

PROGRAMA EDUCATIVO DA MATA DE VILAR



município de
lousada



paisagem
protegida local
**sousa
superior**

01 [p. 4]

ENQUADRAMENTO



02 [p. 6]

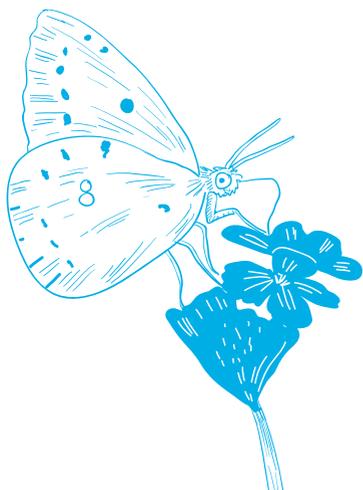
INTRODUÇÃO

Contacto com a natureza – caminho para uma comunidade mais saudável, feliz e ambientalmente mais ativa

A natureza no processo de aprendizagem das crianças e jovens

03 [p. 10]

O PROGRAMA EDUCATIVO DA MATA DE VILAR



04 [p. 14]

PÚBLICO ESCOLAR *

4.1 Ensino pré-escolar

4.2 Ensino básico | 1.º e 2.º ciclos

4.3 Ensino básico | 3.º ciclo. Ensino secundário.

05 [p. 34]

**PÚBLICO
SÉNIOR ***

07 [p. 42]

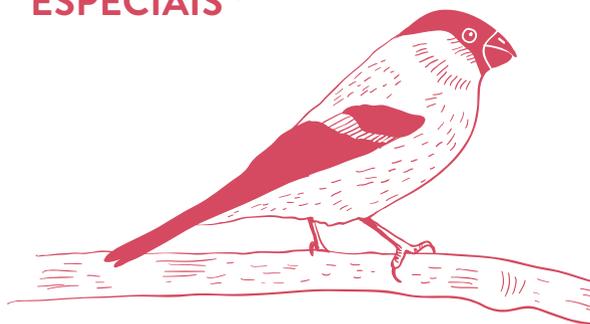
**PÚBLICO GERAL
E FAMÍLIAS ***

09 [p. 52]

**PROGRAMA
REGULAR ****

06 [p. 38]

**PÚBLICO COM
NECESSIDADES
ESPECIAIS ***



08 [p. 50]

**GRUPOS
DE VISITANTES ***

* Disponível por marcação

** Disponibilizado pela autarquia

01

EN



QUA

DRA

MEN



TO



01 Enquadramento

O projeto *Vilar Integra - Requalificação integrada da Mata de Vilar: da fruição turística à sustentabilidade*, promovido pelo Município de Lousada com apoio do Turismo de Portugal, assenta na materialização de um conjunto de intervenções integradas e inovadoras com apoio do Turismo de Portugal, com vista à valorização do património cultural natural da região, ao uso eficiente de um recurso atualmente subvalorizado, à diversificação e complemento qualificado da oferta turística, à sensibilização e informação de diferentes públicos para as matérias da conservação da natureza/sustentabilidade, e à valorização da paisagem social local e do diálogo intergeracional, ao interligar-se a promoção turística com as comunidades locais.

A implementação das ações preconizadas dará uma resposta capaz e integradora ao conjunto de necessidades elencadas, com repercussões na valorização do património natural e cultural, bem como na qualificação da oferta turística da região.

A proposta, mais alargada e transversal, pressupõe a concretização e dinamização de um conjunto de ações imateriais que assentem na criação de um **programa de animação turístico-pedagógica** regular, com atividades mensais abertas ao público, atividades por marcação e a disponibilização de guias turísticos/animadores científicos. Pretende-se ainda a criação de um **programa educativo-pedagógico** inovador, para crianças e jovens em idade escolar que promova o contacto direto com o meio natural, cada vez mais escasso, em simultâneo com a aprendizagem dos conteúdos programáticos. Por fim, está ainda previsto o desenvolvimento de **atividades turísticas** que fomentem a ligação à comunidade local e o diálogo intergeracional, onde serão exploradas as artes e ofícios locais, tradições, biodiversidade emblemática e de elevado valor iconográfico, entre outras.

As ações e o programa propostos neste documento alinham-se com diversas metas da sustentabilidade social e ambiental no turismo, de acordo com a estratégia para o Turismo 2027. Desta forma, irão incidir particularmente nos seguintes pontos: **Turismo todo o ano** e **Satisfação dos residentes**;

Em suma, pretende-se com o Programa Educativo da Mata de Vilar a criação e a materialização de uma visão integrada, que promova a cultura turístico-científica e dissemine as boas práticas em turismo de natureza, cultural e no âmbito da preservação dos recursos naturais, por via dos meios informativos mais tradicionais e da utilização de plataformas digitais informativas.



IN

TRO



02

DU



ÇÃO



Contacto com a Natureza – caminho para uma comunidade mais saudável, feliz e ambientalmente mais ativa

A necessidade de contacto com o meio natural e afiliação natural que o ser humano tem com a natureza são conceitos introduzidos por E.O. Wilson (1984) sob o termo “biofilia”. Vários estudos seguiram essa linha de investigação e provaram que mesmo o mínimo contato com um espaço natural, ainda que através de uma janela, consegue promover o processo de recuperação médica em pacientes internados, melhorar a saúde nos espaços laborais, reduzir a frequência de doenças em ambientes prisionais, reduzir o *stress* e irritabilidade nos adolescentes, melhorar a condição de vida de pacientes com Alzheimer e crianças com autismo, e até reduzir índices de criminalidade, confirmando que a natureza é essencial para o nosso equilíbrio físico e psicológico.



Na ausência desse contacto com o mundo natural, há uma tendência para a diminuição do uso dos sentidos, défice de atenção em adultos, mas essencialmente em crianças, e uma prevalência de doenças físicas e mentais. Richard Louv alerta para estas consequências introduzindo o termo “*Transtorno do Défice de Natureza*” (The Last Child in the Woods, 2005). O mecanismo de atuação da natureza no organismo, apesar de não estar ainda totalmente decifrado e conhecido, parece demonstrar que a presença de espaços verdes (bosques e parques) provoca uma redução da concentração de cortisol (hormona do *stress*) na corrente sanguínea, o que resulta num conjunto de respostas do organismo tendentes para o estado de calma e bem-estar. Para que estes efeitos se revelem, a exposição não precisa de ser intensa nem prolongada. Inúmeros estudos evidenciam que o uso destes espaços verdes em contexto didático tem impactos positivos na capacidade de aprendizagem, atenção e concentração dos alunos, conseguindo produzir efeitos semelhantes aos picos de ritalina (substância química usada para estimular o sistema nervoso e potenciar a atenção), diminuindo os comportamentos agressivos e sinais de *stress* e depressão. Exposições curtas a espaços verdes permitem registar estas alterações, que se fazem sentir em todos os segmentos da população. Contudo, quanto maior e mais frequente for a exposição, maior significado se encontrará nesta relação.

Face a estas evidências, o atual afastamento da sociedade face à natureza pode assumir proporções ainda mais dramáticas quando falamos no tipo de ação que esta pode assumir em relação aos problemas ambientais presentes.

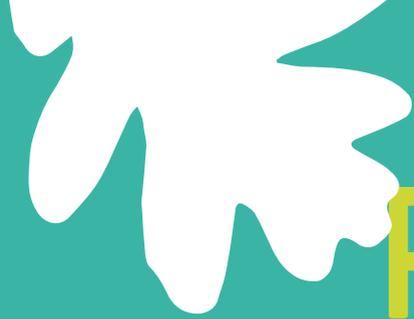




A Natureza no processo de aprendizagem das crianças e jovens

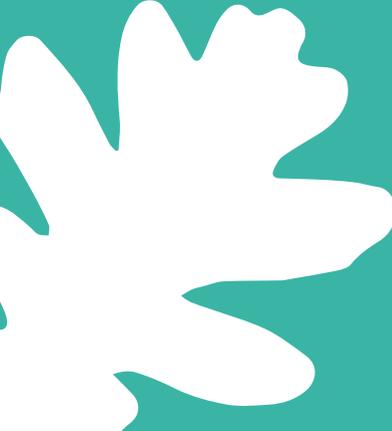
Atualmente, as crianças e jovens têm perdido a sua ligação com o meio natural, particularmente em meios urbanos, conseguindo identificar mais facilmente nomes de personagens de desenhos animados japoneses ou marcas de produtos do que espécies de flora ou fauna da área onde vivem. Esta realidade está certamente associada ao facto de passarem cada vez menos tempo ao ar livre e, quando comparadas com reclusos, constata-se que estes passam duas horas diárias no exterior enquanto as crianças têm menos de uma hora de exposição.

A natureza, além de contribuir para uma melhor condição física e psicológica das crianças e jovens, tem ainda a virtude de constituir um melhor espaço de experimentação, aprendizagem integral, autónoma e estimulante.



O
PRO
GRAMA
EDU
CATIVO
DA
MATA
DE
VILAR

03



03 O programa educativo da Mata de Vilar

A experiência recolhida no âmbito das atividades de educação ambiental realizadas pelo Município de Lousada, ao longo dos últimos anos, bem como uma profusa revisão bibliográfica, permitiram a construção de um Programa Educativo que visa a transversalidade entre faixas etárias e grupos sociais. Este Programa permitirá um importante contacto e (re)conexão com a natureza, bem como a dinamização de atividades que valorizem e promovam este espaço florestal de excelência na região.

Está prevista a integração no Programa de sessões com especialistas de diferentes áreas relacionadas não só com ambiente, ciência e biologia, mas também de outros saberes e práticas, do artesanato local à literatura, artes performativas, entre outras valências.

