

Tema | Estação: Encontro da Ribeira da Cabrela com o Rio Lizandro – A natureza em confluência

Local: Vale ribeirinho, a sul da Aldeia das Broas, onde a Ribeira da Cabrela desagua no Rio Lizandro

Ciências envolvidas: Ciências Naturais, História, Geografia

Autores: Nós por cá

Sabia que ...

A Ribeira da Cabrela desagua aqui no Rio Lizandro, formando uma zona ribeirinha de grande riqueza ecológica e simbólica. O Rio Lizandro é um dos principais cursos de água da região, atravessando paisagens agrícolas, naturais e humanas até desaguar no mar.

Este ponto foi o centro simbólico do nosso percurso — um lugar de encontro entre águas, pausa, observação e transição. A partir daqui, continuámos a caminhada acompanhando a Ribeira da Cabrela, deixando para trás o Lizandro e seguindo uma nova direção.

Explorações e vivências – Sinta e viva a Natureza

Etapa Sinta a Natureza

- Parámos e ouvimos: a água a correr, os sons da natureza a envolver-nos completamente.
- Sentimos a humidade da terra, o aroma das folhas e a frescura da água depois das chuvas.
- Observámos a vegetação característica das margens: freixos, salgueiros, caniços e outras espécies adaptadas à proximidade da água.

Etapa Viva a Natureza

- Sentámo-nos juntos neste ponto de confluência e descansámos em silêncio, absorvendo o momento.
- Tivemos tempo para sentir, pensar e partilhar. Foi um momento de centro emocional e geográfico do percurso.
- Depois, levantámo-nos e iniciámos a segunda metade da jornada, seguindo a Ribeira da Cabrela para sul.

Diálogo de saberes – Compreenda a Natureza

- Como funcionam as confluências de rios e ribeiras?
- O que distingue a Ribeira da Cabrela do Rio Lizandro?
- Que plantas ou animais vivem nestes ecossistemas aquáticos?
- Como pode um lugar natural marcar o ritmo de uma caminhada?

Para saber mais

- Cartografia hidrográfica da região saloia
- Flora ribeirinha portuguesa
- Rios como espaços de vida, cultura e identidade local

Informação para formadores

Ligações com:

- **Geografia e Ciências Naturais:** Redes hidrográficas, características ecológicas de zonas húmidas.
- **Educação Ambiental:** Apreciação e preservação dos ecossistemas ribeirinhos.
- **Educação Visual e Português:** Registo de sensações, desenho da paisagem, escrita livre sobre o “centro do percurso”.
- **Educação Física:** Ligação corpo-natureza, pausa consciente, partilha de emoções.
- **Cidadania e Desenvolvimento:** Compreensão do papel dos rios nas comunidades e na identidade do território.

Objetivos

- Estimular a consciência ecológica e a escuta ativa do meio natural
- Desenvolver uma relação sensorial e emocional com a paisagem
- Marcar ritmos na caminhada através de paragens significativas
- Refletir sobre o impacto e valor das zonas ribeirinhas

Materiais

- Máquina Fotográfica ou telemóvel para fotografar
- Mapa do trilho