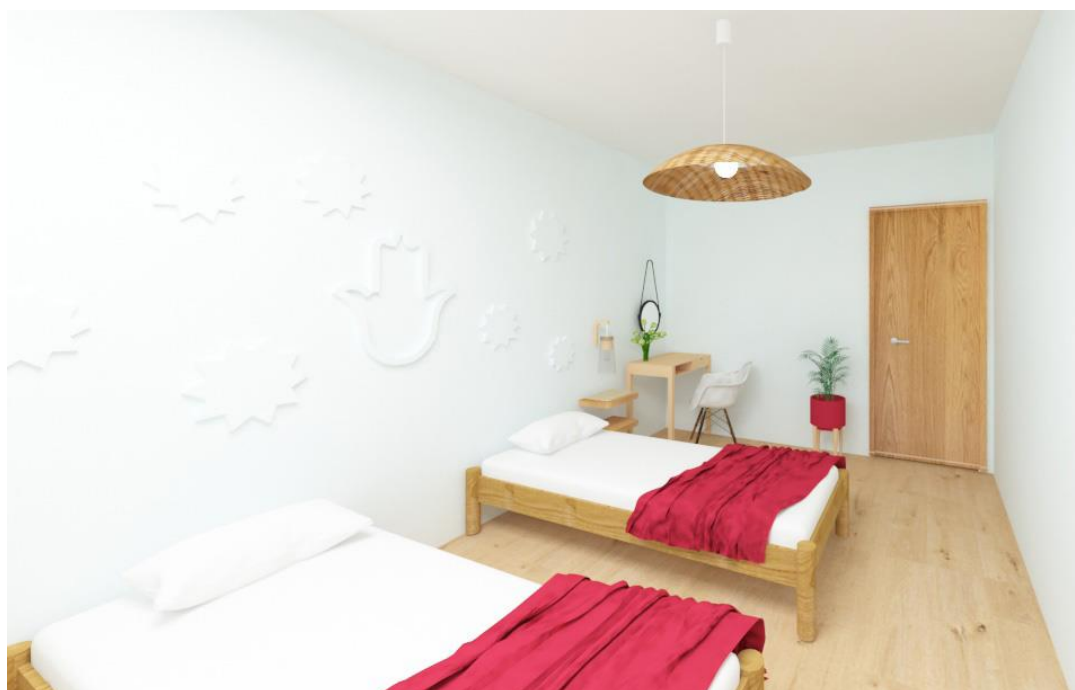


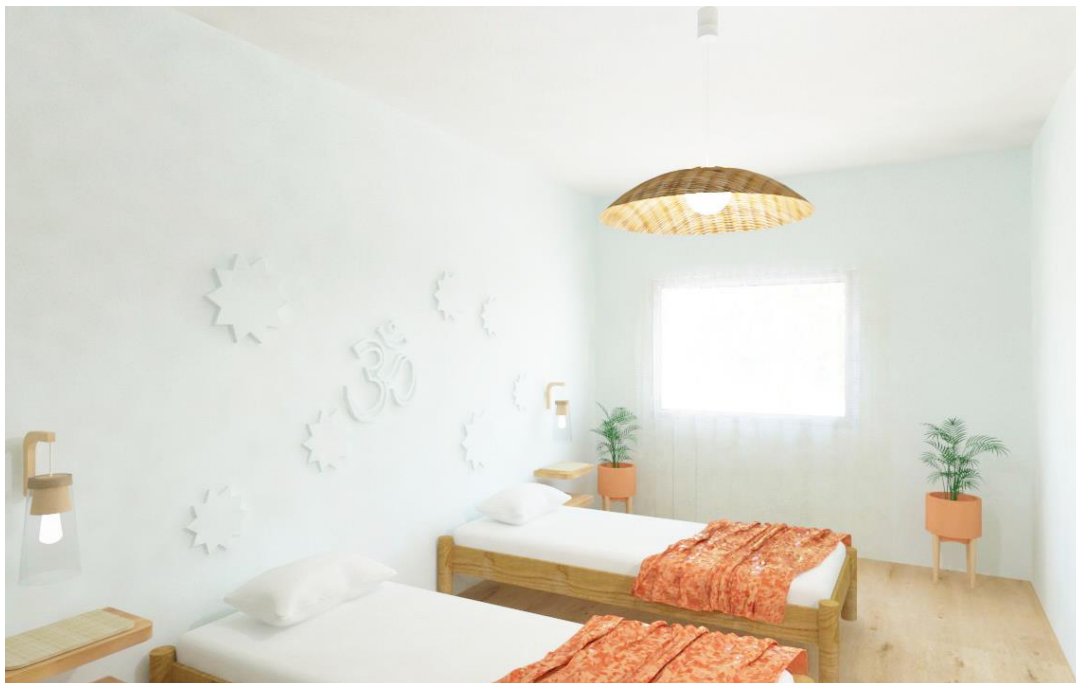
Figura 50 – Render em 3D representativo da cozinha, com painéis de vidro. Fonte: Autor



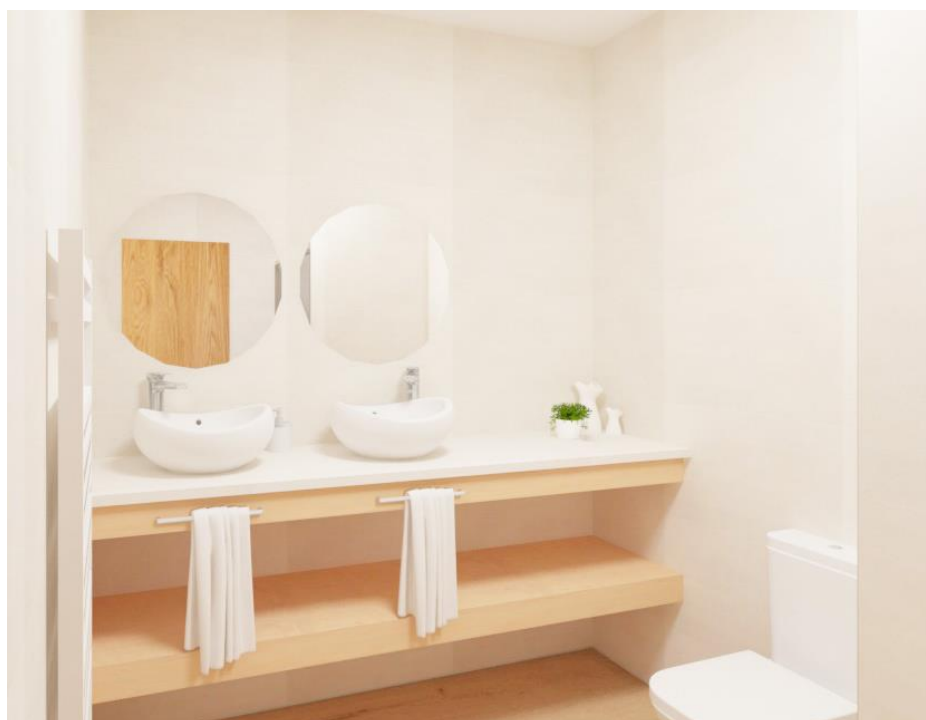
**Figura 51** – Render em 3D do Quarto Flôr de Lótus- Adequado para hóspedes com mobilidade reduzida. Fonte: Autor



**Figura 52** – Render em 3D do Quarto *Hamsa*. Fonte: Autor



**Figura 53** – Render em 3D do Quarto Om. Fonte: Autor



**Figura 54** – Render em 3D representativo da casa de banho modelo.

Fonte: Autor



**Figura 55** – Render em 3D representativo da sala de yoga.

Fonte: Autor



**Figura 56** – Render em 3D representativo da área de lazer exterior.

Fonte: Autor

## Conclusão

Com a realização deste projeto foi possível aplicar e desenvolver todos os conhecimentos que adquiri ao longo destes três anos de licenciatura. No entanto, posso afirmar que foi o mais desafiante de todos os que já realizei. Isso deve-se ao facto de ter tido um cliente real, que me exigiu requisitos difíceis de concretizar, tal como a criação de um alojamento privado para si à parte da restante habitação destinada ao turismo.