A realização da maioria das atividades pressupõe um contexto de exterior, em pleno contacto com os diferentes espaços da Mata. Não obstante, sempre que se justifique, as atividades serão realizadas dentro das instalações disponíveis na Mata de Vilar, permitindo usufruir de outro tipo de infraestruturas.

O Programa Educativo da Mata de Vilar está estruturado em **seis componentes**, permitindo dar resposta a diferentes públicos e objetivos. Além de contemplar cinco tipos de públicos com diferentes particularidades, está ainda previsto um programa mensal com calendário fixo.



3.1. Público Escolar



Conjunto de atividades, destinadas aos cinco ciclos de ensino (Ensino Pré-escolar, 1º Ciclo de Ensino Básico, 2º e 3º Ciclos de Ensino Básico e Ensino Secundário), devidamente enquadradas com o respetivo plano curricular. Propõe-se com estas atividades uma abordagem a diferentes áreas curriculares e conteúdos programáticos, aos quais os espaços da Mata de Vilar servirão como recurso pedagógico. As atividades estarão disponíveis para marcação pelos docentes interessados, que terão acesso ao guião de cada atividade/projeto.

3.2. Público Sénior

Conjunto de atividades especialmente dirigidas à comunidade sénior, integrando áreas relacionadas com o lazer, a cultura e a atividade física. As atividades poderão ser adaptadas ao tipo de grupo participante no claro objetivo da promoção de um envelhecimento ativo e saudável, não só individual, mas coletivo, combatendo o isolamento e a solidão, em simultâneo com o contacto com a natureza e todos os benefícios que apresentam para a saúde deste grupo etário. As atividades estarão disponíveis para marcação e as condições de participação serão feitas por consulta.

3.3 Público com necessidades especiais

Conjunto de atividades adequadas às características dos grupos participantes, tendo como objetivo o desenvolvimento de autonomia física, a promoção de atitudes relacionais mais estreitas e a integração na comunidade, em simultâneo com a capacidade de concretização e desenvolvimento físico e intelectual. A expressão corporal, a conceção artística em estreito contacto com a natureza e os recursos naturais serão privilegiadas em todos os momentos da realização das atividades, com um objetivo lúdico-pedagógico. Seguindo as orientações dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS 2030), no que diz respeito à redução das desigualdades, estas atividades visam a integração deste grupo particular de utentes que geralmente estão limitadas à utilização de espaços fechados com ambientes artificializados, que nem sempre possuem a melhor oferta em atividades de estimulação mental e física. Pretende-se que estas atividades passem a integrar a oferta municipal de atividades para Associações, Instituições Públicas de Solidariedade Social (IPSS) que pretendam oferecer aos seus beneficiários um conjunto de atividades lúdico-pedagógico, sensoriais e estimulantes, que combinem o contacto com a natureza, essencial para o bem-estar e a estabilidade emocional, contrariando o fenómeno da institucionalização, que muitas vezes é incentivada e fomentada como último recurso. As atividades estarão disponíveis para marcação e as condições de participação serão feitas por consulta.

3.4 Público geral / Famílias

Conjunto de oficinas/atividades que visam a promoção da ligação afetiva entre as crianças e as suas famílias, e com a natureza. Com estas atividades espera-se que as famílias, e os pais em particular, estejam emocionalmente mais presentes no crescimento das crianças e jovens, respondendo juntos a visões, sons e experiências novas. Da mesma forma, serão promovidas atividades experimentais, de expressão plástica, observação de fauna e flora. Haverá ainda a oportunidade de ouvir e participar em sessões com diversos especialistas de várias áreas relacionadas com ciência, ambiente, história, gastronomia, entre outros. As atividades estarão disponíveis para marcação. Estão previstas atividades gratuitas e atividades com um preço associado, pelo que deverão ser consultadas as condições de acesso e participação.

3.5 Grupos de visitantes

Conjunto de atividades/sessões construídas com o objetivo de promover o património natural do município, em particular da Mata de Vilar, uma floresta de alto valor de conservação, única na região. Com este programa específico, pretende-se complementar a oferta turística da região do Vale do Sousa a todos os que percecionam a natureza como um espaço autêntico, rico de atmosferas singulares, que procuram aventuras especiais ou simplesmente conhecer o território natural de forma estruturada e orientada. Estão previstas atividades gratuitas e atividades com um preço associado, pelo que deverão ser consultadas as condições de acesso e participação.

3.6 Atividades regulares

Conjunto de atividades, oficinas, comunicações e espetáculos construídos para integrar a oferta lúdica do Município, com o objetivo de fidelizar o público a mais um equipamento de educação ambiental, no qual se promove o contacto e a parceria inter e intrainstitucional. Estas atividades estão sujeitas ao agendamento no Calendário da Mata. Estão previstas atividades gratuitas e atividades com um preço associado, pelo que deverão ser consultadas as condições de acesso e participação. O agendamento destas atividades do “Calendário da Mata” está a cargo do Município.

04

PÚ
BLI
CO
ESCO
LAR



4.1 Ensino Pré-escolar



4.1.1 Pequenos caçadores de florestas!

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: O que será que conseguimos encontrar numa floresta? As crianças serão desafiadas a procurar os elementos, quer da caixa mistério, quer da roda das cores da natureza. Esta descoberta e esta “caçada” vão decorrer ao longo de um pequeno percurso na Mata. Ao longo da exploração, as crianças vão sendo desafiadas a falar e a interpretar os elementos que recolheram.

OBJETIVOS: Exploração de diferentes áreas de conteúdo previstas nas orientações curriculares do ensino pré-escolar: Domínio da Educação Artística, pelas artes criativas, e a sua representação simbólica, o seu sentido estético, incentivando o espírito crítico perante diferentes visões do mundo; Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita e à Matemática, usando a linguagem oral para comunicar eficazmente e de modo adequado à situação. Área do Conhecimento do Mundo, enraizado na curiosidade natural da criança, que, por sua vez deve ser encorajada a construir as suas teorias e conhecimento acerca do mundo que a rodeia.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS: Educação Artística, Linguagem Oral, abordagem à Escrita e Matemática e Conhecimento do Mundo.





4.1.2 A aventura do Vilarico, o pequeno ratinho da Mata de Vilar

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Como será que um pequeno ratinho vive numa floresta tão grande? Vilarico é o nome da personagem que dá vida a esta atividade de exploração da Mata de Vilar. Quais os materiais da floresta que poderão ser utilizados para servir de passagens, abrigos, ou até “obstáculos” ao trilho que irá conduzir o pequeno Vilarico até casa? Ao longo do processo construtivo destas micropaisagens, serão introduzidos conceitos relacionados com a biodiversidade, ecologia das espécies e a importância da conservação de habitats.

OBJETIVOS: Exploração de diferentes áreas de conteúdo previstas nas orientações curriculares do ensino pré-escolar: Domínio da Educação Artística, pelas artes visuais, jogo dramático, representação simbólica e o seu sentido estético. Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita e à Matemática, usando a linguagem oral para comunicar eficazmente e de modo adequado à situação. Área do Conhecimento do Mundo, através da brincadeira livre, as crianças interagem e exploram os espaços, objetos e materiais. Compreensão da interdependência entre pessoas, animais e o ambiente que os rodeia. Promoção de valores, atitudes e comportamentos face ao ambiente que conduzirão ao exercício de uma cidadania mais consciente perante os efeitos da atividade humana sobre o património natural, cultural e paisagístico.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS: Áreas científicas/disciplinas exploradas e potenciadas: Educação Artística, Linguagem Oral, abordagem à Escrita e Matemática e Conhecimento do Mundo.



4.1.3. Vilarico, o contador de histórias

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: O Vilarico tem em casa uma grande biblioteca! Repleta de histórias sobre a floresta e outras aventuras! As histórias, lidas em plena natureza, serão acompanhadas por uma viagem imersiva à floresta, no qual são explorados, *in loco*, os conceitos abordados em cada uma das histórias. A bibliografia será disponibilizada aos educadores de infância, que poderão selecionar previamente a história que querem ver abordada. Serão privilegiadas as obras que constam do Plano Nacional de Leitura e Plano Municipal de Leitura para o Pré-escolar, além de outras obras de interesse, que promovam a descoberta do mundo natural.

OBJETIVOS: Exploração de diferentes áreas de conteúdo previstas nas orientações curriculares do ensino pré-escolar: Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita e à Matemática, usando a linguagem oral em contexto, conseguindo comunicar eficazmente de modo adequado à situação (produção e funcionalidade); Área do Conhecimento do Mundo.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS: Linguagem Oral, abordagem à Escrita e Matemática e Conhecimento do Mundo.



4.1.4. Da semente à floresta

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Disponível apenas entre os meses de setembro e janeiro.

DESCRIÇÃO: Como nasce uma floresta e que espécies de árvores e arbustos a constituem? As sementes são uma parte fundamental da propagação e perpetuação de espécies de flora. Nesta atividade será feita uma visita à Mata para descoberta das suas sementes. Posteriormente, as crianças aprenderão a identificá-las e propagá-las consoante a espécie para sementeira no Viveiro Pedagógico.

OBJETIVOS: Exploração de diferentes áreas de conteúdo previstas nas orientações curriculares do ensino pré-escolar: Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita e à Matemática, usando a linguagem oral em contexto, conseguindo comunicar eficazmente de modo adequado à situação (produção e funcionalidade); Área do Conhecimento do Mundo, exploração e interação com diferentes materiais construídos pelo homem e materiais naturais. Introdução à metodologia científica e abordagem às ciências. Fomento de uma atitude científica e investigativa.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS: Educação Artística, Linguagem Oral, abordagem à Escrita e Matemática e Conhecimento do Mundo.



