



**Programa de Educação e Sensibilização Ambiental de Cascais**

**2013/2014**

*Para professores*



Elevada às Pessoas

# ÍNDICE DETALHADO DAS ATIVIDADES

## Atividades de Apoio Curricular

TEMA	Nº	NOME DA ATIVIDADE	TIPO	DESTINATÁRIOS
cidadania	AC.C1	Missão: Ajudar o Ambiente	TP	Ensino Pré-Escolar
	AC.C2	Boas Práticas Ambientais	TP	1º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.C3	Poluição Ambiental	TP	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
energia	AC.E1	Vamos Poupar Energia	TP	2º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.E2	Atelier de Fornos Solares	P	2º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.E3	Kamishibai	T	3º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.E4	Fiat Lux – Kit de experiências Siemens	P	3º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.E5	APOLO	P	3º ano do 1º ciclo e 5º ano do 2º ciclo do Ensino Básico
	AC.E6	LER – Laboratório de Energias Renováveis	P	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.E7	EletricaMente	P	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.E8	Energy Game	P	4º ano do 1º ciclo e 6º ano do 2º ciclo do Ensino Básico
mar	AC.M1	Boas Práticas na Praia	TP	1º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.M2	Descobrir os Oceanos	TP	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.M3	Combate à Poluição Marítima	TP	2º e 3º ciclos do Ensino Básico
	AC.M4	Oceanos em Mudança	TP	Ensino Secundário
natureza	AC.N1	O Parque vai à Escola	TP	2º e 3º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.N2	Floresta Autóctone	TP	4º ano do 1º ciclo e 3º ciclo do Ensino Básico
	AC.N3	Uma viagem pela grande rota do Atlântico - Cascais	TP	2º e 3º ciclos do Ensino Básico
	AC.N4	Voluntariado Ambiental	T	Ensino Secundário
resíduos	AC.R1	Reciclar é Mudar	TP	3º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	AC.R2	Lixo Urbano	TP	2º ciclo do Ensino Básico
	AC.R3	Resíduos: Prevenir para Preservar	TP	3º ciclo do Ensino Básico
	AC.R4	Valorização dos Resíduos	TP	Ensino Secundário

## Oficinas de Ambiente

TEMA	Nº	NOME DA ATIVIDADE	TIPO	DESTINATÁRIOS
cidadania	OA.C1	Hortas nas Escolas	TP	Ensino Básico e Secundário
energia	OA.E1	Jogo das Energias Renováveis	TP	2º ciclo do Ensino Básico
mar	OA.M1	A viagem da Água	TP	Ensino Pré-Escolar
	OA.M2	Vida de Peixe	TP	1º ciclo do Ensino Básico
	OA.M3	O outro lado do Mar	TP	3º ciclo do Ensino Básico
	OA.M4	Come o Peixe Certo	TP	Ensino Secundário
natureza	OA.N1	A vida secreta das borboletas	P	1º e 2º ciclo do Ensino Básico
	OA.N2	Onde está a minha comida?	P	Pré-escolar e 1º ciclo do Ensino Básico (1º e 2º ano)
	OA.N3	Vem Construir um Herbário	P	2º ciclo do Ensino Básico
resíduos	OA.R1	Compostagem na Escola	P	Ensino Básico e Secundário

## Passeios da Natureza

TEMA	Nº	NOME DA ATIVIDADE	TIPO	DESTINATÁRIOS
mar	PN.M1	Visita à ZIBA	P	5º e 8º ano do Ensino Básico
natureza	PN.N1	Visita à Quinta do Pisão	P	Ensino Básico e Secundário
	PN.N2	Visita à Duna da Cresmina	P	Ensino Básico e Secundário

## Ações de Conservação da Natureza

TEMA	Nº	NOME DA ATIVIDADE	TIPO	DESTINATÁRIOS
natureza	CN.N1	Semana da Floresta Autóctone	P	Ensino Básico e Secundário
	CN.N2	Semana do Ambiente	P	Ensino Básico e Secundário
	CN.N3	Escolas na Floresta	P	1º ciclo do Ensino Básico

## Fichas de Atividades

TEMA	Nº	NOME DA ATIVIDADE	TIPO	DESTINATÁRIOS
energia	FA.E1	Moinho de Vento	P	1º ciclo do Ensino Básico
mar	FA.M1	Construção de uma Estação Meteorológica	P	1º e 2º ciclo do Ensino Básico
	FA.M2	Instrumentos de Navegação	P	2º e 3º ciclos do Ensino Básico
	FA.M3	Perfê de Praia	P	5º e 8º ano do Ensino Básico
	FA.M4	Projeto Coastwatch	P	Ensino Básico e Secundário
natureza	FA.N1	Alimentador para Aves	P	Todos os anos
	FA.N2	Ninho para Aves	p	Todos os anos
	FA.N3	Roteiro das árvores de Cascais	P	Todos os anos
	FA.N4	Abrigo para Morcegos	P	Todos os anos
resíduos	FA.R1	Como construir um compostor	P	Ensino Básico e Secundário
	FA.R2	Velas Recicladadas	P	2º ciclo do Ensino Básico

## Concursos Escolares

TEMA	Nº	NOME DA ATIVIDADE	TIPO	DESTINATÁRIOS
cidadania	CE.C1	UNESCO – Concurso "Terra e Vida"	IE	Ensino Básico e Secundário, das escolas públicas e privadas
	CE.C2	Mérito Ambiental "Cascais onde as escolas elevam o ambiente"	IE	Escolas e professores do Ensino Público
energia	CE.E1	Campeonato Energy Game	IM	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
	CE.E2	Fotografa a tua energia!	IE	Secundário
resíduos	CE.R1	Eco-Natal	IE	Ensino Pré-escolar e 1º ciclo do Ensino Básico

# **Atividades de Apoio Curricular**

## Missão: Ajudar o Ambiente

Ação de sensibilização ambiental para a introdução de conceitos sobre Ambiente e poluição ambiental complementada por uma atividade lúdico-pedagógica sobre boas práticas ambientais.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer e compreender os conceitos de Natureza e Poluição;
- . Compreender as consequências da poluição e a importância do respeito pela Natureza e pelo Meio Ambiente;
- . Aprender “Boas Práticas” ambientais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Pré-Escolar
<b>DURAÇÃO</b>	45 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## Boas Práticas Ambientais

Ação de sensibilização ambiental sobre as principais fontes de poluição e a importância da preservação da Natureza, complementada com um jogo lúdico-pedagógico de consolidação dos conhecimentos.