Na verdade, escolhi este trabalho mesmo por saber que iria ter um cliente real, e sendo um familiar próximo, saber o que idealiza para a sua casa, e dessa forma esforçar-me para exceder as suas expetativas.

Surgiram também várias dificuldades relativamente à organização espacial da restante habitação, até conseguir alcançar uma proposta que seria a final. Em relação aos desenhos técnicos, foram pormenorizados tanto quanto possível, para que a sua execução real seja possível.

Todas as dificuldades vieram enriquecer os meus conhecimentos sobre a área e contribuir bastante para a minha aprendizagem.

Realizei uma estimativa orçamental, acerca de quanto ficaria todas as alterações estruturais, que implicariam a demolição de paredes e a construção das propostas, a colocação de janelas que substituirão os portões de garagem e ainda a substituição das janelas de vidro fosco para vidro transparente da área de alojamento privado, e ainda o fornecimento e aplicação de todos os materiais de revestimento que serem empregues em toda a habitação.

Concluindo, atendi a todas as necessidades a que o projeto obrigava a nível de legislação e conceito escolhido, tipográfico e estético, e cumpri com todos os objetivos que me comprometi, estando muito satisfeita com o resultado final, pois sei que dei o meu melhor.



## Bibliografia

HELLER, EVA, Psicologia das Cores, Como as cores afetam a emoção e a razão, Editor: Gustavo Gili, Lançamento em maio de 2017

NEUFERT, ERNST. – Arte de Projetar em Arquitetura. 18ª Edição. Editorial Gustavo Gili, SL, Barcelona, 2013. ISBN: 978- 85- 65985-08-6

BROWN, CHRISTINA. - A Bíblia do Yoga. 2ª Edição. Nascente, 07- 2018, ISBN: 9789898873224

MUNARI, BRUNO. – Das Coisas Nascem Coisas. Edições 70, 01-2008, ISBN: 9789724413631

PANERO, JULIUS, ZELNIK, MARTIN. – Dimensionamento humano para espaços interiores. 1ª Edição. Editorial Gustavo Gili, SL, Barcelona, 2002. ISBN: 978- 84- 252- 1835- 4

RGEU - Decreto-Lei nº 38 382, de 7 de agosto de 1951: Aprova o Regulamento Geral das Edificações Urbanas.

## Webgrafia

CELEIRO, Ioga, [Em linha]. (Consult. março 2020). Disponível em:

<https://www.celeiro.pt/cuide-de-si/terapias/ioga>

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE YOGA, História do Yoga, [Em linha]. (Consult. maio 2020). Disponível em: <http://federacaoportuguesayoga.pt/yoga/historia-do-yoga/>

PORTAL HELHEALING (2019), Os Sete Chakras – Conheça seus significados e cores, [Em linha]. (Consult. junho de 2020). Disponível em: <https://portalhealing.com.br/2019/11/06/default/>

CYPE INGENIEROS, Gerador de Preços, [Em linha]. (Consult. junho 2020). Disponível em: <http://www.geradordeprecos.info/>



## 4. Anexos

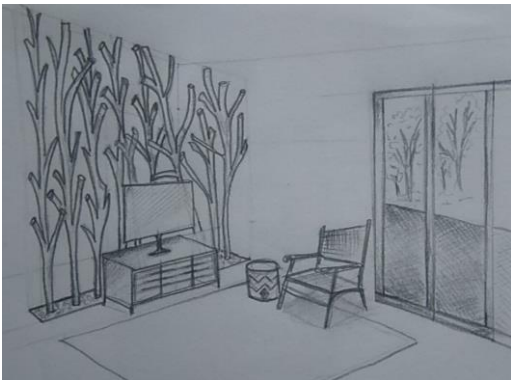
### 4.1. Desenhos processuais



**Figura 57** – Esboço de estudo da cozinha. Fonte: Autor



**Figura 58** – Esboço de estudo da área de refeições com sofá por medida. Fonte: Autor



**Figura 59** – Esboço de estudo de opção para a separação entre a sala de estar e casa de banho social. Fonte: Autor



**Figura 60** – Esboço de estudo do deck para a criação de uma área para a prática de yoga no exterior. Fonte: Autor

## 4.2. Maquetes de estudo



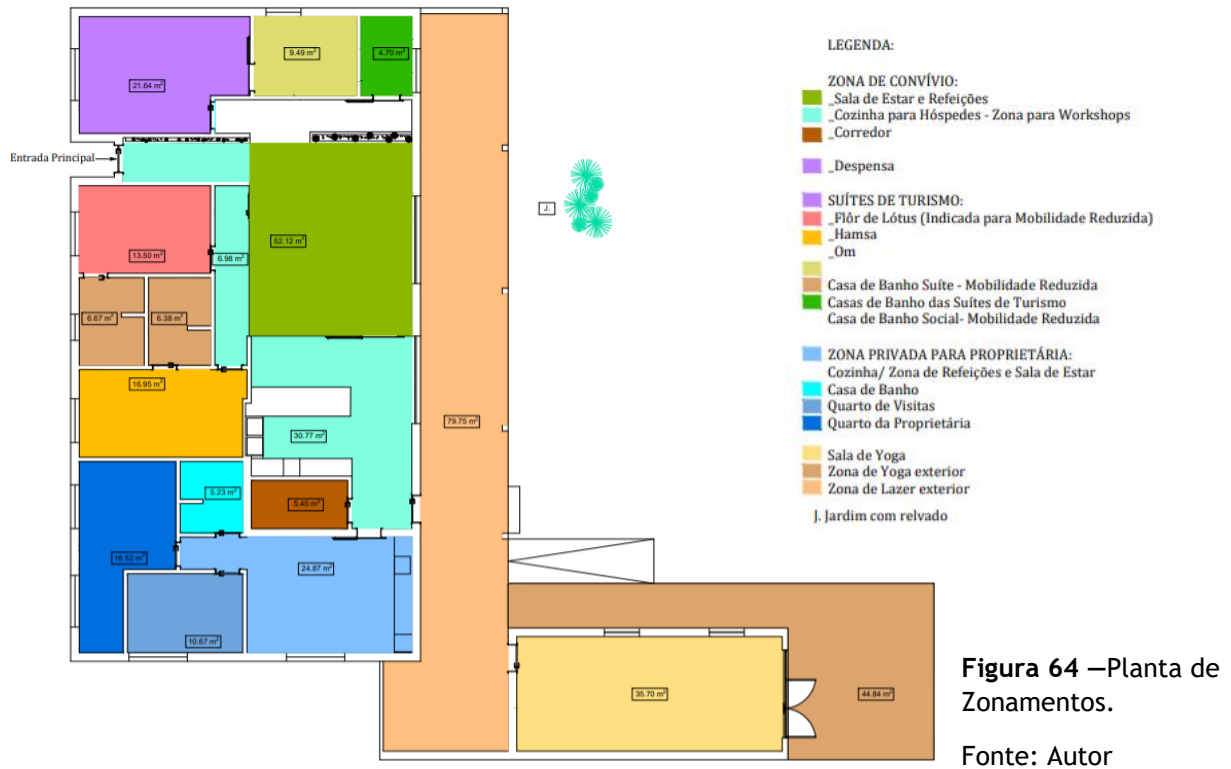
**Figura 61** – Maquete escala 1/50, Materiais: K-line e cartão microcanelado.