4.2 Ensino Básico | 1.º e 2.º Ciclos



4.2.1. Como será uma floresta?

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Como será uma floresta? Terá árvores todas iguais? Todas verdes? Haverá árvores amarelas, pequenas ou redondas? E os animais? Haverá crocodilos e pinguins na minha floresta? As crianças serão desafiadas a desenhar, escrever ou explorar oralmente o que acham que é uma floresta, ou como é a floresta que eles imaginam. Depois de uma visita aos recantos da Mata de Vilar, as crianças são novamente desafiadas a desenhar, escrever ou falar sobre o que encontraram. Será a floresta imaginada idêntica à da realidade?

OBJETIVOS: Reconhecer manifestações da vida vegetal e animal. Identificar as cores, cheiros da natureza. Relacionar as estações do ano com os característicos estados do tempo. Contacto com diferentes tipos de plantas e mapas ilustrativos da organização de um espaço. Aprender a fazer o levantamento das principais espécies florestais da região. No domínio das artes plásticas, promoção do sentido de escala e de realidade de um espaço através de uma imagem imaginada. Dominar a representação como instrumento de comunicação e registo. Promoção do sentido crítico, criatividade e ligação com a realidade de um espaço/ambiente diferente. Identificar a utilização dos cinco sentidos humanos na comunicação. Dominar a representação como instrumento de registo. Reconhecer que a estrutura está intimamente ligada à forma/função, quer nos objetos e materiais, quer nos seres vivos.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1.º CEB | Estudo do Meio À descoberta do Ambiente Natural; À Descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedade.

1.º CEB: Expressões Físicas, dramáticas e plásticas Percursos na natureza; Jogos de exploração (corpo, voz, espaço e objetos); Linguagem verbal e não-verbal; Descoberta e organização progressiva de superfícies (desenho de expressão livre e pintura).

2.º CEB: Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio.

2.º CEB: Educação tecnológica Desenvolver princípios da comunicação tecnológica; Domínio da comunicação como um processo de organização de factos.



4.2.2. Da semente à floresta

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Disponível apenas entre os meses de setembro e janeiro.

DESCRIÇÃO: Como nasce uma floresta e que espécies de árvores e arbustos a constituem? As sementes são uma parte fundamental da propagação e perpetuação de espécies de flora? Nesta atividade será feita uma visita à Mata para descoberta das suas sementes. Posteriormente as crianças aprenderão a identificá-las e propagá-las, por sementeira, no Viveiro Pedagógico. Dentro deste espaço, as crianças irão ainda conhecer diferentes espécies nativas, florestais e não só, as suas sementes e a biodiversidade.

OBJETIVOS: Reconhecer manifestações da vida vegetal e animal. Identificar as cores, cheiros da natureza. Reconhecer alguns cuidados a ter com as plantas e os animais. Reconhecer manifestações da vida vegetal. Observar e identificar algumas plantas mais comuns existentes no seu ambiente próximo. Reconhecer a diversidade de seres vivos e suas interações com o meio. Identificar diferentes formas de transmissão de vida e reprodução nas plantas. Identificar a importância de determinados componentes do solo e/ou de outros substratos.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1.º CEB | Estudo do Meio | À descoberta do Ambiente Natural À descoberta do Ambiente Natural; À Descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedade.

1.º CEB: Expressões Físicas, dramáticas e plásticas Percursos na natureza; Jogos de exploração (corpo, voz, espaço e objetos); Linguagem verbal e não-verbal; Descoberta e organização progressiva de superfícies (desenho de expressão livre e pintura).

2.º CEB: Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio; Unidade na diversidade de seres vivos; Processos vitais comuns aos seres vivos; Transmissão da vida: reprodução nas plantas.

2.º CEB: Educação tecnológica Desenvolver princípios da comunicação tecnológica; Domínio da comunicação como um processo de organização de factos.





4.2.3. Imprimir a Natureza

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: E se conseguíssemos capturar as cores de cada estação do ano, no papel, na madeira ou em tecido? A técnica japonesa Hapa Zome (pintura com folhas) consegue tingir tecidos ou papel com as cores das flores ou folhas que possam ser recolhidas em cada estação do ano. O resultado é uma mistura artística de cor e perfume! Além do tingimento, serão ainda exploradas e testadas diferentes técnicas de impressão com materiais vegetais.

OBJETIVOS: Promover a exploração dos recursos naturais dos espaços verdes e a sua utilização como forma de expressão artística. Incentivar a pesquisa científica sobre pigmentos naturais presentes nas plantas e suas aplicações na vida moderna. Conhecer os diferentes tipos de material de suporte para a pintura, desde tecido, a papel, madeira, etc e explorar as suas propriedades. Explorar temas como a simetria, a contagem e a orientação. Observar e identificar algumas plantas mais comuns existentes no ambiente próximo. Identificar cores, sons e cheiros da natureza. Identificar quantidades através de diferentes formas de representação (contagens, desenhos, símbolos, escrita de números, estimativa, etc.).

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1º CEB | Estudo do Meio À descoberta do Ambiente Natural; À Descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedade.

1ºCEB | Expressões Físicas, dramáticas e plásticas Perícia e Manipulação; Percursos na natureza; Jogos de exploração (corpo, voz, espaço e objetos); Linguagem verbal e não-verbal; Descoberta e organização progressiva de superfícies (desenho de expressão livre e pintura).

2º CEB | Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio; Diversidade de plantas; Trocas nutricionais entre o organismo e o meio: nas plantas.

2ºCEB | Educação tecnológica Desenvolver princípios da comunicação tecnológica; conhecer a origem e propriedades dos materiais. Reconhecer processos de transformação das principais matérias-primas; distinguir alterações no meio ambiente determinadas pela ação humana.

4.2.4. Vilarico, o contador de histórias

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: O Vilarico tem em casa uma grande biblioteca! Repleta de histórias sobre a floresta e outras aventuras! As histórias, lidas em plena natureza, serão acompanhadas por uma viagem imersiva à floresta, na qual são explorados, *in loco*, os conceitos abordados em cada uma das histórias, relacionando conceitos e temáticas! A bibliografia será disponibilizada aos docentes, que poderão selecionar previamente a história que querem ver abordada. Serão privilegiadas as obras que constam do Plano Nacional de Leitura, além de outras obras de interesse, que promovam a descoberta e sensibilização para a conservação do mundo natural.

OBJETIVOS: Adquirir e desenvolver estratégias de escuta ativa com vista a reter informação essencial. Usar fluentemente a língua, mobilizando diversos recursos verbais e não-verbais. Produzir textos com objetivos críticos, pessoais e criativos. Consolidar os domínios da leitura e da escrita do português como principal veículo da construção crítica do conhecimento. Apreciar criticamente a dimensão estética dos textos literários, portugueses e estrangeiros, e o modo como manifestam experiências e valores. Domínio da oralidade nas componentes da articulação, vocabulário, expressão de ideias e sentimentos. Reconhecer manifestações da vida vegetal e animal. Identificar as cores, cheiros da natureza. Reconhecer a importância da floresta como meio de sustentabilidade económica e salvaguarda ambiental.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1.º CEB | Estudo do Meio À descoberta do Ambiente Natural; À Descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedade.

1.º CEB | Língua Portuguesa Interação discursiva; Compreensão e expressão; Compreensão de texto; Fluência de leitura: velocidade, precisão e prosódia; Audição e leitura (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

2.º CEB | Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio; Diversidade de plantas; Trocas nutricionais entre o organismo e o meio: nas plantas.

2.º CEB | Português Interação discursiva; Interpretação de texto; Leitura e audição (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

4.2.5. O baralho das árvores lendárias

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa.

Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: Vamos conhecer as lendas, histórias e mitos das nossas florestas. Procurar as árvores mais antigas e desvendar os seus segredos. E quando os seus mistérios estiverem ao nosso alcance, iremos criar um jogo de histórias. Um baralho de cartas cheio de segredos, onde as personagens são fantásticas, as suas ações heroicas e as possibilidades infinitas. Numa oficina que estimula o gosto pela biologia e ciências, que valoriza a criatividade e a arte e que incentiva a leitura e a difusão dos contos tradicionais. Um jogo desenhado por todos, para baralhar e criar mais histórias em grupo, a qualquer hora e em qualquer lugar.

OBJETIVOS: Envolvimento das crianças à floresta, aos seus elementos naturais e à arte de contar histórias.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1.º CEB | Estudo do Meio À descoberta do Ambiente Natural; À Descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedad.

1.º CEB | Língua Portuguesa Interação discursiva; Compreensão e expressão; Compreensão de texto; Fluência de leitura: velocidade, precisão e prosódia; Audição e leitura (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

2.º CEB | Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio; Diversidade de plantas; Trocas nutricionais entre o organismo e o meio: nas plantas.

2.º CEB | Português Interação discursiva; Interpretação de texto; Leitura e audição (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

DURAÇÃO: 2h30





4.2.6. Ninhos e abrigos!

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: As aves são seres fantásticos! Voar não está ao alcance de qualquer um! No entanto, as aves têm vindo a sofrer uma grande pressão devido ao desenvolvimento e expansão urbana e das atividades humanas, levando à perda dos habitats e consequente diminuição da disponibilidade de locais de alimentação e nidificação. A construção de um ninho é bastante exigente e diz muito sobre cada espécie. Nesta atividade, pretende-se sensibilizar os alunos para a proteção das aves e da biodiversidade associada, enquanto conhecem os habitantes voadores da Mata, bem como os seus ninhos.

OBJETIVOS: Conhecer os diferentes tipos de nichos ecológicos, habitats e estratégias de criação de abrigos de fauna, interligando a questões da biodiversidade e promoção da mesma. Relacionar as diferentes tipologias de ninhos, principalmente de aves, com todas as áreas temáticas, desde a ecologia, ciências, à matemática, à geografia, até à literatura e artes plásticas. Diversidade de seres vivos e diferentes habitats. Compreender a diversidade de processos reprodutivos dos animais. Identificar alguns fatores do ambiente que condicionam a vida dos animais. Reconhecer as deslocações dos animais. Identificar quantidades através de diferentes formas de representação (contagens, desenhos, símbolos, escrita de números, estimativa, etc.). Recolher dados sobre o modo de vida dos animais. Compreender a importância da proteção da biodiversidade animal e vegetal. Ecossistemas. Compreender a geometria enquanto elemento de organização da forma. Dominar a representação bidimensional.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1ºCEB | Estudo do Meio À descoberta do Ambiente Natural; À Descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedade.