### PRETENDE-SE

- . Compreender o conceito de Poluição, tipos e causas;
- . Compreender os desequilíbrios causados pela poluição ambiental: esgotamento de recursos, extinção de espécies e destruição do Ambiente;
- . Desenvolver o sentido de responsabilidade e preocupação pela Natureza.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	1º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	45 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	1º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

**Ação de sensibilização que visa consolidar conceitos como “poluição ambiental” e “fontes de poluição”, através da identificação de formas de participação ativa na preservação do Ambiente, complementada com uma atividade lúdico-pedagógica.**

**PRETENDE-SE**

- . Conhecer o conceito de poluição, tipologia, causas, consequências e formas de diminuir o seu efeito;
- . Compreender os desequilíbrios provocados pela atividade humana: extinção de recursos e espécies;
- . Reconhecer a importância das zonas de proteção da natureza para o equilíbrio entre a natureza e a sociedade;
- . Desenvolver o respeito pelo património natural, através da adoção de boas práticas ambientais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	45 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	2º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 1º período

**Ação de sensibilização onde os alunos são alertados para a necessidade de fazerem um consumo racional de energia, complementada com um jogo de perguntas e respostas alusivo à temática da Energia.**

**PRETENDE-SE**

- . Identificar situações de desperdício de energia;
- . Reconhecer e valorizar a importância da poupança de energia;
- . Aplicar boas práticas no consumo de energia;
- . Verificar as posições do sol ao longo do dia;
- . Conhecer os pontos cardeais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	2º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 1º período

## Ateliê de Fornos Solares

Ateliê de reutilização de resíduos para a construção de um forno solar para cachorro quente a partir de uma embalagem.

### PRETENDE-SE

- . Reconhecer a importância do aproveitamento de energias renováveis;
- . Identificar os pontos cardeais;
- . Realizar experiências com materiais de uso corrente;
- . Manusear objetos em situações concretas.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	3º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Kamishibai

Ação de sensibilização sobre energia e eficiência energética, com recurso ao teatro Japonês Kamishibai onde é narrada uma história sobre estes conceitos.

### PRETENDE-SE

- . Compreender o conceito de utilização racional de energia e sua importância;
- . Aplicar boas práticas no consumo de energia;
- . Verificar as posições do sol ao longo do dia;
- . Conhecer os pontos cardeais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórica
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	3º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 a 90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	1º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

## Fiat Lux – Kit de experiências Siemens

Atividade prática para a realização de um conjunto de experiências sobre eletricidade.

### PRETENDE-SE

- . Reconhecer materiais condutores e não condutores;
- . Produzir eletricidade por fricção entre objetos;
- . Realizar experiências simples com pilhas, lâmpadas e fios elétricos;
- . Construir circuitos elétricos simples e complexos;
- . Realizar experiências com materiais de uso corrente.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	3º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	2º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 1º período

## APOLO

Atividade prática de reutilização de materiais para a construção de um carrinho solar.

### PRETENDE-SE

- . Reconhecer a importância do aproveitamento de energias renováveis;
- . Identificar os pontos cardeais;
- . Realizar experiências com materiais de uso corrente.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	3º ano do 1º ciclo e 5º ano do 2º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 a 90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	3º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

**LER – Laboratório de Energias Renováveis**

Atividade prática para a realização de experiências relacionadas com as fontes de energias renováveis e não renováveis, a camada de ozono e o efeito de estufa.

**PRETENDE-SE**

- . Identificar os efeitos da poluição atmosférica;
- . Reconhecer a importância do aproveitamento de energias renováveis;
- . Verificar as posições do sol ao longo do dia;
- . Conhecer os pontos cardeais;
- . Realizar experiências com materiais de uso corrente.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	1º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

**EletricaMente**

Atividade prática onde os alunos realizam uma auditoria à escola, para identificação e registo de todos os equipamentos elétricos existentes e o consumo dos mesmos. No final da auditoria, os alunos terão que elaborar um cartaz de boas práticas ambientais.

**PRETENDE-SE**

- . Identificar situações de desperdício no meio escolar;
- . Reconhecer e valorizar a importância da poupança de energia;
- . Conhecer e aplicar regras de eficiência energética na escola;
- . Elaborar ferramentas de sensibilização para a comunidade escolar.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	120 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	2º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 1º período

## Energy Game

Jogo interativo de cariz lúdico e didático, em PC portátil, com o objetivo de transmitir conhecimentos e inculcar boas práticas na área da sustentabilidade, com especial ênfase no consumo de energia elétrica.

### PRETENDE-SE

- . Sensibilizar a comunidade escolar para a importância da utilização racional de energia.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	4º ano do 1º ciclo e 6º ano do 2º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 a 90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	4º ano: 3º período letivo; 6º ano: durante o ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Boas Práticas na Praia

Ação de sensibilização ambiental sobre os problemas resultantes do abandono dos resíduos na praia e no mar, complementada com uma atividade lúdico-pedagógica.

### PRETENDE-SE

- . Compreender a relação entre terra e mar;
- . Reconhecer os tipos de resíduos que existem na praia e alertar para o perigo que representam para as espécies marinhas;
- . Promover uma mudança de atitudes centrada na prevenção do abandono de resíduos no areal das praias.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	1º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	50 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	2º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 1º período

## Descobrir os Oceanos

Ação de sensibilização ambiental que visa alertar os alunos para os problemas atuais relacionados com o mar, complementada com uma atividade prática.

### PRETENDE-SE

- . Reconhecer e observar fenómenos físicos da água;
- . Compreender o ciclo da água;
- . Entender a ação do mar sobre a costa;
- . Conhecer o fenómeno das marés e ondas;
- . Reconhecer formas de poluição dos cursos de água e oceanos.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	1º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

## Combate à Poluição Marítima

Ação de sensibilização ambiental sobre poluição marítima, abordando as suas causas, efeitos e formas de a combater. Durante a ação serão realizadas demonstrações sobre os efeitos da poluição finalizando com um debate de ideias após a visualização de pequenos vídeos sobre o tema.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer as principais fontes de poluição marítima e suas consequências para a saúde e meio ambiente;
- . Recordar a distribuição da água na natureza;
- . Relacionar a água e as atividades humanas, com as respetivas consequências ambientais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º e 3º ciclos do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## Oceanos em Mudança

Ação de sensibilização sobre as alterações da atmosfera e seus efeitos, como ponto de partida das “Alterações Climáticas”, analisando as consequências ao nível do equilíbrio nos Oceanos. Esta ação é complementada com vídeos e debate de ideias com os alunos.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer as fontes e consequências da poluição atmosférica, e sua relação com fatores climáticos;
- . Inculcar uma atitude crítica sobre a informação existente sobre o tema e fomentar uma atitude positiva face à possibilidade de reverter os efeitos das “alterações climáticas”.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## O Parque vai à Escola

Atividade teórico-prática sobre a importância dos espaços naturais e zonas verdes no concelho de Cascais, com recurso a experiências sensoriais.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer o património natural de Cascais;
- . Contactar com elementos caracterizantes do Parque Natural Sintra-Cascais, nomeadamente texturas, formas e aromas da fauna e flora;
- . Motivar os alunos para a preservação da Natureza.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º e 3º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	2º ano: 1º período letivo 3º ano: 2º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	2º ano: Até final de outubro de 2013 3º ano: Até final do 1º período