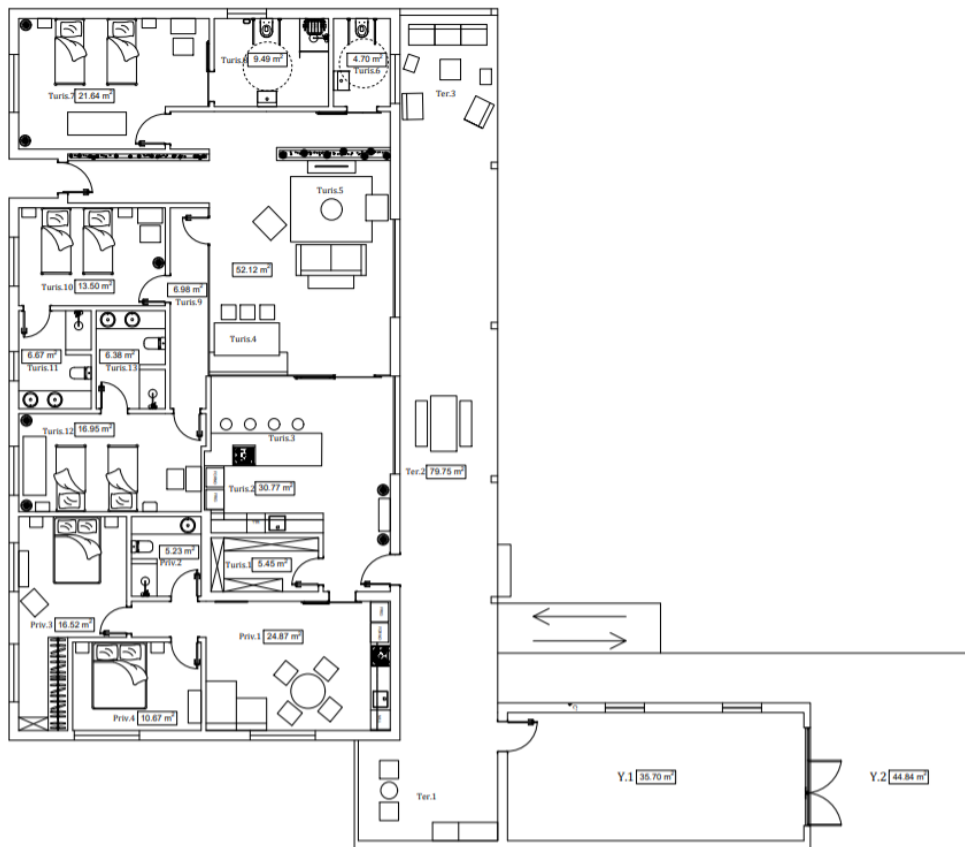
Fonte: Autor



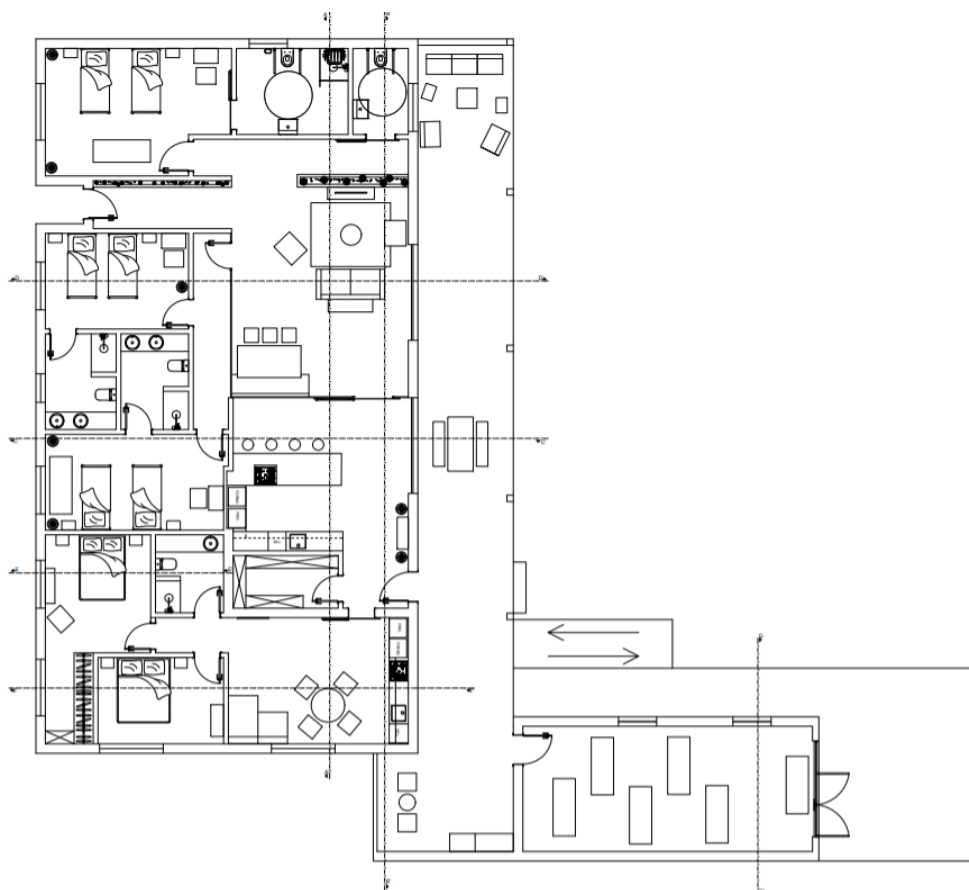
**Figura 62** – Conjunto de imagens (esboços e maquete de estudo, na escala 1/50 em cartão micro-canelado e k-line), para estudar soluções possíveis, acerca da divisória que era necessária para criar separação no decorrer dos workshops de culinária.