1ºCEB | Expressões Físicas, dramáticas e plásticas Percursos na natureza; Jogos de exploração (corpo, voz, espaço e objetos); Linguagem verbal e não-verbal; Descoberta e organização progressiva de superfícies (desenho de expressão livre e pintura); Modelagem e escultura; exploração de técnicas diversas de expressão.

2ºCEB | Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio; Unidade na diversidade de seres vivos; Processos vitais comuns aos seres vivos; Transmissão da vida: reprodução nos animais; Distinguir alterações no meio ambiente determinadas pela ação humana.

2ºCEB | Educação tecnológica Desenvolver princípios da comunicação tecnológica; Domínio da comunicação como um processo de organização de factos.



4.2.7. A minha aventura na Mata

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Um dado verde gigante e um conjunto de cartões com desafios vão determinar o caminho que cada grupo vai seguir na floresta. Formigas, joaninhas, charcos, bolotas, camuflagem e nuvens! À medida que os desafios vão sendo feitos e as respostas consideradas certas, o dado vai sendo lançado e o número de pintas corresponde ao número de passos (ou saltos!) que terão que ser dados ao longo de uma viagem onde se irão conhecer muitas das espécies e habitats da Mata.

OBJETIVOS: Adquirir e desenvolver estratégias de escuta ativa com vista a reter informação essencial. Usar fluentemente a língua, mobilizando diversos recursos verbais e não-verbais, como por exemplo a motricidade. Reconhecer a diversidade de seres vivos e diferentes habitats. Reconhecer manifestações da vida vegetal e animal. Identificar as cores, cheiros da natureza. Reconhecer a importância da floresta como meio de sustentabilidade económica e salvaguarda ambiental.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1.º CEB | Estudo do Meio À descoberta do Ambiente Natural; À Descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedade; Identificar cores, sons e cheiros da natureza.

1.º CEB | Língua Portuguesa Interação discursiva; Compreensão e expressão; Fluência de leitura: velocidade, precisão e prosódia; Audição e leitura (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

2.º CEB | Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio; Diversidade de plantas; Trocas nutricionais entre o organismo e o meio: nas plantas; A água, o ar, as rochas e o solo – materiais terrestres.

2.º CEB | Português Interação discursiva; Interpretação de texto; Leitura e audição (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

Educação para a cidadania Educação ambiental, solidariedade; Trabalho em equipa.



4.2.8. Dentro e fora de água

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Que segredos esconde a água da Mata? Que animais e plantas dependem do ambiente aquático para viver ou completar o seu ciclo de vida? As crianças serão desafiadas a percorrer parte da linha de água da Mata de Vilar e descobrir muito dos seres vivos que habitam dentro e fora de água! Ao longo da exploração as crianças vão poder observar diferentes formas de vida e iniciar a sua perceção sobre a importância dos ambientes aquáticos para a vida na floresta. Todos os elementos disponíveis serão explorados, desde as plantas aos sons!, aliando a observação e o tato às diferentes áreas científicas.

OBJETIVOS: Exploração pedagógica e científica da biodiversidade existente nos cursos de água e da importância destes habitats, em particular em contexto florestal. Sensibilização e mobilização da comunidade escolar para a preservação dos charcos enquanto laboratórios vivos e repositórios de biodiversidade. Reconhecer a diversidade de seres vivos e diferentes habitats. Reconhecer manifestações da vida vegetal e animal. Identificar as cores, sons e cheiros da natureza. Reconhecer a importância da floresta como meio de sustentabilidade económica e salvaguarda ambiental.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1.º CEB | Estudo do Meio À descoberta do Ambiente Natural; À descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedade; Identificar cores, sons e cheiros da natureza.

1.º CEB | Língua Portuguesa Interação discursiva; Compreensão e expressão; Pesquisa e registo da informação.

2.º CEB | Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio; Diversidade de plantas; Trocas nutricionais entre o organismo e o meio: nas plantas; A água, o ar, as rochas e o solo – materiais terrestres.

2.º CEB | Português Interação discursiva; Interpretação de texto; Leitura e audição (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

Educação para a cidadania Educação ambiental, Solidariedade; Trabalho em equipa.



4.2.9. Visitas orientadas à Mata de Vilar “Natureza e Arte”

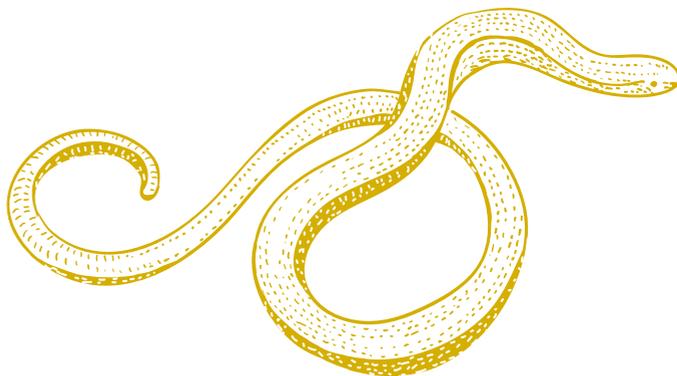
Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Pode incluir atividades complementares, sujeitas a disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: Visitas personalizadas à Mata, espaço reconhecido internacionalmente como uma floresta de alto valor de conservação. O percurso a realizar poderá ser escolhido dentro dos que estão disponíveis, atendendo às especificidades do grupo participante. Serão dados a conhecer os diferentes espaços, as espécies e os locais mais emblemáticos. Com estas visitas, os alunos poderão usufruir da beleza e calma desta floresta, bem como de uma explicação científico-pedagógica sobre a biodiversidade e importância deste espaço na região.

Adicionalmente, poderá ser acrescentada uma visita à Casa Museu de Vilar (Museu da Imagem Animada; www.casamuseudevilar.org), bem como poderão ser realizadas, de forma complementar, mini-oficinas de animação com a duração mínima de 2 horas.*

***Nota:** As visitas à Casa Museu e as mini-oficinas de animação serão dinamizadas pela Casa Museu de Vilar; estão sujeitas a disponibilidade e têm um custo associado (sob consulta).

OBJETIVOS: Promoção do património natural e ecológico, através da sensibilização ambiental para a conservação e proteção das florestas. Promoção do património artístico, cultural e criativo da região, possibilitando também uma imersão na criação artística.



4.3. 3.º Ciclo do Ensino Básico e Secundário



4.3.1. Uma floresta contra as alterações climáticas!

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Porque é que o clima está a mudar? Qual o nosso impacto sobre o clima? Qual pode ser o papel das floretas e das árvores no combate a essa problemática? Será uma floresta um verdadeiro pulmão verde? Com esta atividade pretende-se que os alunos conheçam as árvores e os serviços de ecossistema que elas prestam à comunidade, testando e avaliando diferentes parâmetros, desde a quantidade de carbono acumulado, à importância das copas das árvores e à sua capacidade de absorção de poluentes atmosféricos, a importância da água e de toda a biodiversidade que lhe está associada.

OBJETIVOS: Compreender como as árvores, a vegetação rasteira, o asfalto e outros materiais afetam a temperatura local e global. Introdução a temas como “ilhas de calor” e efeito de estufa. Reconhecer que as ações humanas contribuem para os níveis de gases com efeito de estufa e que esses gases afetam a habitabilidade do nosso planeta e a nossa qualidade de vida. Identificar algumas das medidas possíveis para mitigação das alterações climáticas e qual o papel de cada um nesse processo. Relacionar a saúde individual e comunitária, conceito de qualidade de vida, com a gestão sustentável dos recursos.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

3.º CEB | Ciências da Natureza Terra em transformação; Terra, um planeta com vida; Sustentabilidade – gestão de recursos; Ecossistemas.

Ensino secundário | Biologia Adaptações evolutivas ao meio terrestre em seres com diferentes níveis de organização; os seres vivos (Diversidade, organização, Extinção e Conservação; Transformação e utilização de energia pelos seres vivos; preservar e recuperar o meio ambiente.



4.3.2. Os segredos da madeira! Viva ou morta!

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

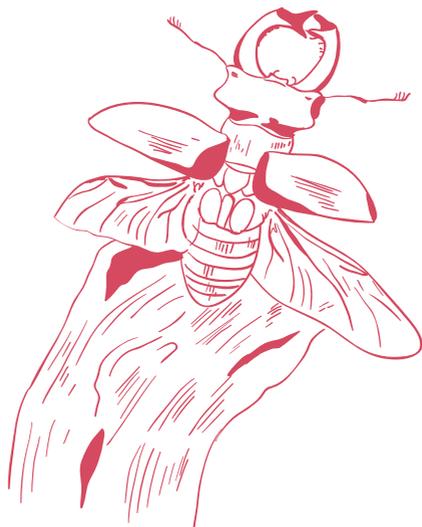
DESCRIÇÃO: As árvores desempenham um papel fundamental no equilíbrio e funcionamento dos ecossistemas, mesmo depois de morrerem! Com esta atividade pretende-se que os alunos contactem com diferentes espécies de árvores em diferentes estados fisiológicos, compreendendo as suas funções e importância ecológica. Os alunos serão desafiados a estudar o impacto ecológico do desaparecimento de árvores mortas ou em fim de vida, não só nas várias comunidades de animais, mas também na qualidade de vida do ser humano.

