

Dezembro 2024

AS FÉRIAS DE NATAL DO ECOLINO



Laboratório
da Paisagem iCO

MUNICÍPIO DE
GUIMARÃES

programa
PEGADAS
GUIMARÃES

Olá amiguinhos, prontos para aproveitar as férias do Natal?

As férias chegaram e aproxima-se uma das datas do ano de que eu mais gosto.

Há muitas luzinhas, a família está toda reunida para jogos e brincadeiras no conforto das nossas casas.

Nesse convívio familiar é bom aproveitarmos para rir muito, mas também aprendermos com jogos divertidos.

Vem daí jogar comigo e traz a tua família! Prometo que te vais divertir!



ÍNDICE

3. O QUE TEM FEITO O LABORATÓRIO DA PAISAGEM

4. CONTO DA PÁSCOA DO ECOLINO

7. ECO ATIVIDADES - MÃOS À OBRA!

9. ECO JOGOS

12. ESPÉCIES QUE PODES VER EM GUIMARÃES

O QUE TEM FEITO O LABORATÓRIO DA PAISAGEM

Capital Verde Europeia 2026

Como se costuma dizer, à terceira é de vez, e para a escolha da Capital Verde Europeia de 2026 foi precisamente o que aconteceu. Na sua terceira candidatura, Guimarães foi eleita para este prestigiado prémio atribuído em Novembro, em Valência, Espanha, cidade que detém a distinção de Capital Verde Europeia 2024. A cidade portuguesa concorreu com Heilbronn (Alemanha) e Klagenfurt (Áustria), tendo-se, sagrado vencedora, depois de, no ano passado, já ter ficado entre as três cidades finalistas. No âmbito do prémio, o município de Guimarães irá receber um apoio financeiro que será aplicado em projetos e iniciativas de sustentabilidade.



Projeto Asa.delta

Este ano, o Laboratório da Paisagem trouxe às escolas novos projetos inspiradores, e o Asa.Delta é um dos destaques! Neste programa, os alunos têm a oportunidade de explorar formas de proteger e conservar aves e borboletas, espécies essenciais para a natureza e para o equilíbrio dos ecossistemas.

Como parte da experiência, os alunos embarcaram numa “caça à biodiversidade” no recreio da escola, fotografando aves e borboletas que encontraram durante o percurso. Além disso, usaram ferramentas digitais para projetar jardins ideais para acolher e apoiar estas espécies.

Pacto Climático de Guimarães: Escolas em Ação

O Pacto Climático de Guimarães é uma iniciativa promovida pelo Município de Guimarães que visa envolver os cidadãos, empresas, instituições e também as escolas numa ação conjunta para a descarbonização do território tendo em vista a neutralidade climática em 2030.

Nesse sentido, o Laboratório da Paisagem levou o Pacto Climático diretamente às escolas, com o intuito de envolver os alunos e toda a comunidade educativa, na missão maior de formar e incentivar à mudança de comportamentos, com vista a uma maior sustentabilidade.

E tu, já assinaste este pacto? De que estás à espera? Contamos contigo nesta missão conjunta de tornar Guimarães cada vez mais verde!



PEGADAS Exchange

Sabias que Guimarães tem uma cidade gémea do outro lado do Oceano? É verdade! A cidade de Chapada dos Guimarães, situada no Brasil, é uma das mais recentes cidades-irmãs de Guimarães. Desde 2022, que esta cidade irmã começou a implementar o programa PEGADAS nas suas escolas.

Este ano, decidimos reunir as várias experiências de ambas as cidades num só projeto. O PEGADAS Exchange pretende criar sessões conjuntas entre alunos das nossas escolas e os alunos das escolas de Chapada, permitindo partilhar experiências, boas práticas e, acima de tudo, ajudar as duas cidades a enfrentar os desafios ambientais que enfrentam.



O CONTO DO ECOLINO

ECOLINO E O NATAL SEM DESPERDÍCIO

Era quase Natal e a escola do Ecolino preparava-se para a grande festa. Todos os anos, cada turma organizava um lanche partilhado, mas este ano o Ecolino tinha uma ideia especial.