### 4.3. Desenhos técnicos





**Figura 65** —Planta de Proposta.  
Legendada  
Fonte: Autor



**Figura 66** —Planta de Equipamentos com representação dos cortes.  
Fonte: Autor

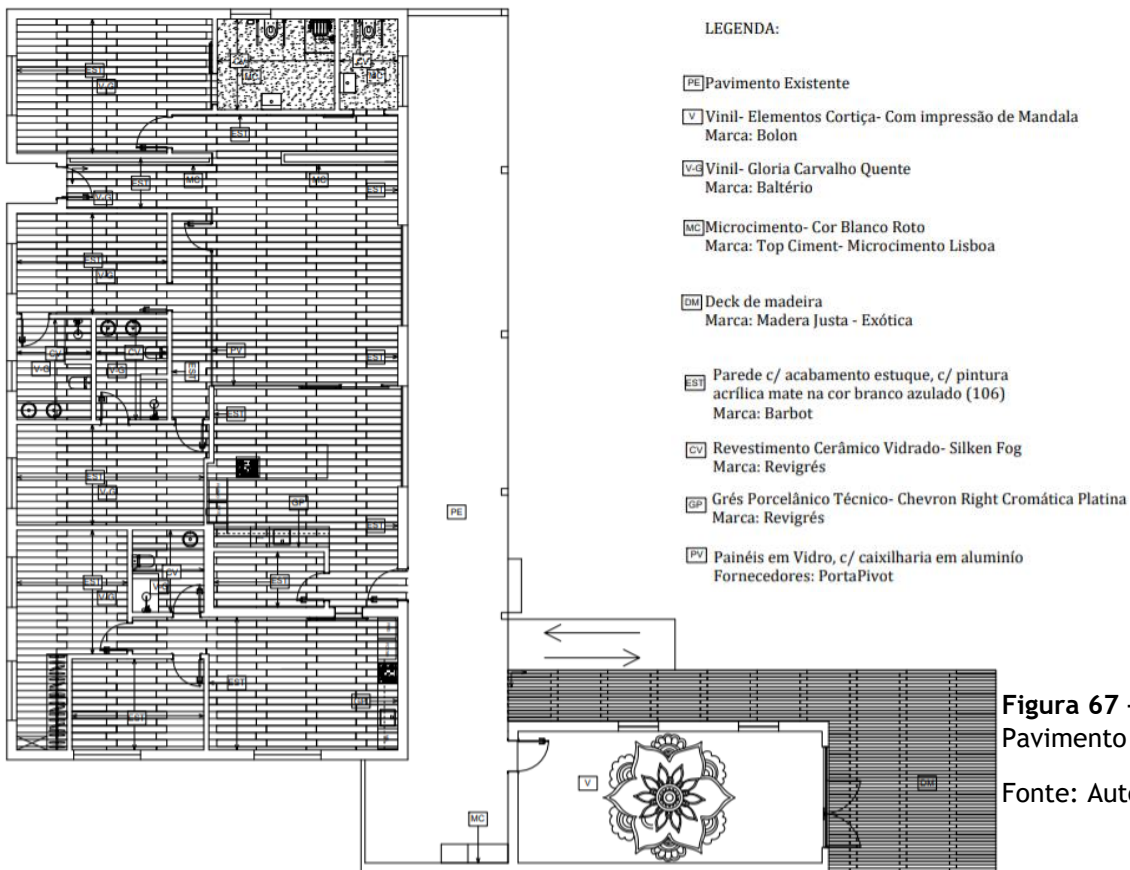


Figura 67 –Planta de Pavimento e Acabamentos.

Fonte: Autor

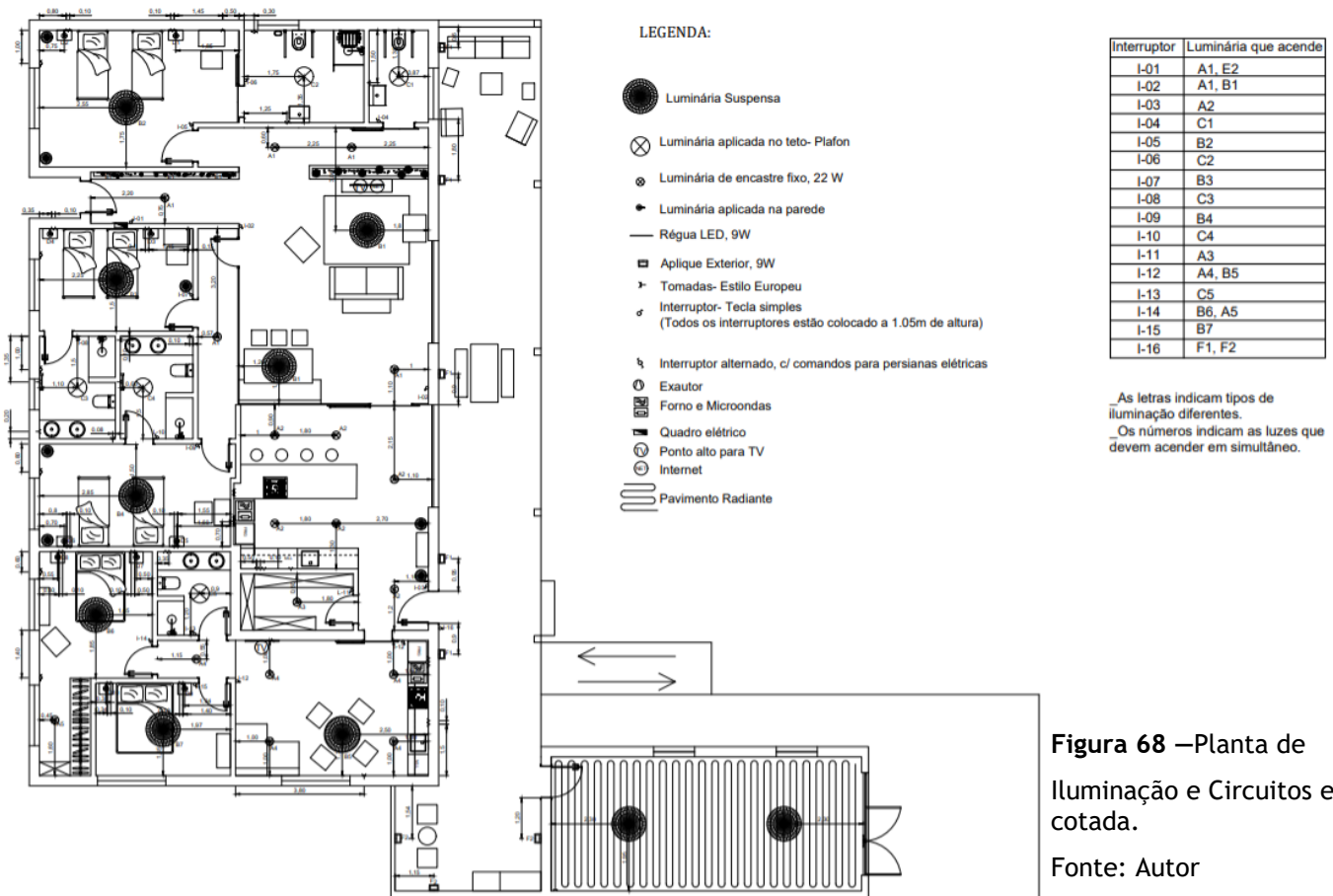


Figura 68 –Planta de Iluminação e Circuitos elétricos cotada.