## Floresta Autóctone

**Atividade de sensibilização sobre a importância e conservação das florestas autóctones.**

### PRETENDE-SE

- . Sensibilizar a comunidade escolar para a defesa do património florestal e perceção da floresta enquanto riqueza nacional e elemento essencial no equilíbrio ecológico e ambiental;
- . Promover a defesa de todo o património natural do Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC) e de Cascais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	4º ano do 1º ciclo e 3º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	4º ano: 1º Período letivo 3º ciclo: Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	4º ano: até final de outubro de 2013 3º ciclo: até final do 1º período

## Uma viagem pela grande rota do Atlântico - Cascais

**Ação de sensibilização sobre os ecossistemas do litoral de Cascais, espécies de fauna e flora que aqui habitam e medidas a adotar para a sua preservação.**

### PRETENDE-SE

- . Conhecer a diversidade de ambientes e de seres vivos;
- . Compreender as relações entre as características dos organismos e os ambientes onde eles vivem;
- . Compreender e motivar os alunos para a importância da preservação dos sistemas terrestres.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º e 3º ciclos do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## Voluntariado Ambiental

Ação de sensibilização sobre as atividades de voluntariado ambiental dinamizadas em Cascais, inculcando um sentimento de defesa do património natural.

### PRETENDE-SE

- . Sensibilizar a comunidade escolar para a defesa do património natural;
- . Desenvolver o espírito de voluntariado.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórica
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	60 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## Reciclar é Mudar

Ação de sensibilização ambiental sobre a temática dos Resíduos, onde são introduzidos os conceitos da separação de resíduos, reciclagem e política dos 4'Rs, abordando as suas principais vantagens.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer o conceito de resíduos;
- . Analisar criticamente a produção de resíduos nos dias de hoje e respetivas consequências no meio ambiente e na qualidade de vida;
- . Reconhecer a importância da política dos 4 R's e em particular da reciclagem na preservação dos recursos naturais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	3º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	45 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	1º período letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

resíduos  
**Lixo Urbano**

**Ação de sensibilização ambiental sobre gestão de resíduos, alertando para os problemas causados pela sua produção e medidas para a diminuição do consumo de recursos naturais.**

**PRETENDE-SE**

- . Identificar os diferentes tipos de resíduos;
- . Compreender as regras da separação e o percurso dos resíduos, desde a produção até ao seu destino final;
- . Compreender as vantagens da reciclagem e seus efeitos no Ambiente e na qualidade de vida;
- . Promover uma mudança de atitudes centrada na prevenção e na redução de resíduos.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

resíduos  
**Resíduos: Prevenir para Preservar**

**Ação de sensibilização ambiental sobre resíduos, alertando para a prevenção da sua produção e a adoção de uma correta gestão dos mesmos, visando a sustentabilidade dos recursos.**

**PRETENDE-SE**

- . Identificar os diferentes tipos de resíduos e o seu percurso, desde a produção até ao destino final;
- . Conhecer o conceito de desenvolvimento sustentável;
- . Compreender as problemáticas ambientais consequentes da produção de resíduos e sua associação ao aquecimento global;
- . Conhecer as formas de valorização dos resíduos;
- . Promover uma mudança de atitudes.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	3º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	60 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## Valorização dos Resíduos

**Ação de sensibilização sobre os impactes ambientais causados pela produção excessiva de resíduos, enunciando os diferentes processos para a sua valorização rumo ao desenvolvimento sustentável.**

### PRETENDE-SE

- . Compreender as problemáticas ambientais consequentes da produção de resíduos e identificar os destinos adequados;
- . Conhecer os diferentes tipos de valorização de resíduos, reconhecendo as suas vantagens como forma de preservação dos recursos naturais e da promoção do desenvolvimento sustentável.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	60 min
<b>LOCAL</b>	Escola - sala com PC e Projetor
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

# Oficinas de Ambiente

## Hortas nas Escolas

Promover a horta escolar disponibilizando uma oferta formativa creditada para os docentes sobre “Horticultura Biológica”, o acesso a factores de produção (sementes, plântulas e alfaias) e momentos de partilha no Laboratório de Aprendizagens.

### PRETENDE-SE

- . Materializar o equipamento “Horta na escola”;
- . Promover a auto-suficiência e a sustentabilidade da “Horta na escola”;
- . Promover o equipamento “Horta na escola” como lugar de exploração pedagógica por parte dos agentes educativos.

TIPO DE ATIVIDADE	Teórico-Prática
ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR	Formador   Professor
DESTINATÁRIOS	Ensino Básico e Secundário
DURAÇÃO	n/a
LOCAL	Exterior
CALENDARIZAÇÃO	Ano letivo
INSCRIÇÕES	Até final de outubro de 2013

## Jogo das Energias Renováveis

Jogo lúdico-pedagógico sobre os diferentes tipos de energias renováveis, incluindo uma abordagem aos combustíveis fósseis e consequências do seu uso.

### PRETENDE-SE

- . Definir os conceitos de energias renováveis e não-renováveis e suas diferenças;
- . Conhecer a importância das energias renováveis;
- . Sensibilizar os alunos para as diferentes energias renováveis, principalmente a eólica.

TIPO DE ATIVIDADE	Teórico-Prática
ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR	Formador
DESTINATÁRIOS	2º ciclo do Ensino Básico
DURAÇÃO	90 min
LOCAL	CIAPS
CALENDARIZAÇÃO	Ano letivo
INSCRIÇÕES	Durante todo o ano letivo

# A viagem da Água

Oficina teórico-prática sobre o ciclo da água e os diferentes estados físicos da água doce.

## PRETENDE-SE

- . Conhecer a origem da água que consumimos;
- . Reconhecer a interligação das fases do ciclo da água;
- . Identificar os diferentes estados físicos possíveis da água.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Pré-Escolar
<b>DURAÇÃO</b>	55 min
<b>LOCAL</b>	CIAPS
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

# Vida de Peixe

Oficina teórico-prática sobre pesca sustentável e os problemas resultantes da poluição marinha.

## PRETENDE-SE

- . Sensibilizar para a importância do consumo sustentável de peixe;
- . Alertar para os tamanhos mínimos de captura das espécies mais comuns e comparar as dimensões das diferentes espécies de peixe;
- . Identificar os diferentes tipos de poluição marinha, sua origem e efeitos nos animais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	70 min
<b>LOCAL</b>	CIAPS
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## mar

# O outro lado do Mar

Oficina teórico-prática sobre as diferenças do espectro da luz solar em meio aéreo e em meio aquático, dando a conhecer o conceito de produtividade primária no mar.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer o espectro de cores que compõem a luz solar em meio aéreo e em meio aquático;
- . Saber o porquê de existirem diferentes cores de algas;
- . Determinar como é que a luz solar afeta a produtividade dos mares ao nível da flora e da fauna.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	3º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	CIAPS
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## mar

# Come o Peixe Certo

Oficina teórico-prática para conhecer o conceito de sustentabilidade, pesca sustentável e sua ligação com a manutenção da biodiversidade nos mares, alertando para os problemas da pesca excessiva, algumas artes de pesca e a pesca de juvenis.

