



# CATÁLOGO DE ACTIVIDADES 2025/2026



Na Qual Albatroz, criamos experiências que juntam criatividade, partilha e consciência ambiental. O nosso trabalho cruza a vertente educativa com uma ética que valoriza a sustentabilidade, o respeito pela natureza e a participação activa de todos.

Nas páginas seguintes, vais encontrar propostas para diferentes públicos, organizadas em três áreas – todas pensadas para inspirar, desafiar e deixar marcas duradouras na memória e no mundo:

ACTIVIDADES EM TORNO DO LIVRO E DA LEITURA;

ACTIVIDADES ARTÍSTICAS;

ACTIVIDADES EM TORNO DA NATUREZA.



## Onde Moram as Coisas

OFICINA DE CONSTRUÇÃO DE NARRATIVA

Nesta história, mora uma casa, e nessa casa mora um menino, no menino mora um coração... É assim que, por intermédio de nexos de palavras, e brincando com o potencial polissémico das imagens, embarcaremos numa viagem à (re)descoberta das coisas simples que vivem mesmo ao nosso lado. Pelo caminho, percorremos uma divertida cadeia de associações que, afinal, nos levará a descobrir o lugar da amizade e da liberdade.

Por intermédio de um jogo-puzzle, contamos a história do livro *Onde Moram as Coisas*, que flui como o pensamento de uma criança, tão gracioso quanto inesperado. Depois, com a colaboração de todos, vamos construir uma história só nossa, que, em passinhos curtos mas firmes, nos conduzirá direitinhos a essa grande casa sem paredes nem tecto que é a imaginação.



### Aprendizagens

Criatividade · Imaginação · Expressão oral  
Exploração das relações entre palavras e  
imagens · Escuta activa · Trabalho em grupo



### Tipologia de actividade

Oficina criativa · Jogo narrativo · Hora do conto

**Duração** 1 hora e 30 minutos



### Requisitos

Tapete quadrado, rectangular ou redondo  
para os mediadores · Almofadas ou  
cadeiras para os participantes



### Público-alvo

Público escolar · Público geral (dos 6 aos 90  
anos)

**Lotação** 30



## A PIRÁ

HORA DO CONTO MUSICAL

O Marc chega com o seu *kamishibai* e a guitarra às costas para contar a história da Pirá — uma pequena piranha muito curiosa que vive num fluviário e descobre, com espanto, que as crianças visitantes estão a perder os dentes! Será alguma doença misteriosa? Cheia de medo e imaginação, a Pirá vai embarcar numa aventura inesperada sobre dentes, amizades improváveis e os sustos que às vezes moram na nossa cabeça.

Através desta narrativa divertida e contagiante, o Marc envolve o público com a sua música, ensinando todos a cantar o tema da Pirá. No final, mostra como desenhar uma piranha terrível (mas simpática!), responde a perguntas e dá autógrafos.

Esta actividade pode realizar-se ao ar livre ou em sala de aula, sendo especialmente indicada para alunos do pré-escolar e do 1.º ciclo.



### Aprendizagens

Escuta atenta · Compreensão de histórias e imagens · Expressão musical



### Tipologia de actividade

Hora do conto musical

Duração 1 hora



### Requisitos

Almofadas ou cadeiras para os participantes  
Mesa para o mediador · Actividade realizável em espaços interiores ou exteriores



### Público-alvo

Pré-escolar · 1.º Ciclo · Famílias

Lotação 30



## A LOCOMOTIVA

HORA DO CONTO E OFICINA COLABORATIVA DE EXPRESSÃO DRAMÁTICA

Nesta oficina, o Marc e a São dão voz e corpo ao poema «A Locomotiva», de Julian Tuwim, um clássico polaco cheio de ritmo, imagens e onomatopeias traquinas. Jogando com a entoação e recorrendo a instrumentos musicais e ilustrações, recriam a sensação de uma locomotiva em marcha.

Depois, todos embarcamos juntos: as crianças aprendem uma parte do poema e experimentam dizê-la em coro e a bom ritmo, articulando as suas falas em unísono e apoiando-se mutuamente. Uma experiência dinâmica e divertida, que junta poesia, som e colaboração para despertar a atenção, a memória e a sensibilidade rítmica.



### Aprendizagens

Valorização da escuta e da memória através da poesia e da música · Sensibilidade rítmica e sonora · Expressão dramática e trabalho



### Requisitos

Área livre de 9 m<sup>2</sup> a 10 m<sup>2</sup> para os mediadores · Almofadas ou cadeiras para os participantes



### Tipologia de actividade

Hora do conto · Oficina de expressão dramática  
Leitura encenada com música

**Duração** 1 hora e 30 minutos



### Público-alvo

Todas as idades (adaptável a diferentes contextos)

**Lotação** 30



## Blackout Poetry

OFICINA DE POESIA DE RASURAÇÃO

*Blackout poetry* é uma forma de poesia visual que parte de páginas de livros velhos e inutilizados. O desafio é simples: destacar certas palavras, riscar outras — e deixar que surja um poema escondido no meio do texto.

O objectivo é descobrir (ou revelar) uma mensagem nova e inesperada nas entrelinhas de páginas escolhidas ao acaso — criando assim um poema que é, ao mesmo tempo, verbal e visual.

Esta actividade pode ser adaptada para um modelo de participação livre, sem duração fixa e com entrada e saída em fluxo contínuo.