Fonte: Autor

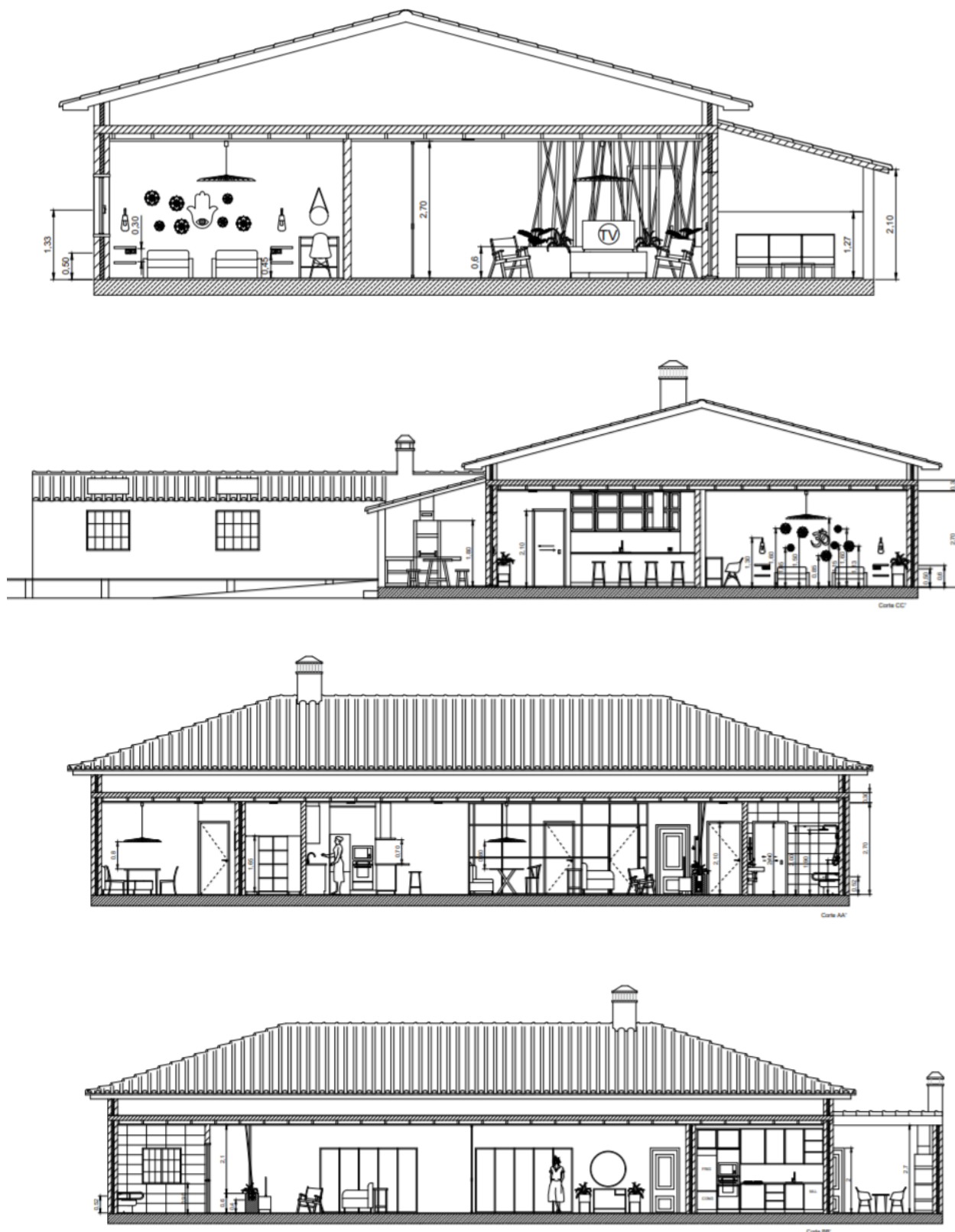


Figura 69 –Representação Corte AA' Fonte: Autor

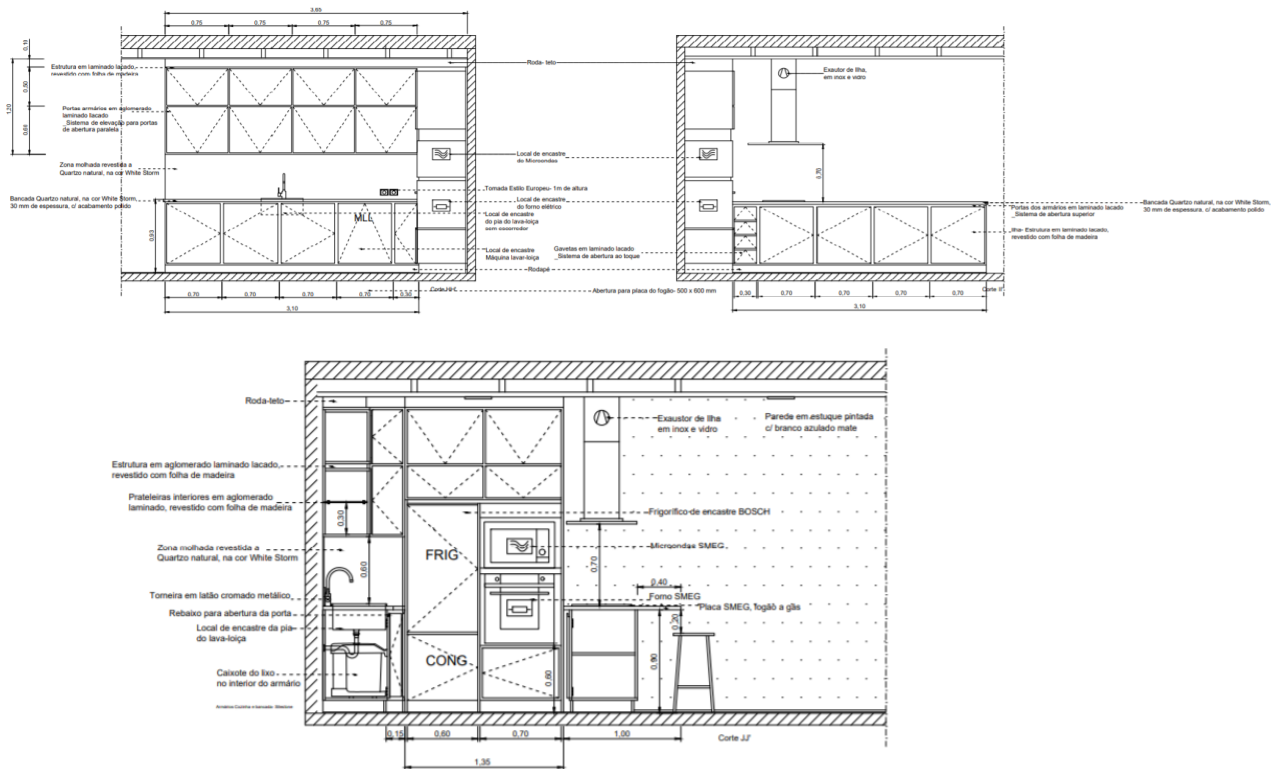
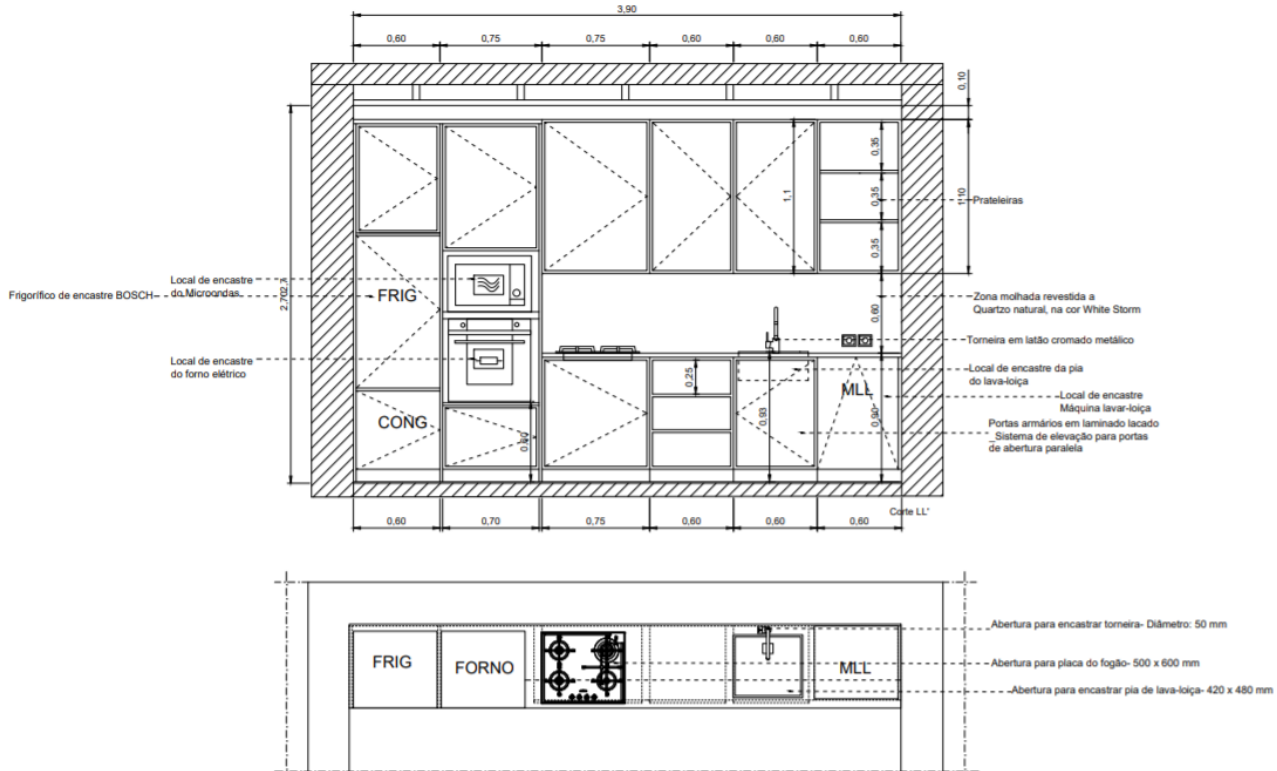