### PRETENDE-SE

- . Reconhecer as espécies de pescado da nossa alimentação e associá-las aos problemas atuais de sobreexploração dos recursos pesqueiros;
- . Identificar espécies de peixes marinhos e dulçaquícolas de Cascais, a partir de uma chave dicotómica;
- . Sensibilizar os alunos para o consumo sustentável de peixe.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Teórico-Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	CIAPS
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## A vida secreta das borboletas

Visita ao borboletário para conhecer o ciclo de vida das borboletas, suas transformações, alimentação e locomoção.

### PRETENDE-SE

- . Reconhecer as diferentes fases do ciclo de vida das borboletas (desenvolvimento e reprodução);
- . Conhecer os hábitos alimentares das borboletas;
- . Perceber a importância das borboletas no ecossistema.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	1º e 2º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	50 min
<b>LOCAL</b>	Borboletário
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Abril a junho de 2014
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Onde está a minha comida?

Visita ao borboletário para conhecer o funcionamento dos ecossistemas, onde plantas e animais são dependentes um do outro para obtenção de alimento.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer as diferentes fases do ciclo de vida das borboletas;
- . Perceber o conceito e importância da cadeia alimentar;
- . Entender as relações que se estabelecem entre os seres vivos.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Pré-escolar e 1º ciclo do Ensino Básico (1º e 2º ano)
<b>DURAÇÃO</b>	50 min
<b>LOCAL</b>	Borboletário
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Abril a julho de 2014
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Vem Construir um Herbário

Oficina prática sobre a flora das arribas costeiras de Cascais e as suas espécies mais importantes, alertando para a sua conservação e para as regras de boa utilização do espaço natural.

### PRETENDE-SE

- . Reconhecer as espécies de flora mais importantes nas arribas existentes em Cascais;
- . Conhecer as regras e procedimentos a adotar aquando a visitação das arribas;
- . Identificar outros tipos de plantas existentes no meio marinho, de diferentes dimensões;
- . Conhecer o propósito dos herbários;
- . Saber as técnicas básicas de construção de um herbário.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	90 min
<b>LOCAL</b>	CIAPS
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## Compostagem na Escola

Fomentar a prática da compostagem na escola, com a entrega de um compostor e de um Manual de Compostagem.

### PRETENDE-SE

- . Sensibilizar a comunidade escolar para a separação da fração orgânica (ex. restos de comida das cantinas e resíduos resultantes da limpeza dos espaços verdes das escolas) para posterior compostagem;
- . Diminuir a deposição de resíduos orgânicos em Aterro;
- . Compreender as vantagens da utilização do composto, na horta escolar.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Básico e Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola - exterior
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

# **Passeios da Natureza**

## Visita à Zona de Interesse Biofísico das Avenças (ZIBA)

Saída de campo entre a Praia das Avenças e o Centro de Interpretação Ambiental da Pedra do Sal, para interação com os diversos organismos das poças-de-maré.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer a ZIBA e sua importância;
- . Descobrir as diferentes espécies que habitam na ZIBA;
- . Divulgar a importância da preservação desta zona e enumerar as atividades interditas na mesma.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	5º e 8º ano do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	150 min
<b>LOCAL</b>	ZIBA
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## Visita à Quinta do Pisão

Passeio interpretativo de sensibilização para a valorização do património natural da região através do contacto com os ecossistemas e espécies presentes na Quinta do Pisão.

### PRETENDE-SE

- . Conhecer a Quinta do Pisão de Cima no Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC), o seu contexto histórico e formas de gestão;
- . Identificar espécies (flora e fauna) e habitats presentes;
- . Sensibilizar para a importância das atividades agro-silvo-pastoris que são desenvolvidas.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Básico e Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	120 min
<b>LOCAL</b>	Quinta do Pisão
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

## Visita à Duna da Cresmina

Percorso interpretativo pelo sistema dunar Cresmina-Guincho para conhecimento e sensibilização para a importância do ecossistema e espécies existentes.

### PRETENDE-SE

- . Reconhecer a importância dos habitats dunares;
- . Identificar espécies de flora específicas deste ecossistema;
- . Sensibilizar para a valorização do património natural da região.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Básico e Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	120 min
<b>LOCAL</b>	Duna da Cresmina
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Durante todo o ano letivo

# Ações de Conservação da Natureza

## Semana da Floresta Autóctone

Dinamização de atividades de conservação da natureza realizadas no Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC), nomeadamente reflorestações de espécies autóctones.

### PRETENDE-SE

- . Sensibilizar a comunidade escolar para a defesa do património florestal e perceção da floresta enquanto riqueza nacional e elemento essencial no equilíbrio ecológico ambiental;
- . Inculcar sentimento de defesa do património natural;
- . Desenvolver o espírito de voluntariado.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Básico e Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	120 min
<b>LOCAL</b>	PNSC
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	18 a 22 de novembro de 2013
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

## Semana do Ambiente

Promoção de diversas atividades de voluntariado ambiental no âmbito da conservação da natureza realizadas no Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC), nomeadamente, reflorestações de espécies autóctones e controlo de espécies exóticas invasoras.

### PRETENDE-SE

- . Sensibilizar a comunidade escolar para a defesa do património natural;
- . Desenvolver o espírito de voluntariado.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Básico e Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	120 min
<b>LOCAL</b>	PNSC
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	17 a 21 de março de 2014
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de fevereiro de 2014

## Escolas na Floresta

Realização de três saídas ao Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC) ao longo do ano letivo, para que os alunos possam: explorar a Natureza, usar a floresta como sala de aula e participar em diversas atividades de conservação da natureza. Esta atividade culminará com uma pernoita no acampamento do Pedra Amarela Campo Base.

### PRETENDE-SE

- . Promover a exploração e a conservação da Natureza;
- . Sensibilizar para a defesa e valorização do património natural do PNSC.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Formador
<b>DESTINATÁRIOS</b>	1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	1º Período: 1 dia 2º Período: 1 dia 3º Período: 1 dia e 1 noite
<b>LOCAL</b>	Pedra Amarela Campo Base
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013 (inscrições limitadas)

# Fichas de Atividades

# Moinho de Vento

**Produção de moinhos de vento a partir de folhas de papel usadas.**

**PRETENDE-SE**

- . Sensibilizar para a importância das energias renováveis, nomeadamente a do vento;
- . Valorizar a importância do reaproveitamento ou reciclagem de materiais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

# Construção de uma Estação Meteorológica

**PRETENDE-SE**

- . Consolidar conhecimentos sobre os fenómenos climáticos, ciclo da água e factores meteorológicos, introduzindo a importância da reutilização e reciclagem de materiais e recursos naturais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	1º e 2º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Instrumentos de Navegação

Construção de instrumentos de navegação usados na época dos Descobrimentos Portugueses.