— Este Natal vamos fazer algo diferente — disse ele aos amigos.

— Vamos combater o desperdício alimentar e mostrar como cuidar do planeta e da nossa saúde!

— Combater o desperdício? Como? — Perguntou o Luís, curioso.

— Podemos começar por evitar deitar comida fora. O que sobra pode ser partilhado, guardado ou até transformado em algo útil, como composto para aplicar na terra — explicou o Ecolino cheio de entusiasmo.

— Composto? O que é isso? — Quis saber o Guilherme.

— É como reciclar comida! Transformamos cascas de fruta, legumes e outros restos em terra fértil, que ajuda as plantas a crescerem. Isso também melhora a saúde do solo. Sabem que o solo saudável nos dá alimentos mais nutritivos? — Explicou o Ecolino.

Os amigos ficaram animados com a ideia e decidiram ajudar. Na aula de Ciências, pediram à professora que explicasse mais sobre a compostagem e a saúde do solo.

— O Ecolino tem razão — disse a professora. — Um solo saudável é cheio de vida, com minhocas, insetos e microrganismos que o tornam rico em nutrientes. Se cuidarmos do solo, temos plantas mais fortes, frutas e legumes mais saborosos e saudáveis.

— Então, se fizermos compostagem ajudamos o solo e as plantas? — Perguntou o Luís.

— Exatamente! — Confirmou a professora.

Cheios de energia, os alunos começaram a preparar cartazes para a festa. Um dizia: “Nada se perde, tudo se transforma!”, E outro lembrava: “Um solo saudável dá-nos comida saudável!”. No dia da festa, cada família trouxe pratos deliciosos. Havia

bolos, bolachas, fruta e sumos. Mas o Ecolino pediu a palavra antes de começarem as celebrações.

— Amigos vamos tornar este Natal ainda mais especial, pode ser? Primeiro, vamos servir-nos apenas do que conseguirmos comer, isto para evitar sobras. Segundo, se houver restos, levamos para casa para comer mais tarde ou colocamos no nosso compostor para fazer composto, assim ajudamos o planeta e o solo! Posso contar convosco?

Todos concordaram e a festa começou. As crianças divertiram-se a comer, brincar e a aprender mais sobre como evitar o desperdício. Quando terminaram, separaram as cascas de laranja, folhas de alface e outros restos.

— Ecolino, o que fazemos agora? — Perguntou o Guilherme depois de tudo devidamente separado.

— Agora levamos para o balde compostor da escola. Lá, a comida vai transformar-se em terra rica para a nossa horta!

— Respondeu ele.

Nos dias seguintes a turma visitou a horta da escola, onde já cresciam alfaces, cenouras e tomates.

— Sabem que a comida saudável que comemos agora começa num solo saudável? — Disse o Ecolino.

— Claro! Por isso temos de cuidar do solo e evitar o desperdício, acrescentou o Luís, com um sorriso.

Na primavera os amigos usaram o composto da festa de Natal para plantar novas sementes. Ver as plantas crescerem fez-lhes perceber como tudo estava ligado: cuidar da comida, do solo e do ambiente ajudava também a cuidar de si próprios.

Desde então o Natal deixou de ser só uma festa, tornou-se um momento para aprender a partilhar e a cuidar do planeta, tudo graças ao entusiasmo do Ecolino e dos seus amigos amantes da natureza e do ambiente.

E assim, o Natal Sem Desperdício transformou-se numa tradição da escola, provando que, com pequenas ações, todos podemos fazer a diferença!

O QUE COMPREENDI DA HISTÓRIA:

1 - O QUE QUERIA FAZER O ECOLINO NESTE NATAL?

2 - O QUE É COMPOSTAGEM?

3 - COMO É QUE A COMPOSTAGEM AJUDA O SOLO?

4 - O QUE ACONTECEU COM OS RESTOS DE COMIDA NA FESTA?

5 - O QUE APRENDERAM OS ALUNOS COM O NATAL SEM DESPERDÍCIO?

ECO ATIVIDADES

MÃOS À OBRA

Queres uma maneira divertida de reciclares papel e germinares pequenas plantas em tua casa?

