

## ECO-TRILHO

**Tema: Mar**

**Local: Praia de Santo António - Vila Real de Santo António**

**Autores: Beatriz, Mariana, Shirley, Mafalda, Rui**

### Sabia que...

A Praia de Santo António está situada no ponto em que o rio Guadiana desagua no Oceano Atlântico, formando uma das mais emblemáticas fronteiras naturais da Península Ibérica. Com uma extensão de 12km, é também chamada de Praia dos Três Pauzinhos e dispõe de águas calmas num entorno de mata de pinheiro bravo e manso.

### Explorações e vivências - Sinta e viva a Natureza

#### Etapa "Sinta a Natureza"

Caminhe descalço na areia, sinta a brisa salgada, ouça o som das ondas e cheire os aromas naturais, criando um espaço de presença e conexão com o corpo. É um convite a sentir o lugar com atenção plena, respeitando seus ciclos e potências naturais.

#### Etapa "Viva a Natureza"

Nesta etapa, convidamos os participantes a mergulhar na natureza viva da praia de Vila Real de Santo António. A proposta inclui uma caminhada consciente pelas dunas e à beira-mar, observando a biodiversidade local – como o pinhal, as aves costeiras e a vegetação resistente do ecossistema dunar. A experiência pode ser acompanhada por práticas como, respiração guiada, meditação ao pôr do sol e momentos de silêncio, estimulando a conexão com o corpo, o ambiente e o presente.

### Diálogo de Saberes - Compreenda a Natureza

- Sabias que essa praia faz parte do Parque Natural da Ria Formosa?  
- Não sabia! Isso explica porque é tão preservada. Vi muitas aves e até alguns caranguejos perto das dunas.  
- Sim, é uma zona muito rica em biodiversidade. As dunas servem de proteção natural contra o avanço do mar e são habitat de várias espécies.  
Já alguma viu cão de água e alforreca?  
Também conhecida como medusa, mães d'água e águas-vivas, vive de forma livre pelo oceano e ocasionalmente pelas águas costeiras. O corpo é basicamente um saco com assimetria radial formando duas camadas de células, com uma massa gelatinosa.  
-E a Flora-dunas e pinheiro-bravo conheces?  
-É o seu habitat natural tanto para um como para outro.

Para saber mais...

<https://visitalgarve.pt/equipamento/8769/praiade-santo-antnio>

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.cm-vrsa.pt/pt/menu/133/fauna.aspx&ved=2ahUKEwjKnq2jk4-NAxVnUqQEHaigNFEQFnoECCQQAQ&usg=AOvVaw0ORJmbR6xqqLA6tSUM2eKn>  
[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.cm-vrsa.pt/pt/3155/praias-de-santo-antonio.aspx&ved=2ahUKEwj3xOyBII-NAxUVTqQEHcablq4QFnoECEwQAQ&usg=AOvVaw0FD\\_xskuniSNylePVjV9Xx](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.cm-vrsa.pt/pt/3155/praias-de-santo-antonio.aspx&ved=2ahUKEwj3xOyBII-NAxUVTqQEHcablq4QFnoECEwQAQ&usg=AOvVaw0FD_xskuniSNylePVjV9Xx)

### **Informação para Formadores:**

Ligações com:

Área de Integração; Ciências da Natureza; Biologia; Geografia.

### **Objetivos**

- Analisar o papel das áreas protegidas na conservação das espécies e dos habitats.
- Discutir as ameaças à biodiversidade nos ecossistemas costeiros e florestais.
- Analisar o papel de diferentes organismos na manutenção do equilíbrio do ecossistema.
- Observar diferentes níveis de organização biológica
- Discutir a importância da biodiversidade para o equilíbrio dos ecossistemas.

### **Materiais**