### PRETENDE-SE

. Dar a conhecer os diferentes instrumentos de navegação utilizados na época dos Descobrimentos, permitindo a comparação com os instrumentos atuais, reconhecendo a sua evolução.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º e 3º ciclos do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Perfil de Praia

Atividade de consolidação de conhecimentos sobre o ecossistema intertidal.

### PRETENDE-SE

. Identificar as diferentes espécies existentes na zona intertidal;  
 . Reconhecer os diversos habitats do litoral;  
 . Caracterizar as relações e interações entre os diferentes organismos do ecossistema intertidal.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	5º e 8º ano do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Projeto Coastwatch

Projeto de âmbito europeu, que consiste num levantamento da situação ambiental da faixa costeira.

### PRETENDE-SE

- . Melhorar o conhecimento da situação ambiental do litoral português;
- . Sensibilizar para os problemas resultantes dos impactos da atividade humana na faixa litoral.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Básico e Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola   Litoral
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Período da Campanha: 16 de novembro de 2013 a 21 de março de 2014 Formação de professores com Seminário: dois dias em finais de junho de 2014
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

## Alimentador para Aves

Construção e instalação de alimentadores para aves com recurso a materiais reutilizáveis.

### PRETENDE-SE

- . Proporcionar alimento para as aves durante o Inverno, período em que os alimentos naturais são mais escassos;
- . Sensibilizar para a importância da biodiversidade e conservação da avifauna.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Todos os anos
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Colocação entre outubro a março
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

natureza  
**Ninho para Aves**

**Construção de ninhos para aves insectívoras (ex.: os chapins ou os pica-paus) contemplando a sua colocação e monitorização.**

**PRETENDE-SE**

- . Promover a nidificação e fixação da espécie chapim-real, *Parus major*, chapim-azul, *Parus caeruleus*, através do suporte de caixas-ninho para as referidas aves insectívoras;
- . Controlar eventuais pragas de insectos (ex.: processionária, *Thaumetopoea pityocampa*);
- . Sensibilizar para a importância desta ação para a conservação de algumas espécies de aves.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Todos os anos
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escolas
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Colocação entre outubro a dezembro
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

natureza  
**Roteiro das árvores de Cascais**

**Percurso interpretativo para identificação das espécies de árvores existentes em Cascais.**

**PRETENDE-SE**

- . Dar a conhecer o património natural de Cascais, nomeadamente as espécies de árvores que existem dentro da malha urbana.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Todos os anos
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Abrigo para Morcegos

Construção de abrigos artificiais para morcegos para colocação nas escolas ou nas zonas florestais próximas.

### PRETENDE-SE

- . Favorecer a estabilização das populações de morcegos;
- . Sensibilizar para a importância ecológica dos morcegos;
- . Aprofundar o conhecimento deste grupo faunístico atualmente ameaçado e estigmatizado.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Todos os anos
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Instalação entre novembro a março
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

## Como construir um compostor

Construção de um compostar através da reutilização de materiais.

### PRETENDE-SE

- . Sensibilizar para a importância da reutilização de materiais;
- . Introduzir as questões associadas à horticultura biológica e reaproveitamento da matéria orgânica nas hortas escolares ou domésticas.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Básico e Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

**Produção de velas decorativas a partir de óleo alimentar usado.**

**PRETENDE-SE**

- . Sensibilizar para os prejuízos causados pelos desperdícios de óleo alimentar usado no meio ambiente;
- . Valorizar a importância do seu reaproveitamento ou reciclagem.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Prática
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	Professor
<b>DESTINATÁRIOS</b>	2º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Escola
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final do 2º período

# Concursos Escolares

## UNESCO - Concurso “Terra e Vida”

No âmbito do protocolo de cooperação estabelecido entre a Comissão Nacional da UNESCO e a Câmara Municipal de Cascais, tendo em conta a Década das Nações Unidas da Educação para o Desenvolvimento Sustentável (2005-2014) e a Década da Biodiversidade (2011-2020), no presente ano letivo irá realizar-se o concurso “Terra e Vida”, promovendo a sustentabilidade ambiental e a consequente melhoria da qualidade de vida.

### PRETENDE-SE

- . Sensibilizar para os problemas ambientais da atualidade;
- . Promover o desenvolvimento sustentável através da pesquisa de soluções minimizadoras e preventivas dos impactes ambientais negativos.

Para mais informações, consulte o regulamento deste concurso.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Inter-escolas
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	n/a
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Básico e Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	n/a
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Envio dos trabalhos candidatos a concurso: 4 de abril de 2014
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

## Mérito Ambiental “Cascais onde as escolas elevam o ambiente”

Galardão para escolas e professores que participem mais ativamente no Programa de Educação e Sensibilização Ambiental de Cascais, demonstrando a sua preocupação na educação para o Desenvolvimento Sustentável.

Por cada inscrição nas atividades disponíveis para o ano letivo 2013/2014, serão atribuídas pontuações - “eco-créditos”, mediante as tipologias das ações solicitadas, de acordo com a tabela seguinte:

### NOTA

Por cada inscrição:  
A.C. + O.A. + 2 (P.N., C.N., F.A. ou C.E.)  
são atribuídos 4 eco-créditos extra!

Para mais informações, consulte o Regulamento “Mérito Ambiental”.

AÇÃO	ECO-CRÉDITOS					
	0	2	4	6	8	10
A.C.						
O.A.						
P.N.						
C.N.						
F.A.						
C.E.						

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Inter-escolas
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	n/a
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Escolas e professores do Ensino Público
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	n/a
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Ano letivo
<b>INSCRIÇÕES</b>	Todas as escolas e professores que se inscrevem no Programa de Educação e Sensibilização Ambiental de Cascais, ficam automaticamente selecionados para o Mérito Ambiental

## Campeonato Energy Game

Campeonato inter-municipal entre as turmas selecionadas através da participação na atividade de apoio curricular “Energy Game”.

### PRETENDE-SE

. Sensibilizar a comunidade escolar dos municípios aderentes para o conceito da importância da utilização racional de energia.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Inter-municipal
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	n/a
<b>DESTINATÁRIOS</b>	4º ano do 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	1 dia (das 8h30 às 16h30)
<b>LOCAL</b>	Realização do campeonato em local a confirmar
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Pré seleção das turmas: de 01 a 30 de abril de 2014; Campeonato a 29 de maio - Dia Nacional da Energia
<b>INSCRIÇÕES</b>	n/a

## Fotografa a tua energia!

Concurso de fotografia sobre Energias Renováveis em Meio Urbano, que visa estimular o interesse pela produção de energia através de fontes renováveis, promovendo um olhar atento e um sentido de observação e espírito de criatividade.