Vamos criar bombas de sementes com pasta de papel!

O que vais precisar:

- Papel colorido
- Liquidificadora ou varinha mágica
- Sementes à escolha
- Coador
- Recipiente
- Água

1. Recorta o papel em pequenos pedaços;

2. Junta água, a uma temperatura quente, para amolecer o papel;

3. Com uma liquidificadora ou varinha mágica cria uma pasta de papel – não te esqueças de pedir ajuda a um adulto!

4. Com a ajuda do coador remove o excesso de água.

5. Agora é hora de juntar as sementes! Mistura tudo muito bem e cria pequenas bolas de sementes e papel.

6. A tua bomba de sementes está pronta. Coloca-a num vaso e rega-a com alguma frequência para veres a tua semente germinar.



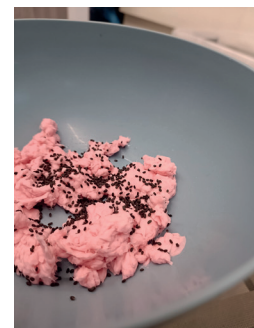
1



2



3



5



6

NA COZINHA COM O ECOLINO

Rabanadas na AirFryer

As rabanadas são um clássico nas cozinhas portuguesas pelo Natal, não concordas? E se te dissermos que podes fazer rabanadas na AirFryer, acreditavas? Chama um adulto e desafiamos-te a tentar.



Duração
Doce e
sobremesas



**Grau de
dificuldade**
Fácil



**Tempo de
preparação**
10 minutos



**Tempo de
cozedura**
15 minutos

Ingredientes

500 ml leite
2 paus de canela
1 casca de laranja
Fatias de pão “cacete”
Ovos batidos, q.b.
Açúcar q.b.
Canela q.b



Preparação

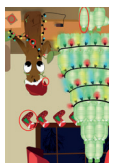
1. Começa por aquecer o leite
 - Mistura o leite com açúcar, canela e umas cascas de laranja. Isso vai dar todo o sabor.
2. Deixa o leite ganhar sabor
 - Aquece em lume médio até o açúcar derreter completamente e o leite ficar com aquele cheirinho bom a canela e laranja.
3. Prepara três pratos
 - Num prato, coloca o leite já morno e doce.
 - Noutro, bate bem os ovos.
 - E no terceiro mistura açúcar com canela (vai servir para polvilhar no final).
4. Mergulha as fatias de pão
 - Passa as fatias de pão “cacete” primeiro no leite e depois nos ovos batidos.
 - Coloca-as na bandeja da Airfryer e frita a 180°C durante uns 15 minutos.
5. Finaliza com o toque especial
 - Depois de fritas, polvilha com a mistura de açúcar e canela. Está pronto para servir e deliciar! ;)