OBJETIVOS: Interpretar as características dos organismos em função dos ambientes onde vivem. Compreender a diversidade de regimes alimentares dos animais tendo em conta o respetivo habitat. Compreender a importância da proteção da biodiversidade de fauna e flora. Exemplificar ações antrópicas que podem afetar a biodiversidade vegetal. Compreender os níveis de organização biológica dos ecossistemas.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

3º CEB | Ciências da Natureza Terra em transformação; Terra, um planeta com vida; Sustentabilidade – gestão de recursos; Ecossistemas.

Ensino secundário | Biologia Adaptações evolutivas ao meio terrestre em seres com diferentes níveis de organização; Os seres vivos (Diversidade, organização, Extinção e Conservação; Transformação e utilização de energia pelos seres vivos; Preservar e recuperar o meio ambiente.



4.3.3 O baralho das árvores lendárias

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa.

Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: Vamos conhecer as lendas, histórias e mitos das nossas florestas. Procurar as árvores mais antigas e desvendar os seus segredos. E quando os seus mistérios estiverem ao nosso alcance, iremos criar um jogo de histórias. Um baralho de cartas cheio de segredos onde as personagens são fantásticas, as suas ações heroicas e as possibilidades infinitas. Numa oficina que estimula o gosto pela biologia e ciências, que valoriza a criatividade e a arte e que incentiva a leitura e a difusão dos contos tradicionais. Um jogo desenhado por todos, para baralhar e criar mais histórias em grupo, a qualquer hora e em qualquer lugar.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

1º CEB | Estudo do Meio À descoberta do Ambiente Natural; À Descoberta das Inter-relações entre a Natureza e a Sociedade.

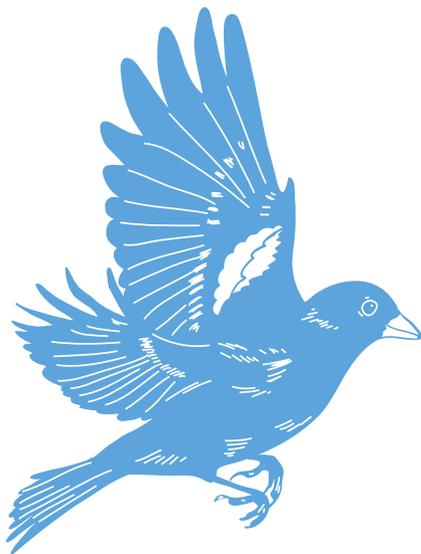
1º CEB | Língua Portuguesa Interação discursiva; Compreensão e expressão; Compreensão de texto; Fluência de leitura: velocidade, precisão e prosódia; Audição e leitura (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

2º CEB | Ciências Naturais Diversidade de seres vivos e suas interações com o meio; Diversidade de plantas; Trocas nutricionais entre o organismo e o meio: nas plantas.

2º CEB | Português Interação discursiva; Interpretação de texto; Leitura e audição (Educação literária); Pesquisa e registo da informação.

DURAÇÃO: 2h30





4.3.4. Da semente à floresta

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Disponível apenas entre os meses de setembro e janeiro.

DESCRIÇÃO: Como nasce uma floresta e que espécies de árvores e arbustos a constituem? As sementes são uma parte fundamental da propagação e perpetuação de espécies de flora. Nesta atividade será feita uma visita à Mata para descoberta das suas sementes. Posteriormente será feita a identificação das sementes recolhidas e a sua propagação, por sementeira, no Viveiro Pedagógico. Dentro deste espaço, os alunos irão ainda conhecer diferentes espécies nativas, florestais e não só, as suas sementes e a biodiversidade.

OBJETIVOS: Reconhecer a diversidade na Biosfera (diversidade, organização, extinção e conservação). Domínio de conceitos como a reprodução assexuada e ciclos de vida. Mecanismos de evolução. Compreender a importância da proteção e conservação de flora.

ÁREAS CIENTÍFICAS/DISCIPLINAS EXPLORADAS E POTENCIADAS:

3º CEB | Ciências da Natureza Terra em transformação; Terra, um planeta com vida; Sustentabilidade – gestão de recursos; Ecossistemas; Ciclos de vida.

Ensino secundário | Biologia Adaptações evolutivas ao meio terrestre em seres com diferentes níveis de organização; os seres vivos (Diversidade, organização, Extinção e Conservação; Transformação e utilização de energia pelos seres vivos; preservar e recuperar o meio ambiente.



4.3.5. Visitas orientadas à Mata de Vilar “Natureza e Arte”

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Pode incluir atividades complementares, sujeitas a disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: Visitas personalizadas à Mata, espaço reconhecido internacionalmente como uma floresta de alto valor de conservação. O percurso a realizar poderá ser escolhido dentro dos que estão disponíveis, atendendo às especificidades do grupo participante. Serão dados a conhecer os diferentes espaços, as espécies e os locais mais emblemáticos. Com estas visitas, os alunos poderão usufruir da beleza e calma desta floresta, bem como de uma explicação científico-pedagógica sobre a biodiversidade e importância deste espaço na região.

Adicionalmente, poderá ser acrescentada uma visita à Casa Museu de Vilar (Museu da Imagem Animada; www.casamuseudevilar.org), bem como poderão ser realizadas, de forma complementar, mini-oficinas de animação com a duração mínima de 2 horas.*

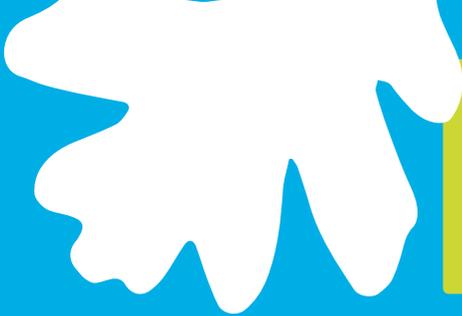
*Nota: As visitas à Casa Museu e as mini-oficinas de animação serão dinamizadas pela Casa Museu de Vilar; estão sujeitas a disponibilidade e têm um custo associado (sob consulta).

OBJETIVOS: Promoção do património natural e ecológico, através da sensibilização ambiental para a conservação e proteção das florestas. Promoção do património artístico, cultural e criativo da região, possibilitando também uma imersão na criação artística.





05



PÚ
BLI
CO
SÉNI
OR



Pretende-se que o conjunto de atividades descritas passe a integrar a oferta municipal de atividades para Associações, Instituições Públicas de Solidariedade Social (IPSS) e movimentos sénior que pretendam oferecer aos seus beneficiários um conjunto de atividades lúdico-pedagógico, sensoriais e estimulantes, que combinem o contacto com a Natureza, essencial para o bem-estar e estabilidade emocional destas populações que geralmente estão limitadas à utilização de espaços fechados com ambientes artificializados, combatendo assim o fenómeno da institucionalização como último recurso para esta faixa etária. Estas atividades poderão estar calendarizadas e sujeitas a inscrições periódicas (mensais ou semanais) ou mediante marcação.



5.1. Da semente à floresta

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: As sementes são uma parte fundamental da propagação e perpetuação de espécies de flora. Nesta atividade haverá um pequeno passeio na Mata de Vilar para conhecer algumas das espécies de flora da Mata de Vilar. Posteriormente, os participantes poderão aprender a processar as diferentes sementes recolhidas, ou conhecê-las melhor no GerموVilar – Banco de Sementes. Pretende-se ainda com esta atividade que os participantes possam envolver-se noutras tarefas de manutenção e monitorização das plantas produzidas, como mondas, transplantes e envasamentos.

OBJETIVOS: Pretende-se dar a conhecer a biodiversidade de espécies nativas florestais (árvores e arbustos), os seus métodos de propagação e importância nos ecossistemas. Promoção do envolvimento com a comunidade, trabalho de equipa, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia.



5.2. Suplemento “N”: “O teatro Natural...mente”

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa.

Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: A exposição a espaços verdes assume diversos impactos positivos na qualidade de vida, estado de saúde físico e mental. Assim, pretende-se com esta atividade que os participantes “consumam” um suplemento diferente no seu dia-a-dia, o suplemento “N” de Natureza! Prevê-se um programa de sessões diversificadas onde se pratique exercício físico adaptado, explore movimentos do corpo e a improvisação. Com a atividade “O Teatro Natural...mente” os participantes poderão observar as diversas espécies da Mata e a sua biodiversidade e através do incentivo e exploração teatral, serão capazes de materializar estas vivências em objetos criativos. Estes objetos poderão traduzir-se em histórias individuais e coletivas a partir de estímulos pertencentes ao lugar, desde elementos da própria natureza envolvente, às histórias pessoais, lendas, cantigas, casos e curiosidades da região.

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física e mental. Promoção da estimulação e reabilitação cognitiva e sensorial num ambiente diferenciador e naturalmente rico em sensações.





5.3. Visitas orientadas à Mata de Vilar

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Pode incluir atividades complementares, sujeitas a disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: Visitas personalizadas à Mata, reconhecida internacionalmente como uma floresta de alto valor de conservação em Lousada. O percurso a realizar poderá ser escolhido dentro dos que estão disponíveis, atendendo às especificidades do grupo participante. Serão dados a conhecer os diferentes espaços, as espécies e os locais mais emblemáticos. Com estas visitas, os participantes poderão usufruir da beleza e calma desta floresta, associando a uma explicação técnica sobre a biodiversidade e importância deste espaço na região.

Adicionalmente, poderá ser acrescentada uma visita à Casa Museu de Vilar (Museu da Imagem Animada; www.casamuseudevilar.org). As visitas à Casa Museu estão sujeitas a disponibilidade e têm um custo associado (sob consulta).

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física e mental. Promoção da estimulação e reabilitação cognitiva e sensorial num ambiente diferenciador e naturalmente rico em sensações.



5.4 “Mata Viva – uma experiência biosensorial”

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa.

Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: É comum nas comunidades indígenas ouvir-se falar de muitos outros sentidos para além dos cinco conhecidos na nossa cultura ocidental. Pelo tão íntimo contacto com a natureza, este conhecimento intuitivo estabeleceu-se como cultural, e como a perfeita ponte entre o ser humano e o mundo natural. Nesta sessão serão explorados meios para despertar o contacto com a vida na Mata, estimulando os sentidos conhecidos, e os desconhecidos, através de sonoridades e ritmos próprios do pulsar do mundo natural.

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física e mental. Estimular os sentidos e um sentido rítmico da natureza.

DURAÇÃO: 1h

06

PÚ

BLICO

COM

NECESSI

DADES

ESPE

CIAIS



06 Público com necessidades especiais

Pretende-se que o conjunto de atividades descritas passe a integrar a oferta municipal de atividades para Associações, Instituições Públicas de Solidariedade Social (IPSS) que pretendam oferecer aos seus beneficiários um conjunto de atividades lúdico pedagógico, sensoriais e estimulantes, que combinem o contacto com a Natureza, essencial para o bem-estar e a estabilidade emocional. Seguindo as orientações dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS 2030), no que diz respeito à redução das desigualdades, estas atividades visam a integração deste grupo particular de utentes que geralmente estão limitadas à utilização de espaços fechados com ambientes artificializados, que nem sempre possuem a melhor oferta em atividades de estimulação mental e física. Desta forma, pretende-se contrariar o fenómeno da institucionalização, que muitas vezes é incentivada e fomentada como último recurso. Estas atividades poderão estar calendarizadas e sujeitas a inscrições periódicas (mensais ou semanais) ou ainda mediante marcação.



6.1. Da semente à floresta

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Disponível apenas entre os meses de setembro e janeiro.

DESCRIÇÃO: As sementes são uma parte fundamental da propagação e perpetuação de espécies de flora, no entanto, pela sua diversidade de formatos e formas permitem a realização de diferentes atividades de estimulação física e mental durante o seu manuseio e sementeira. Nesta atividade será contemplada a recolha de sementes ao longo de um passeio pela Mata. Posteriormente as sementes poderão ser alvo de sementeira e/ou uma atividade lúdico-sensorial como a seleção de sementes por calibre, cor, aroma, formato e/ou espécie.

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física, mental e sentimento de conquista. Desenvolvimento cognitivo e físico no que concerne à motricidade grossa e fina, nível de atenção e foco. Estimulação da oralidade e da escrita, sempre que possível.



6.2 Folhas em exposição

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: As folhas das árvores e arbustos são uma espécie de bilhete de identidade! Além da beleza das suas texturas e cores, são diversas as curiosidades associadas e usos tradicionais. Nesta atividade será contemplada a recolha de folhas ao longo de um passeio pela Mata. Posteriormente os materiais recolhidos serão alvo de uma atividade lúdico-sensorial como a seleção por cor, aroma, formato e/ou espécie. Haverá ainda oportunidade de construir e conceber peças criativas, criadas com todo o material recolhido. Será promovida a sensibilização para a proteção de natureza e das espécies florestais.

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física, mental e sentimento de conquista. Desenvolvimento cognitivo e físico no que concerne à motricidade grossa e fina, nível de atenção e foco. Estimulação da oralidade e da escrita, sempre que possível.



6.3 Quem é quem?

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: As diferentes espécies de fauna e flora apresentam diversas características distintivas, entre a cor, a textura, formato, entre outras. Praticamente todos estes atributos podem ser percecionados através dos sentidos. Assim, com esta atividade pretende-se que os participantes identifiquem algumas das espécies de animais e plantas aquáticas e terrestres que vivem na Mata, através de um jogo de sentidos que irá revelar muitos segredos e curiosidades!

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física, mental e sentimento de conquista. Desenvolvimento cognitivo e físico no que concerne à motricidade grossa e fina, nível de atenção e foco. Estimulação da oralidade e da escrita, sempre que possível.



6.4 “Mata Viva – uma experiência biosensorial”

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa.

Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: É comum nas comunidades indígenas ouvir falar de muitos outros sentidos para além dos cinco conhecidos na nossa cultura ocidental. Pelo tão íntimo contacto com a natureza, este conhecimento intuitivo estabeleceu-se como cultural, e como a perfeita ponte entre o ser humano e o mundo natural. Nesta sessão serão explorados meios para despertar o contacto com a vida na Mata, estimulando os sentidos conhecidos, e os desconhecidos, através de sonoridades e ritmos próprios do pulsar do mundo natural.

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física e mental. Estimular os sentidos e um sentido rítmico da natureza.

DURAÇÃO: 1h



07



PÚ
BLI
CO
GE
RAL

07 Público geral e famílias

7.1 Visita autónoma à Mata de Vilar – utilização da App

Atividade livre, sem necessidade de marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Através da dinâmica e interatividade da utilização de uma aplicação para telemóvel, será possível aceder aos diferentes trilhos disponíveis da Mata de Vilar, encontrar pontos de interesse e conhecer melhor como foi a Mata e como ela é atualmente, quer a nível histórico, quer a nível do património natural. Com esta aplicação será possível passear de forma autónoma, sempre com acesso a toda a informação necessária para a realização de uma visita completa, agradável e aliciante.

OBJETIVOS: Promoção do conhecimento do património natural e histórico da Mata, recorrendo às tecnologias de última geração, permitindo uma visita autónoma, respeitando o tempo e o interesse de cada visitante.



7.2 Visita ao Banco de Sementes “Germo Vilar” – O poder das sementes!

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Uma parte significativa do nosso património botânico está encerrado nas sementes! Estes pequenos organismos conseguem guardar vários segredos e a sua preservação e conhecimento são essenciais para a manutenção das florestas e das áreas agrícolas que hoje conhecemos. Desta forma, com a criação do Banco de Sementes “Germo Vilar” pretende-se dar a conhecer a variedade de sementes das espécies florestais existentes na Mata, bem como de algumas variedades agrícolas locais e regionais, que conservam em si muito do património agrícola e cultural. Com esta atividade, será promovido o conhecimento das diferentes espécies e das suas sementes, morfologias, curiosidade associadas e ainda interesse económico e ecológico.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância conservação e proteção das espécies florestais e agrícolas através das suas sementes.



7.6 Os habitantes da Mata

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Compreender e reconhecer a biodiversidade faunística da Mata, bem como as funções de cada grupo animal no ecossistema. Os animais mais pequenos e quase invisíveis também vão ser procurados e investigados! Pretende-se igualmente com esta atividade proporcionar uma visita privilegiada a este espaço de alto valor ecológico, onde todos os participantes terão oportunidade de conhecer um pouco melhor a vida dos seus verdadeiros habitantes!

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento sobre a biodiversidade de fauna e flora existente na Mata, alertando para a importância de cada um dos seres vivos no equilíbrio dos ecossistemas e em partícula deste espaço.



7.7. Sentir a Mata com as mãos e os pés!

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Do toque ao olfato, é possível sentir a natureza de forma única, se lhe dermos tempo e nos dermos a Ela! As florestas estão repletas de espaços que possuem a capacidade de transmitir diferentes sensações. Com esta atividade pretende-se que os participantes sejam desafiados a sentir diferentes espaços da Mata. Do abraçar as árvores e sentir que diferentes troncos correspondem a diferentes espécies (mas será que as identificam de olhos fechados?) até sentirmos o aroma das flores ou sentir a textura das diferentes sementes. A edição especial desta atividade, durante o verão, é o desafio de caminhar descalço na floresta! Será o solo todo igual? Será que, sentindo-o, conseguimos compreendê-lo melhor?

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas recreativo e de ligação emocional.



7.9 Brinquedos da floresta

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: A floresta consegue ser uma verdadeira montra de estímulos e oportunidades. Com esta atividade, os grupos de visitantes, em particular famílias, após uma visita orientada pela Mata, terão oportunidade de recolher alguns elementos naturais para construção de pequenos brinquedos ou criações artísticas como *shakers*, rocas, espanta espíritos, instrumentos musicais, que ficarão completos com todo o sentimento e emoção que só a natureza sabe dar.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas recreativo e de ligação emocional.





7.10 À mesa fica bem uma floresta portuguesa, com certeza!

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

Disponível apenas entre os meses de outubro e janeiro.

DESCRIÇÃO: Durante muitos séculos, os recursos da floresta serviram de alimentação para os povos. Atualmente esse potencial e conhecimento foi-se perdendo, e com ele uma vasta série de possibilidades, não só de enriquecimento da alimentação do dia-a-dia, bem como uma oportunidade económica de maior rentabilidade para a floresta nativa. Assim, os participantes serão convidados a recolher alguns dos frutos florestais nativos existentes na Mata. Depois, já dentro de portas, irão aprender a transformar e confeccionar algumas iguarias...nativas!

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância da conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas alimentar e económico. Reavivar a memória histórica sobre a utilização dos recursos florestais na alimentação das sociedades europeias.



7.11 Silhuetas, ramos e gomos – o desafio das árvores no inverno

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

Disponível apenas entre os meses de novembro e janeiro.

DESCRIÇÃO: No inverno, as árvores perdem as suas folhas e a sua identificação fica mais difícil. No entanto, há algumas pistas que podemos usar! Desta forma, pretende-se partilhar diferentes técnicas de identificação mais específicas de árvores e arbustos, de folha caduca.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento técnico sobre identificação de espécies de flora, em particular espécies de folha caduca. Promoção e sensibilização para a proteção da biodiversidade local.



7.12 Presépio da floresta

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Disponível apenas no mês de dezembro.

DESCRIÇÃO: O Natal está intimamente ligado à natureza, quer pelas tradições religiosas, quer pelos materiais que servem de decoração das casas nesta época festiva. Após uma visita orientada pela Mata, haverá um pequeno momento de recolha de materiais do solo da floresta para a construção de um pequeno relicário, no qual se construirá um presépio bem florestal! A criatividade é o limite e no final, cada participante e/ou cada família terá em sua casa uma pequena recordação natalícia única!