### PRETENDE-SE

. Sensibilizar para as energias renováveis, incentivando a preservação e implementação de tecnologias eficientes de aproveitamento de fontes naturais.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Inter-escolas
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	n/a
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Secundário
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	n/a
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Envio das fotografias: até dia 4 de abril de 2014 Exposição dos trabalhos: data e local a definir
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de janeiro de 2014

**Decoração de uma estrutura alusiva ao Natal, recorrendo ao uso de diversos tipos de resíduos.**

**PRETENDE-SE**

- . Sensibilizar a comunidade escolar, munícipes e visitantes do concelho de Cascais para o conceito de reutilização e de recuperação de materiais;
- . Alertar para o eco-consumo.

<b>TIPO DE ATIVIDADE</b>	Inter-escolas
<b>ATIVIDADE DESENVOLVIDA POR</b>	n/a
<b>DESTINATÁRIOS</b>	Ensino Pré-escolar e 1º ciclo do Ensino Básico
<b>DURAÇÃO</b>	n/a
<b>LOCAL</b>	Realização do trabalho: sala de aula; Exposição dos trabalhos: local público a definir.
<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	Entrega das estruturas: novembro de 2013 Recolha das estruturas: 18 de dezembro de 2013 Exposição dos trabalhos: última quinzena de dezembro de 2013
<b>INSCRIÇÕES</b>	Até final de outubro de 2013

# Espaços para as suas atividades em Cascais



## PRAIAS

- |               |             |               |                        |
|---------------|-------------|---------------|------------------------|
| 1 Abano       | 5 Ribeira   | 9 Moitas      | 13 S. Pedro do Estoril |
| 2 Guincho     | 6 Rainha    | 10 Tamariz    | 14 Bafureira           |
| 3 Cresmina    | 7 Conceição | 11 Poça       | 15 Avencas             |
| 4 Santa Marta | 8 Duquesa   | 12 Azarujinha | 16 Parede              |
|               |             |               | 17 Carcavelos          |

## PARQUES

- |   |  |
|---|--|
| 1 <b>Adroana</b><br>Rua Herman Gmeines - Bairro da Adroana, Alcabideche                                   | 27 <b>Matos Cheirinhos</b><br>Rua Francisco Sousa Tavares, Matos Cheirinhos, São Domingos de Rana    |
| 2 <b>Alcoitão</b><br>Rua Lucília do Carmo - Bairro de Alcoitão, Alcabideche                               | 28 <b>N.ª Sr.ª das Neves</b><br>Travessa das Neves, Manique de Baixo - Alcabideche                   |
| 3 <b>António Sérgio</b><br>Rua Gil Eanes- Matarraque, São Domingos de Rana                                | 29 <b>Outeiro de Polima</b><br>Estrada de Polima, S. Domingos de Rana                                |
| 4 <b>Areia</b><br>Rua de São Miguel, Areia, Cascais   | 30 <b>Outeiro dos Cucos</b><br>Avenida Dr. Morais Sarmento- Alcabideche                              |
| 5 <b>Areias de S. João</b><br>Praceta Fernando Namora, S. João  | 31 <b>Outeiro dos Cucos</b><br>Praceta da Castelhana, Alto da Castelhana - Alcabideche               |
| 6 <b>Baden Powell</b><br>Rua de Luanda, Junqueiro, Parede   | 32 <b>Parque Morais</b><br>Rua Marquês de Pombal, Parede   |
| 7 <b>Bairro do Rosário 1</b><br>Rua Pedro de Barcelos, Cascais  | 33 <b>Penhas da Marmeleira</b><br>Rua Marques de Pombal, Pisão de Baixo, Murches                     |
| 8 <b>Bairro dos Checlos</b><br>Rua José de Castro- Bairro Checlos, Carcavelos                             | 34 <b>Pinhal de Stª Maria</b><br>Praceta Manuel Gouveia, Pinhal de Santa Maria - São João do Estoril |
| 9 <b>Branca Conta Colaço</b><br>Praceta Branca Gonta Colaço, São Pedro do Estoril                         | 35 <b>Pinhal dos Rotários</b><br>Av. Gonçalo Velho Cabral, Bairro do Rosário, Cascais                |
| 10 <b>Buzano</b><br>Rua Melvin Jones, Buzano, Parede  | 36 <b>Quinta da Alagoa</b><br>Estrada da Alagoa, Carcavelos  |
| 11 <b>Cabeço de Mouro</b><br>R. Sebastião da Gama, Cabeço de Mouro, S. Domingos de Rana                   | 37 <b>Quinta da Carreira</b><br>Rua Homem de Cristo, Quinta da Carreira, São João do Estoril         |
| 12 <b>Caparide</b><br>Rua da Fonte, Caparide  | 38 <b>Quinta de Rana</b><br>Rua Feliciano Moreira, Quinta de Rana                                    |
| 13 <b>Carlos Anjos</b><br>Av. Sabóia, Monte Estoril   | 39 <b>Quinta de S. Gonçalo</b><br>Avenida de Portugal, Quinta de S. Gonçalo, Carcavelos              |
| 14 <b>Castelhana</b><br>Rua da Castelhana com a Rua Marechal Costa Gomes, Alto da Castelhana, Alcabideche | 40 <b>Quinta de S. Gonçalo</b><br>Avenida de Espanha, Quinta de São Gonçalo - Carcavelos             |
| 15 <b>Chetainhas</b><br>Avenida da Charneca, Cascais  | 41 <b>Quinta de São Martinho</b><br>Praceta Valentim Henrique - Quinta de São Martinho, Alcabideche  |
| 16 <b>Conde Monte Real</b><br>Rua João de Deus, São Domingos de Rana                                      | 42 <b>Quinta dos Gafanhotos</b><br>Rua da Quinta dos Gafanhotos, Quinta dos Gafanhotos - Carcavelos  |
| 17 <b>Corriola</b><br>Av. da República, Parede  | 43 <b>Ribeira dos Mochos</b><br>R. Franklin Lamas - Bairro do Rosário, Cascais                       |
| 18 <b>Cruz da Guia</b><br>Rua das Naus - Bairro Cruz da Guia, Cascais                                     | 44 <b>Rua de Braga</b><br>Rua de Braga, Pai do vento - Alcabideche                                   |
| 19 <b>Dom Bosco</b><br>Rua Dom Bosco, Bairro Fausto Figueiredo - Estoril                                  | 45 <b>Torre da Aguilha</b><br>R. Josefa de Óbidos com a R. Helena Félix, S. Domingos de Rana         |
| 20 <b>Dr. João Coutinho Pais</b><br>Rua Afonso Gonçalves Baldais, São Domingos de Rana                    | 46 <b>Torre dos Mochos</b><br>R. Franklin Lamas - Bairro do Rosário, Cascais                         |
| 21 <b>Escola Velha</b><br>Rua da Escola Velha, Bicesse  | 47 <b>Trajouce</b><br>Rua dos Bons Amigos, Trajouce-São Domingos de Rana                             |
| 22 <b>Jardim da Paz</b><br>Rua de Nossa Senhora - Outeiro de Polima, São Domingos de Rana                 | 48 <b>Vale Paraíso</b><br>Rua Silva Lobo (portão ao lado do lote 117), S. João do Estoril            |
| 23 <b>Jardins da Parede</b><br>Av. do Jardim, Parede  | 49 <b>Verde Guia</b><br>Rua das Acácias, Costa da Guia - Cascais                                     |
| 24 <b>José Daniel Dias</b><br>Rua São Francisco Xavier, Bairro da Tojeira, São Domingos de Rana           |  |
| 25 <b>Marechal Carmona</b><br>Av. da República, Gandarinha, Cascais                                       |  |
| 26 <b>Martinha</b><br>Av. do Golfe- Bairro da Martinha, Estoril   |  |