ECO JOGOS

ENCONTRA AS 5 DIFERENÇAS

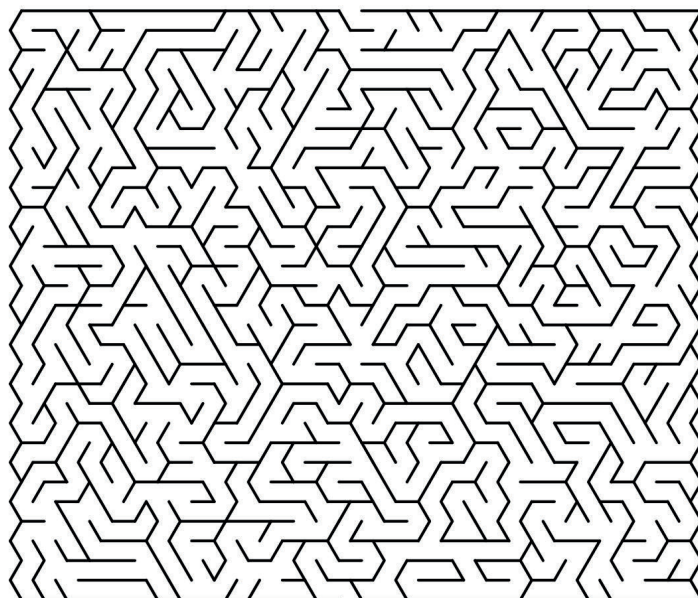


Solução

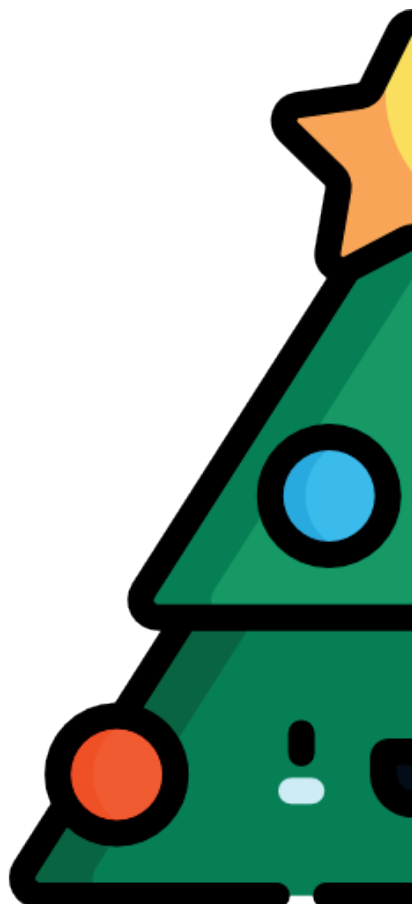


Mesmo no natal é importante reciclar!
com tantos presentes e embrulhos
importa recordar que devemos separar
todos os resíduos para colocarmos no
ecoponto correto.

Completa o labirinto ajudando os resíduos a
chegar ao ecoponto!



O que falta aqui?
Termina o desenho!



ESPÉCIES QUE PODES VER EM GUIMARÃES

FAUNA

A toutinegra-do-mato (*Curruca undata*) é uma pequena ave residente em Portugal, típica de áreas de vegetação densa, como matos e giestas. Caracteriza-se pela plumagem cinzenta no dorso e avermelhada no ventre. Alimenta-se principalmente de insetos e frutos. A nível de conservação, está classificada como “Quase Ameaçada”, enfrentando ameaças como a perda de habitat devido a incêndios e ao excesso de urbanização. Em Guimarães pode ser observada, por exemplo, na freguesia de Pencelo.



A Borboleta-maravilha (*Colias croceus*) é uma borboleta de cor amarela intensa com bordos alaranjadas, comum em áreas quentes e ensolaradas, como campos, prados e jardins. Alimenta-se de néctar de flores, enquanto as suas larvas se alimentam, por exemplo, de trevos. Esta espécie é frequentemente encontrada em zonas de clima mediterrânico, onde os habitats naturais, como prados floridos e áreas de vegetação rasteira, são essenciais para a sua sobrevivência. Pode ser facilmente observada no Parque da Cidade.

FLORA

O Teixo (*Taxus baccata*) é uma árvore perene de crescimento lento, típica de regiões montanhosas e sombrias. Com uma forma piramidal, pode atingir até 20 metros, embora raramente chegue a esta altura. As suas folhas são finas e verdes. Produz sementes isoladas que se encontram envolvidas por um falso fruto de uma tonalidade vermelha. O teixo é conhecido pela sua madeira densa e resistente e é um habitat importante para várias espécies de fauna, como aves e pequenos mamíferos.



O Nenúfar-branco (*Nymphaea alba*) é uma planta aquática perene, típica de lagos, rios e zonas alagadas de águas calmas. Com grandes flores brancas, de pétalas suaves e fragrantas, o nenúfar-branco flutua na superfície da água. As suas folhas, arredondadas e de cor verde escura, também flutuam sobre a água, criando uma cobertura que ajuda a reduzir o crescimento de algas e a manter a temperatura da água. Esta planta é autóctone de várias regiões da Europa, incluindo Portugal, e tem importância ecológica, pois oferece abrigo e alimento a diversas espécies aquáticas. Pode ser observado no charco da Horta.



Laboratório da Paisagem i(0)
2014-2024



MUNICÍPIO DE
GUIMARÃES