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância da conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas histórico, patrimonial e artístico.



7.13 Uma floresta de alto valor de conservação

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: A Mata de Vilar é a maior mancha de floresta contínua nativa no município de Lousada. Alberga animais e plantas de grande valor ecológico, que lhe valeram o selo internacional FSC de “Floresta de Alto Valor de Conservação”. Reconhecido como um modelo de gestão sustentável, esta atividade irá permitir a quem visita o Município de Lousada e a região do Vale do Sousa conhecer esta riqueza natural que faz parte do património regional.

OBJETIVOS: Promoção do património natural e ecológico do município com as comunidades visitantes, promovendo e sensibilizando a consciência ambiental para a conservação e proteção das florestas, não só a nível regional, mas com a capacidade de generalizar para todas as áreas naturais do País.



7.14 Geocaching Vilar

Atividade livre, sem necessidade de marcação prévia.

DESCRIÇÃO: Seguindo os pressupostos do *geocaching* serão escondidos em espaços chave na Mata pequenos recipientes/caixas com elementos da própria Mata, bem como da região. É feito o convite aos turistas para que descubram o espaço e as caixas, depositando dentro delas algo pessoal ou que os identifiquem, deixando assim um pouco deles neste espaço de plena fruição ambiental e social.

OBJETIVOS: promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas recreativo, de aventura e de ligação emocional.

7.15 “Dobrar em verde”

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa.

Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: A técnica de “origami” (em japonês, dobrar papel) nasceu no Japão e foi desenvolvida inicialmente por monges budistas que trouxeram o papel para o Japão, por volta do séc.VI. Além da beleza conhecida destes trabalhos intrincados de dobragens de papel, o origami permite a quem o pratica pôr à prova a sua destreza mental e motricidade fina, apresentando assim inúmeros benefícios para o relaxamento e estimulação cognitiva. Com as dobragens estamos a aplicar vários conceitos, desde a matemática, a geometria e a conceção estética e equilíbrio das formas. Pretende-se assim difundir esta prática ancestral, que tantas vezes usa as formas da natureza como inspiração!

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento tradicional e internacional. Promoção de atividades de estimulação mental e sensorial, melhorando a sensação de bem-estar e tranquilidade, em ambiente natural.

7.16 Agulhas na Mata!

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa.

Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: Vários cientistas e psicólogos têm vindo a desenvolver estudos que provam que o tricot e a prática do bordar apresentam efeitos benéficos na saúde e bem-estar dos seus praticantes. Uma aula de bordados com cores da natureza, integrando materiais naturais! Com esta atividade pretende-se não só fomentar este tipo de prática em ambiente natural (sempre que possível as sessões serão ao ar livre), mas igualmente promover a partilha de práticas e saberes tradicionais com a comunidade sénior que queira partilhar a sua experiência. Os motivos e a inspiração serão a floresta e as árvores. Serão recolhidas folhas ou outros materiais da Mata que depois irão passar do papel para o tecido!

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento tradicional, histórias da nossa região. Sensibilização para a importância da manutenção de técnicas manuais e tradições do nosso património histórico e cultural.

DURAÇÃO: 2h

7.17 Uma pata dentro de água e outra fora!

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia.

DESCRIÇÃO: A vida dentro de água é, para muitos, um grande mistério! Principalmente porque os organismos aquáticos são muito discretos, rápidos ou porque estão ativos apenas em determinados períodos do dia, ou mesmo do ano! Adicionalmente, para se observar alguns é preciso equipamento especial... Nesta atividade, os participantes irão conhecer a linha de água da Mata de Vilar, os seus charcos e toda a biodiversidade aquática destes ecossistemas. Nestas manchas de água há toda uma diversidade de vida que vai ser descoberta, à lupa, ao microscópio e não só! Macroinvertebrados, microalgas, flora e anfíbios, há um manancial de vida aquática na Mata!

OBJETIVOS: Promoção do património natural e ecológico, através da sensibilização para a conservação e proteção dos ecossistemas aquáticos.



08



GRU
POS
VISI
TAN
TES

08 Grupos de visitantes



8.1 Visitas guiadas em Língua gestual

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa. Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: A integração de toda a comunidade no usufruto das condições e particularidades da Mata de Vilar é um dos principais objetivos do Programa Educativo. Assim, e contrariando a condição de exclusão deste grupo particular de população de visitas guiadas a diferentes espaços turísticos e espaços museológicos, pretende-se com este tipo de visitas específicas permitir a este grupo da população conhecer a riqueza e a beleza da Mata, não só visual e sensorialmente, mas através de um verdadeiro enquadramento ecológico e técnico ajustado à faixa etária. Esta atividade será acompanhada pelo monitor da Mata, cuja visita será traduzida em simultâneo em LGP (Língua gestual portuguesa).

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física, mental e sentimento de conquista. Sensibilização da comunidade para a importância da conservação dos espaços florestais e da biodiversidade.



8.2 Visitas orientadas à Mata de Vilar

Atividade gratuita, sujeita a marcação prévia. Pode incluir atividades complementares, sujeitas a disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: Visitas personalizadas à Mata, reconhecida internacionalmente como uma floresta de alto valor de conservação e valor ecológico em Lousada. O percurso a realizar poderá ser escolhido dentro dos que estão disponíveis, atendendo às especificidades do grupo participante. Serão dados a conhecer os diferentes espaços, as espécies e os locais mais emblemáticos. Com estas visitas, os participantes poderão usufruir da beleza e calma desta floresta, associando a uma explicação técnica sobre a biodiversidade e importância deste espaço na região.

Adicionalmente, poderá ser acrescentada uma visita à Casa Museu de Vilar (Museu da Imagem Animada; www.casamuseudevilar.org). As visitas à Casa Museu estão sujeitas a disponibilidade e têm um custo associado (sob consulta).

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física e mental. Promoção da estimulação e reabilitação cognitiva e sensorial num ambiente diferenciador e naturalmente rico em sensações.



PRO

09

GRA

MA

REGU



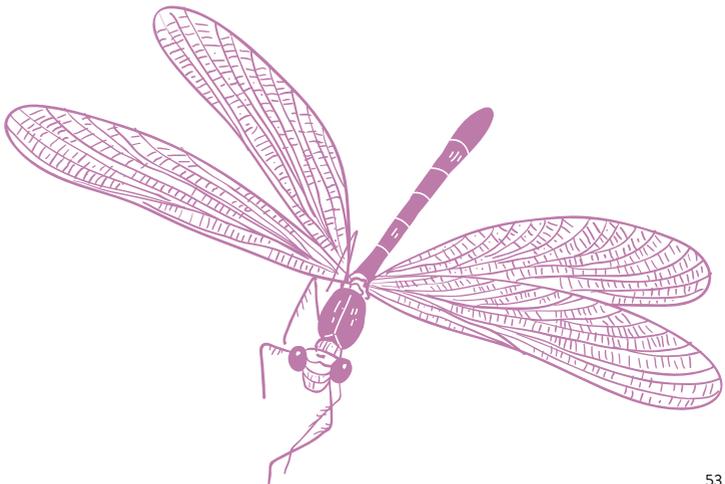
LAR

9.1 As árvores no folclore, mitos e tradições

Atividade com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: A história da Europa antiga está repleta de referências ao respeito e à reverência pelas árvores. As vastas florestas inspiravam o respeito e o temor e por isso foram sendo escolhidas como locais sagrados e adequados para cerimónias e rituais. A tranquilidade, os sons provocados pelo vento e pelos animais, o crescimento das árvores em formatos disformes... foram criando o cenário ideal para a ligação entre os Homens e os espíritos da natureza. Assim, pretende-se explorar e conhecer as personagens e as histórias das tradições e do folclore português e europeu. Serão partilhados contos ou histórias, havendo momentos de conversa, discussão e visitas às árvores existentes na Mata, que tenham sido exploradas nas histórias.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento tradicional, histórias da nossa região. Sensibilização para a importância da conservação e preservação das árvores, florestas e do património histórico.





9.2 Agulhas na Mata!

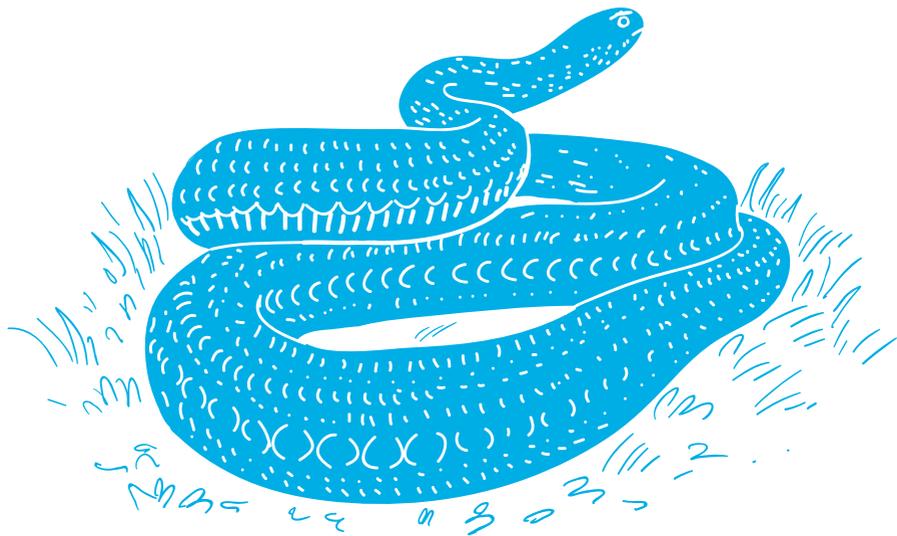
Atividade realizada em parceria com uma entidade externa, com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: Vários cientistas e psicólogos têm vindo a desenvolver estudos que provam que o tricote e a prática do bordar apresentam efeitos benéficos na saúde e bem-estar dos seus praticantes. Uma aula de bordados com cores da natureza, integrando materiais naturais! Com esta atividade pretende-se não só fomentar este tipo de prática em ambiente natural (sempre que possível as sessões serão ao ar livre), mas igualmente promover a partilha de práticas e saberes tradicionais com a comunidade sénior que queira partilhar a sua experiência. Os motivos e a inspiração serão a floresta e as árvores. Serão recolhidas folhas ou outros materiais da Mata que depois irão passar do papel para o tecido!