# CENTRO DE INTERPRETAÇÃO AMBIENTAL DA PEDRA DO SAL [CIAPS]

O CIAPS foi construído em 2005 pelo Instituto da Água no âmbito do POOC - Plano de Ordenamento da Orla Costeira do troço Cidadela / Forte de S. Julião da Barra, com o objetivo de divulgar a diversidade biofísica e a riqueza cénica da Zona de Interesse Biofísico das Avencas (ZIBA). Esta é uma zona de características únicas do ponto de vista biológico, geológico e geofísico, pelo que o Centro promove diversas atividades indoor e outdoor, destinadas à comunidade escolar e visitantes do Concelho de Cascais, com especial incidência no estudo da fauna, da flora, da geologia e da arqueologia características desta área.

O CIAPS, através do Projeto ValeCIAPS, foi considerado o primeiro “Zero Energy Building” público a nível nacional, que consiste na diminuição progressiva da pegada ecológica deste edifício, tornando-o progressivamente autossuficiente em termos energéticos.



# PEDRA AMARELA CAMPO BASE

Situado na encosta sul da Serra de Sintra, sobre o concelho de Cascais, o Pedra Amarela Campo Base foi baseado no espírito scout/guide, estando integrado no centenário do movimento fundado por Baden Powell. Este é um campo internacional, aberto a todo o público que pretenda beneficiar destas instalações e localização.

O campo e as suas atividades têm como base o princípio da sustentabilidade e da minimização dos impactes ambientais, com o objetivo de atingir uma pegada ecológica mínima. Neste sentido é pedido a todos os visitantes que participem em ações de conservação da natureza, as quais são devidamente adequadas às suas idades e características e enquadradas nas atividades a que se propuseram.

Com o Pedra Amarela, a Câmara Municipal de Cascais pretende promover o usufruto do património natural e cultural do Parque Natural de Sintra-Cascais.



# QUINTA DO PISÃO

A Quinta do Pisão de Cima, propriedade do Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social e sob a gestão da Santa Casa da Misericórdia, situa-se a norte do concelho de Cascais, no sopé da Serra de Sintra, e compreende 380 hectares de área totalmente inserida no Parque Natural de Sintra-Cascais.

A geografia do local é marcada por um relevo suave e por solos calcários, como evidencia a crista rochosa que define as ribeiras de Penha Longa e do Marmeleiro. As características essencialmente mediterrâneas combinam-se com uma afluência atlântica, impondo um regime edafoclimático mais húmido e proporcionando o aparecimento de perfis de vegetação singulares.



Dedicada à atividade agro-silvo-pastoril, a Quinta representa um património importante, tanto na organização estrutural da paisagem, compartimentação e uso racional, como na presença de ruínas de valor cultural e arquitetónico. A intervenção humana nesta área (que fica na transição entre a zona urbana e a serra de Sintra) resultou no surgimento de novos habitats e nichos ecológicos, que são hoje importantes para a preservação da natureza.

A Quinta do Pisão pretende a salvaguarda deste património ecológico, cultural e histórico de elevada importância para Cascais, perpetuando uma interação produtiva entre a atividade humana e o espaço natural.



# ECO-CABANA

A Eco-cabana é um modelo de habitação de pegada ecológica reduzida, onde todo o consumo de água e de energia é controlado por um sistema de créditos que define os limites de utilização para um determinado período, de forma a que os utilizadores tenham uma maior consciencialização dos recursos que utilizam diariamente.

Este espaço inovador, localizado junto ao Parque Marechal Carmona, pretende promover o conhecimento do património e da biodiversidade existentes no Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC), através do primeiro Posto de Informação de Turismo de Natureza do Concelho - green hotspot. Desta forma, a Eco-cabana disponibiliza aos visitantes um vasto conjunto de informações - características paisagísticas, geológicas, patrimoniais e de fauna e flora, sobre o Parque Natural e promove diversas atividades de Natureza a realizar no PNSC, com o objetivo de potenciar o interesse público e a proteção do património natural.

Pelas suas características inovadoras, o projeto recebeu em 2007 o “Prémio Ideias Verdes Água de Luso - Expresso” e o jardim envolvente o Prémio Nacional de Arquitetura Paisagista na categoria de espaços públicos e exteriores de equipamentos em 2010, afirmando-se como uma pequena extensão do Parque Natural.



# NÚCLEO DE INTERPRETAÇÃO AMBIENTAL DA DUNA DA CRESMINA

No âmbito da Rede de Visitação e Interpretação do Parque Natural de Sintra-Cascais, a autarquia desenvolveu um trabalho de recuperação do sistema Dunar Cresmina-Guincho, em parceria com o Instituto da Conservação da Natureza e da Biodiversidade, visando a sua restauração e proteção, dado que esta é a única zona de reserva integral do Parque Natural de Sintra-Cascais, sendo uma área de proteção máxima.

Neste âmbito, foram implementadas ações de recuperação da fauna e da flora locais, as quais têm sido destruídas pela ação do homem, assim como o acesso pedonal foi devidamente organizado através da colocação de passadiços sobre o areal.

Este sistema dunar pode ser redescoberto no Núcleo de Interpretação Ambiental da Duna da Cresmina, onde existem painéis interpretativos e aplicações multimédia, que complementam os percursos pedestres.