Figura 70—Pormenorização da cozinha destinada ao turismo. Fonte: Autor



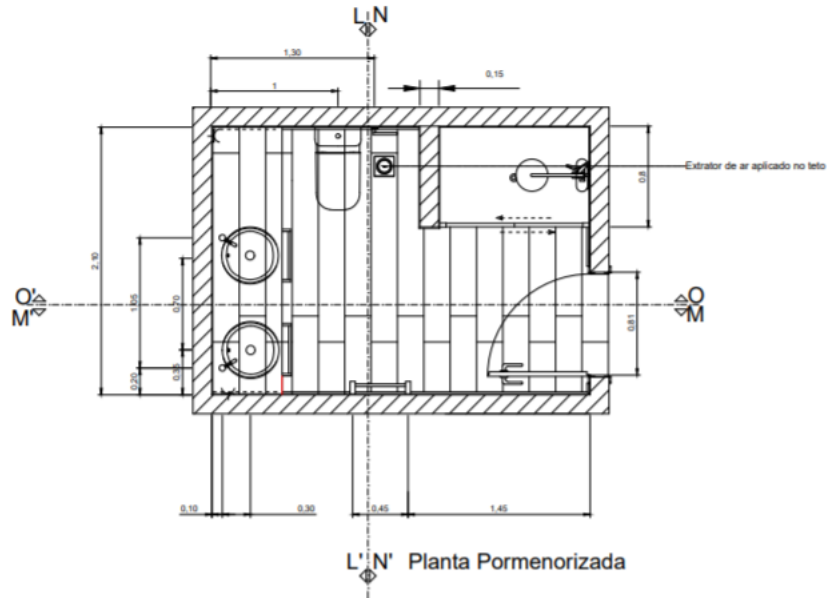


Figura 72 –Planta pormenorizada da casa de banho modelo. Fonte: Autor

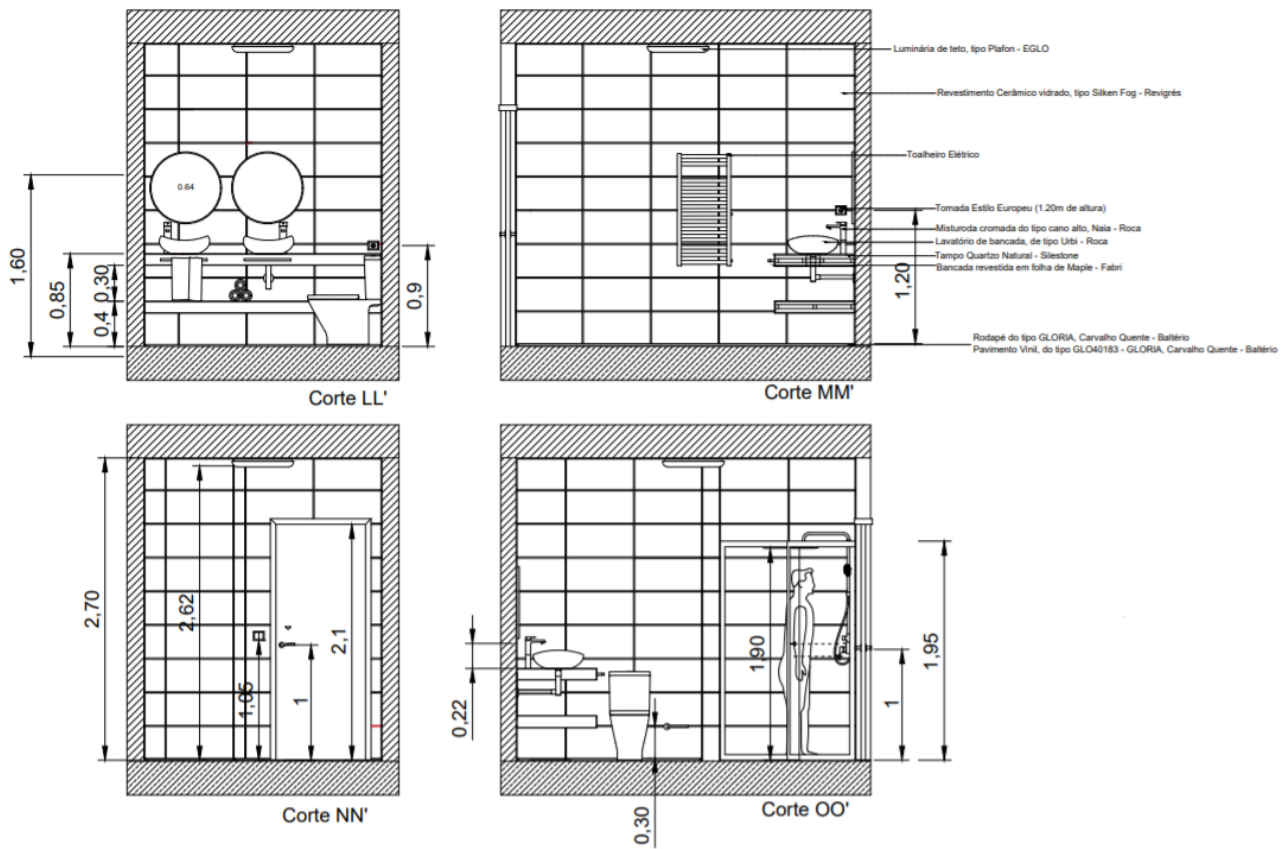
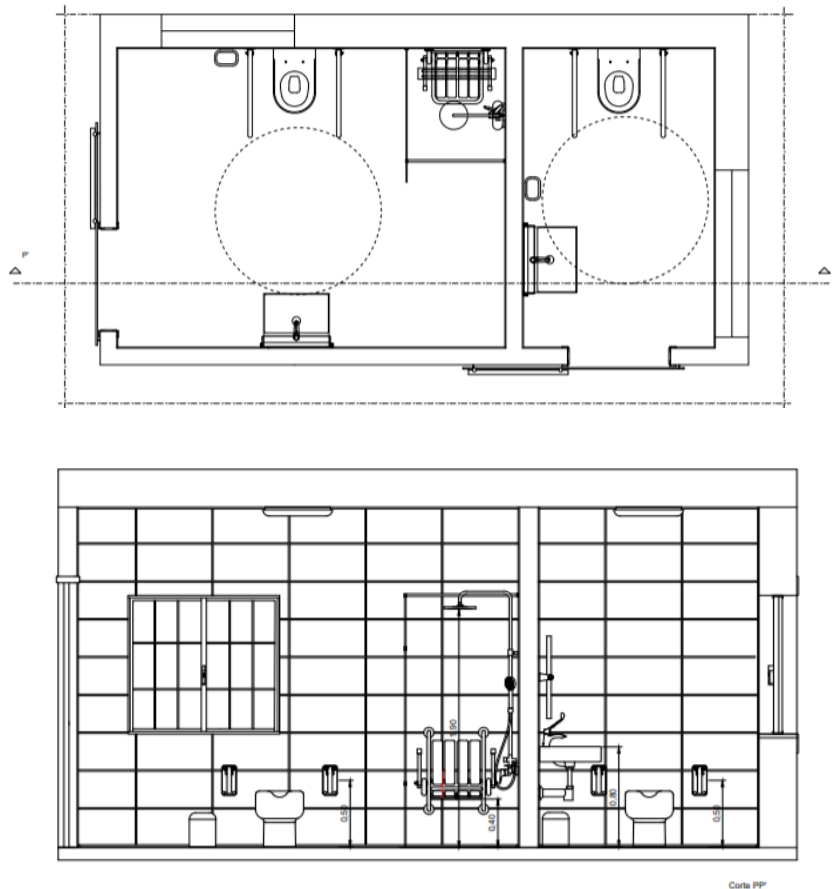
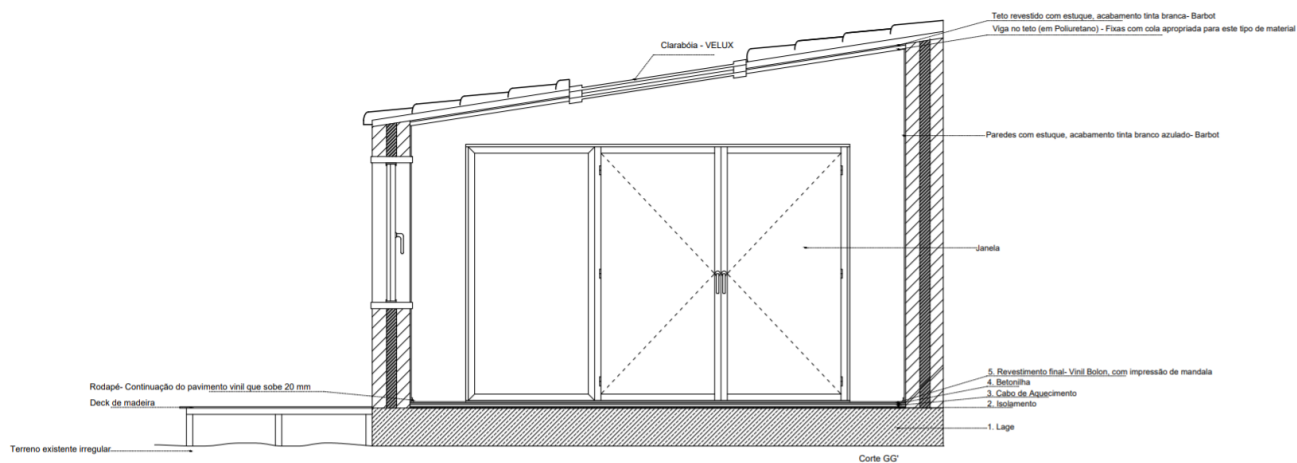


Figura 73 –Cortes pormenorizados da casa de banho modelo. Fonte: Autor



**Figura 74** –Planta e corte pormenorizado das casas de banho de mobilidade reduzida- Casa de banho social à direita e casa de banho da suíte à esquerda.