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento tradicional, histórias da nossa região. Sensibilização para a importância da manutenção de técnicas manuais e tradições do nosso património histórico e cultural.

DURAÇÃO: 2h





9.3 Histórias tecidas

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa, com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: Para os nossos antepassados, as árvores eram seres mágicos... algumas pareciam ser imortais, com a sua folhagem sempre verde, outras, parecendo morrer com a chegada do inverno, voltavam a encher-se de vida aos primeiros sinais da primavera. De cada uma delas contaram-se histórias... que ora exaltavam o seu espírito benevolente, ora alertavam para os seus atos maquiavélicos... que relatavam as suas façanhas em batalha ou a sua ligação aos deuses... que faziam da vontade delas tempos de fome ou de colheitas fartas... que as faziam protetoras dos jovens amantes ou o castigo dos desobedientes... Mas essas histórias, tantas vezes contadas e parte da nossa herança, estão hoje apagadas da memória. Com a ajuda das árvores da Mata, usando teares de improviso, vai tecer-se cada uma dessas histórias... deixando-as guardadas na trama dos teares.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento tradicional, histórias da mitologia tradições associadas às árvores. Sensibilização para a importância da manutenção de técnicas manuais e tradições do nosso património histórico e cultural. Sensibilização para temáticas como a conceção artística com inspiração na natureza.

9.4 Dobrar em verde!

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa, com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: A técnica de “origami” (em japonês, dobrar papel) nasceu no Japão e foi desenvolvida inicialmente por monges budistas, por volta do séc.VI. Além da beleza conhecida destes trabalhos intrincados de dobragens de papel, o origami permite a quem o pratica pôr à prova a sua destreza mental e motricidade fina, apresentando assim inúmeros benefícios para o relaxamento e estimulação cognitiva. Com as dobragens estamos a aplicar vários conceitos, desde a matemática, a geometria e a conceção estética e o equilíbrio das formas. Pretende-se com esta atividade difundir esta prática ancestral, que tantas vezes usa as formas da natureza como inspiração!

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento tradicional e internacional. Promoção de atividades de estimulação mental e sensorial, melhorando a sensação de bem-estar e tranquilidade, em ambiente natural.

9.5 Música da Natureza para bebés e papás

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa, com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: É amplamente reconhecida a importância da música no correto desenvolvimento dos bebés. Da mesma forma é igualmente evidente que o contacto precoce com ambientes naturais fortalece o sistema imunitário, estreita laços afetivos entre pais e filhos, promovendo a sensação de ligação e de bem-estar. Assim, com esta atividade pretende-se aliar da melhor forma a música e a natureza, através de pequenas sessões de música adaptada para bebés entre os 3 e os 12 meses. Num momento de verdadeira comunhão com a floresta, os pais irão partilhar esta experiência única no crescimento dos seus filhos.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância da conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas recreativo e de ligação emocional.



9.6 Yoga na Mata

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa, com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: Que espaço mais idílico para a prática de uma sessão de exercício físico, meditação e introspeção que uma floresta? A tranquilidade, o som das folhas no vento e as aves são a verdadeira banda sonora para uma sessão de yoga na Mata. Praticar Yoga em harmonia com a natureza é a comunhão perfeita. Mover o corpo, respirar ar puro e clarificar a mente. As sessões serão realizadas ao ar livre, devidamente acompanhadas por um profissional desta área. As sessões destinam-se a iniciantes, pelo que, não é necessário ser praticante ou sequer saber (ao certo) o que é o yoga! Em cada sessão serão trabalhadas três vertentes: respiração, postura e relaxamento.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas recreativo e de ligação emocional, num uso múltiplo da mesma.

DURAÇÃO: 1h30



9.7 Caminhar pelos sentidos da Mata

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa, com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: A magia da Mata está à espreita em cada recanto, em cada folhinha e em cada som que escutas! Vamos descobri-la através dos nossos cinco sentidos! Uma história será contada e cantada com as melodias que as fadas e os duendes adoram escutar! Vamos abrir cada sentido ao mundo encantado das árvores, e inventar todos juntos a mais linda história de amor entre os seres humanos e a natureza, com as mãos e os pés e os braços abertos, sentir os aromas, dançar e cantar as cores e a vida deste lugar encantado!

OBJETIVOS: Promoção do envolvimento com a comunidade, sentido de ligação e pertença, em simultâneo com a estimulação da autonomia física, mental e sentimento de conquista. Despertar os sentidos através do contacto com a natureza. Desenvolvimento da criatividade e imaginação. Interpretação teatral da mata.

DURAÇÃO: 2h

9.8 Concertos na Mata

Atividade com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: Iniciativa promovida em parceria com a Associação BioLiving, que visa a promoção de momentos musicais únicos que utilizam diferentes espaços da Mata como verdadeiros palcos para concertos. Sem qualquer tipo de projeção sonora, efeitos de luzes e/ou outros artificialismos, o cenário proporcionado pelas diferentes estações do ano é suficiente para uma experiência marcante de perfeita ligação entre duas formas de arte: Música e Natureza.

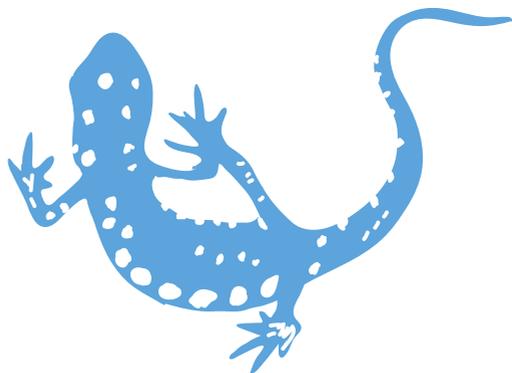
OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas ligação emocional e recreativo.

9.9 Conversas na Mata

Atividade com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: Sessões públicas onde haverá um convidado, técnico, especialista, artesão ou produtor, que irá partilhar com o auditório os seus ofícios, experiências e técnicas. Estas sessões não estão restritas às áreas de ciências ou ambiente, podendo abranger também áreas como as artes, a literatura, a gastronomia, a fotografia, entre outras. Posteriormente, está previsto um momento para discussão e partilha, no qual os participantes poderão colocar dúvidas e questões aos oradores.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade em simultâneo com o fomento do conhecimento tradicional, histórias da nossa região. Sensibilização para a importância da conservação e preservação das árvores, florestas e do património histórico.



9.10 BioLousada

Atividade com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: Integração no Programa Educativo da Mata de Vilar das atividades previstas na agenda municipal do Setor de Conservação da Natureza e Educação Ambiental, cuja realização pode ser pertinente nos espaços da Mata.

OBJETIVOS: Dinamização do programa municipal de ambiente num espaço de alto valor de conservação, com múltiplas valências.

9.11 Teatro na Mata

Atividade realizada em parceria com uma entidade externa.

Sujeita a marcação prévia, disponibilidade e com custo associado (sob consulta).

DESCRIÇÃO: À semelhança dos concertos na Mata, com estas experiências propõe-se trazer até a este espaço florestal a beleza, virtuosidade e elegância do teatro, musical ou não. Pretende-se que a Mata seja novamente um palco único, desta vez utilizando as árvores e a envolvência com cenário para a dramatização de um conto e/ou de um momento de dança dramatizado.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância conservação e proteção das florestas não só pelo seu valor ecológico, mas ligação emocional e recreativo.

9.12 Tudo que se pode ver na noite!

Atividade com vagas limitadas e condições particulares de participação, divulgadas a cada edição.

DESCRIÇÃO: Qualquer floresta ganha uma nova vida quando o sol se põe! Assim, propõem-se visitas à Mata num ambiente de crepúsculo, onde não só será dada a conhecer toda a biodiversidade existente, quer pelos avistamentos, quer usando o sentido da audição para despistar algumas das criaturas noturnas, como também a experiência sensorial de um passeio noturno.

OBJETIVOS: Promoção de momentos de partilha entre a comunidade. Sensibilização para a importância conservação e proteção das florestas.



Localização da Mata de Vilar

Coordenadas GPS: 41,286389, -8,218611

Endereço: EM564 921, Lousada

Para mais informações e reservas de atividades

✉ matadevilar@cm-lousada.pt

☎ T 255 820 500 (Câmara Municipal de Lousada,
Divisão de Ambiente)

Agende as atividades com antecedência, pois o número de visitantes diário será limitado, por forma a compatibilizarmos a visitação com a preservação dos valores naturais.

Horário de funcionamento

3.ª feira a sábado

Encerra ao domingo, 2.ª feira e feriados

Horário de Inverno (15 outubro > 31 março)

9h00 > 17h00

Horário de Verão (1 abril > 14 outubro)

9h00 > 18h00

A última entrada poderá efetuar-se até 30 minutos antes do horário de fecho.

A Mata de Vilar e o respetivo Centro de Interpretação poderão funcionar fora do horário estabelecido, de acordo com os eventos previamente agendados.



Apoio:



paisagem
protegida local
**sousa
superior**

PROJETO VILARINTEGRA
Requalificação integrada da
Mata de Vilar: da fruição
turística à sustentabilidade,
co-financiado pelo Turismo
de Portugal através da Linha
de Apoio à Sustentabilidade.