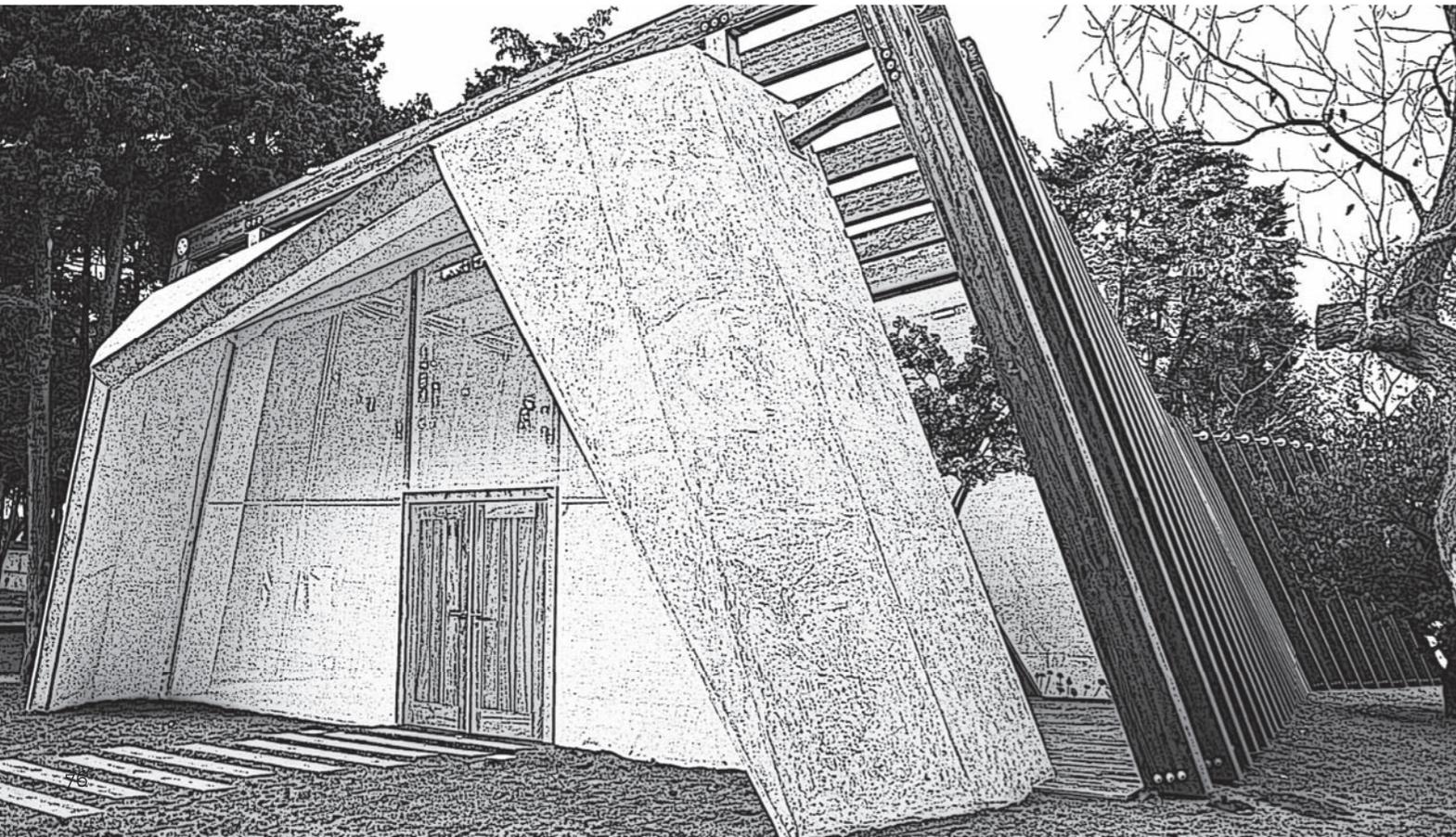


# BORBOLETÁRIO

O Borboletário situado no Parque Urbano da Quinta da Rana é um espaço dedicado à criação de borboletas, onde é possível observar as diferentes fases do seu ciclo de vida: ovos, lagartas, crisálidas e borboletas.

A estrutura do borboletário é única, e remete visualmente para a imagem de um casulo em fase de metamorfose. No seu interior encontra-se um jardim com espécies da nossa flora onde é possível observar borboletas a voar livremente, e, por um laboratório aberto ao público cuja função é a criação dos ovos, das lagartas e das crisálidas.

Pretende-se dar a conhecer as espécie de borboletas que existem na região de Cascais, ensinar a biologia deste grupo de insetos e sua interligação com as plantas, e proporcionar às escolas um local de observação e aprendizagem contribuindo assim para o despertar e interesse da Conservação da Natureza e Biodiversidade.



# CONTACTOS ÚTEIS

## **CÂMARA MUNICIPAL DE CASCAIS**

Praça 5 de Outubro, Cascais  
2754-501 Cascais

## **CASCAIS AMBIENTE**

### **Gabinete de Educação e Sensibilização Ambiental**

Complexo Multiserviços da Câmara Municipal de Cascais,  
Estrada de Manique, nº 1830 – Alcoitão  
2645-138 Alcabideche  
Tel.: 21 460 42 30 | Fax.: 21 460 42 42  
sensibilizacao@cascaisambiente.pt

## **BORBOLETÁRIO**

Parque Urbano Quinta de Rana  
Rua Feliciano Moreira, Quinta de Rana  
S. Domingos de Rana

## **CENTRO DE INTERPRETAÇÃO AMBIENTAL DA PEDRA DO SAL – CIAPS**

Avenida Marginal  
São Pedro do Estoril

## **ECO-CABANA**

Avenida da República

## **NÚCLEO DE INTERPRETAÇÃO AMBIENTAL DA DUNA DA CRESMINA**

Rua da Areia  
Guincho

## **PEDRA AMARELA – CAMPO BASE**

Estrada da Serra (EN9-1)  
Parque Natural de Sintra-Cascais

## **QUINTA DO PISÃO – PARQUE DE NATUREZA**

Quinta do Pisão de Cima  
Estrada da Serra (EN9-1 - cruzamento da barragem do Ribeiro da Mula)

# OUTRAS SUGESTÕES DE ATIVIDADES

## EDUCAÇÃO PARA A CIDADANIA – VISITAS ESCOLARES À CERCICA:

- . Farming School: rega, cava, sacha e colhe! CerPlant e Oficina de Produção de Plantas
- . Oficina Artes do Fogo - Azulejaria
- . Agility – Senta! Fura! Hop! – Área Tratador de Animais
- . Atividades Psicomotoras – Núcleo Terapêutico e de Atividades Motoras
- . Oficina de Artes Decorativas

## Para mais informações contactar:

### CERCICA, CRL

Rua Principal, 320/320A Livramento

2765-383 Estoril Portugal

Tel.: 21 465 85 90 | Fax.: 21 466 13 07 | Tlm.: 91 929 53 00

ines.guimaraes@cercica.pt | cercica@cercica.pt