Fonte: Autor



**Figura 75** –Corte pormenorizado da sala de yoga. Fonte: Autor

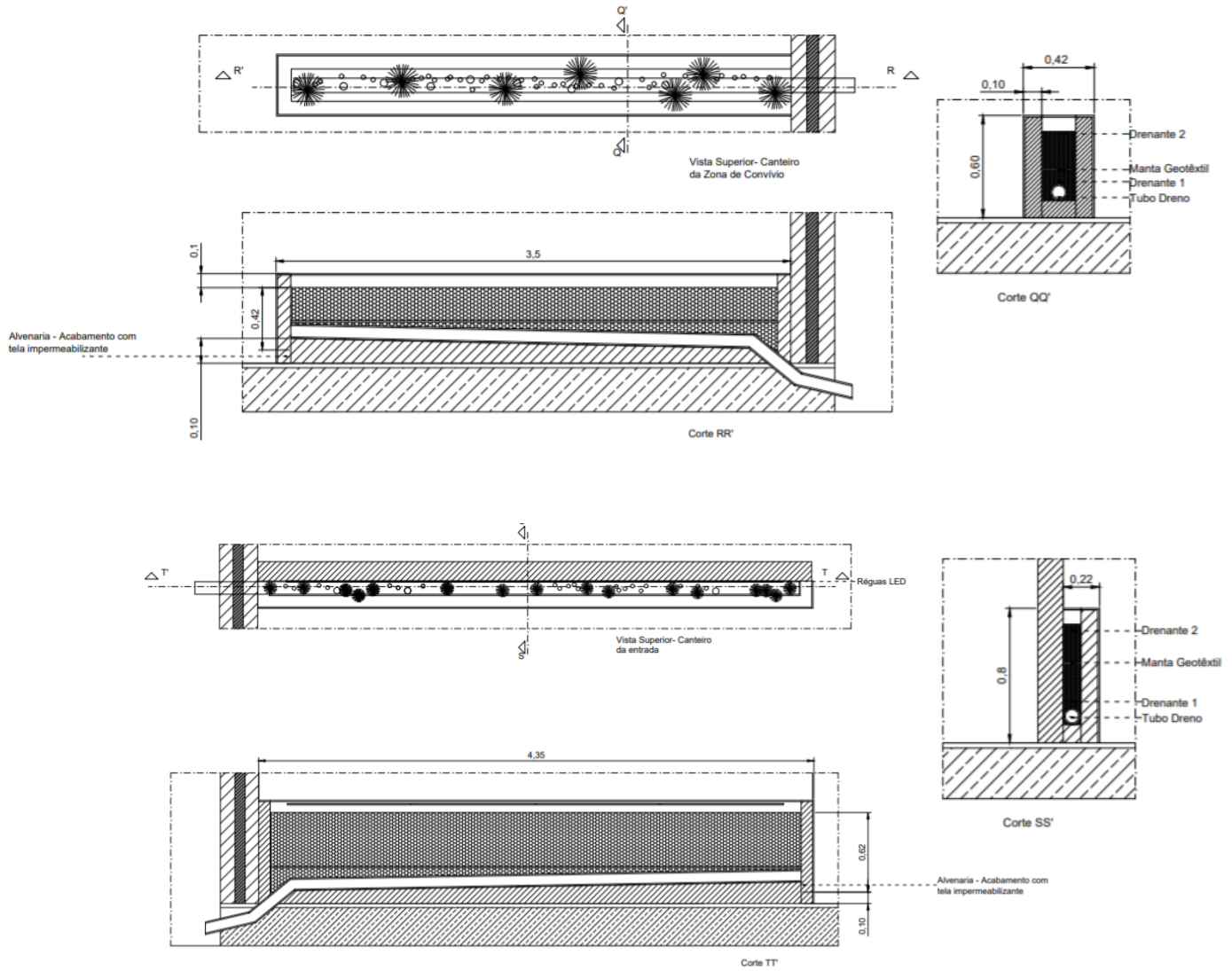


Figura 76 –Pormenorização dos canteiros interiores. Fonte: Autor

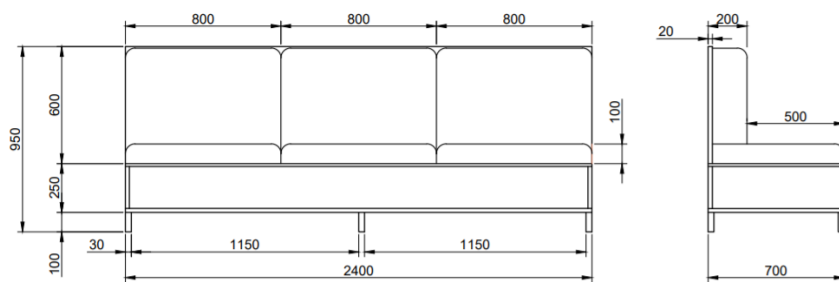


Figura 77 –Desenho técnico do sofá por medida. Fonte: Autor

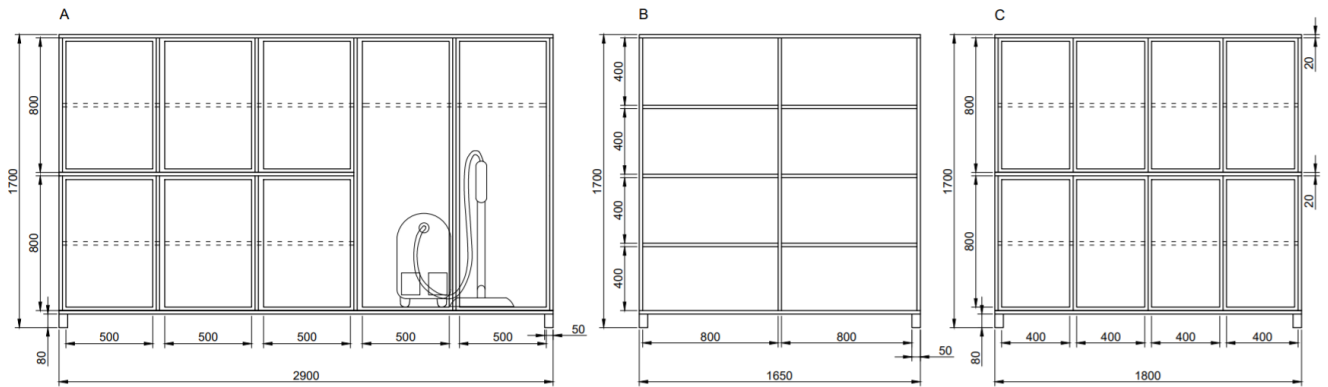


Figura 79 –Desenho técnico do armário para o quarto da proprietária.Fonte: Autor

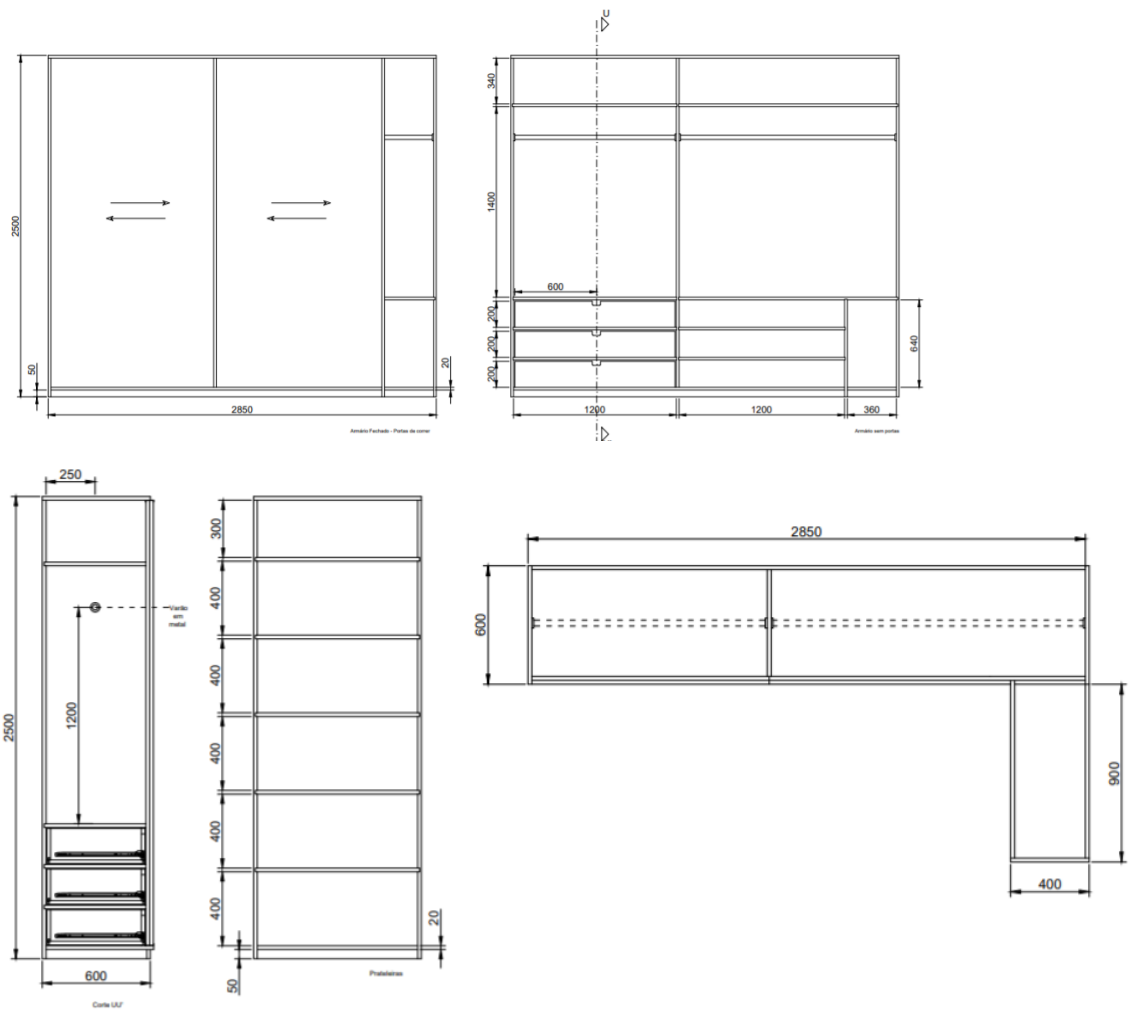


Figura 78 –Desenho técnico dos armários para despensa. Fonte: Autor