### Aprendizagens

Estímulo da criatividade e da expressão poética  
Exploração de técnicas visuais e verbais ·  
Reutilização criativa de materiais



### Requisitos

Mesas e cadeiras · Actividade compatível  
com espaços exteriores ou interiores



### Tipologia de actividade

Oficina de poesia visual · Arte com materiais  
reutilizados

**Duração** 1 hora e 30 minutos



### Público-alvo

Todas as idades (participação livre e contínua)

**Lotação** 30



## Da Ideia ao Livro

OFICINA DE EDIÇÃO E CONSTRUÇÃO DE NARRATIVA

Como nasce um livro de banda desenhada? Desde a primeira faísca de inspiração até ao lançamento, há todo um caminho cheio de decisões criativas e editoriais.

Nesta oficina, João Mascarenhas, autor de BD e criador do *Menino Triste*, e o seu editor, Marc Parchow, vão mostrar, passo a passo, como transformar uma ideia num livro. Com a ajuda do público, a dupla vai esboçar e desenvolver uma história: enquanto o João desenha ao vivo, o Marc desvenda os bastidores do processo editorial – sempre com explicações claras, exemplos práticos e boa-disposição.

Uma oportunidade para descobrir os segredos da BD e da edição... e para ver um livro a ganhar vida diante dos teus olhos!



### Aprendizagens

Compreensão das etapas da edição de um livro  
Desenvolvimento de ideias e construção de narrativa  
Observação de técnicas de desenho ao vivo



### Requisitos

Mesa para os mediadores · Cadeiras para o público participante · Possibilidade de fazer fotocópias do trabalho final



### Tipologia de actividade

Oficina de BD · Demonstração ao vivo ·  
Conversa com autor e editor · Criação colectiva

**Duração** 4 horas



### Público-alvo

Todas as idades (adaptável a diferentes contextos)

**Lotação** Sujeita ao limite da sala



## Encadernação: Um Livro só Meu

OFICINA DE ENCADERNAÇÃO TRADICIONAL

Fazer um livro à mão é mais do que um exercício de técnica — é um gesto de paciência, criatividade e ligação com o objecto. Nesta oficina, vamos aprender o método de encadernação tradicional, construindo um livro do início ao fim.

Passo a passo, vamos preparar a capa, encadernar o miolo e descobrir alguns conceitos essenciais da anatomia do livro. No final, cada participante levará para casa um exemplar único e personalizado, com uma bela capa em madeira — um livro feito com as próprias mãos, pronto a guardar histórias, ideias ou desenhos.

Uma experiência prática e inspiradora, onde a arte da encadernação se torna parte do nosso próprio modo de criar.



### Aprendizagens

Técnica básica de encadernação tradicional  
Valorização do livro como objecto único e personalizado



### Requisitos

Mesas e cadeiras · Acesso a água



### Tipologia de actividade

Oficina prática · Encadernação artesanal

**Duração** 6 horas (manhã e tarde)



### Público-alvo

Jovens e adultos (+ 12 anos)

**Lotação** 8



## Memórias do Jardim Azul

OFICINA DE TÉCNICA FOTOGRÁFICA ARTESANAL (CIANOPIA)

Nesta oficina, que promove a consciência estética e ambiental, vamos explorar a cianotipia, uma técnica de impressão fotossensível. Começamos com um passeio pela natureza, onde recolheremos elementos orgânicos e conversaremos sobre a distinção entre plantas plantadas e espontâneas, bem como entre espécies endémicas e invasoras. De regresso, cada participante criará a sua própria composição e eternizá-la-á em papel, experienciando todo o processo de exposição e revelação da imagem.



### Aprendizagens

Conhecimento básico da técnica de cianotipia  
Consciência ambiental e valorização da natureza



### Requisitos

Sala que possa ser escurecida · Mesas e cadeiras para os participantes · Acesso a água · Acesso a espaço exterior (com sol)



### Tipologia de actividade

Oficina artística · Técnica fotográfica artesanal

Duração 2 horas



### Público-alvo

1.º, 2.º e 3.º Ciclos (adaptável a outros públicos)

Lotação 30



## Poesia em Tons de Azul

OFICINA DE TÉCNICA FOTOGRÁFICA ARTESANAL (CIANOPIA)

Entra no mundo encantado da cianotipia, onde a luz do sol e a química se combinam para captar a essência efémera da natureza. Nesta oficina, guiamos-te pelo processo de uma técnica fotográfica centenária, que, através de contrastes e sutilezas, revela a delicadeza das silhuetas e das filigranas vegetais, perpetuando-as numa impressão duradoura em tecido ou em papel.

Vem participar numa jornada artística e sensorial, em que a beleza emerge da complementaridade entre luz e sombra. Torna-te um poeta da luz e deixa que as plantas sejam as tuas musas na criação de verdadeiros poemas visuais.



### Aprendizagens

Conhecimento básico da técnica de cianotipia  
Exploração criativa da luz, sombra e composição  
Valorização estética de elementos naturais



### Requisitos

Sala que possa ser escurecida · Mesas e cadeiras para os participantes · Acesso a água · Acesso a espaço exterior (com sol)



### Tipologia de actividade

Oficina artística · Técnica fotográfica artesanal

Duração 3 horas



### Público-alvo

Adultos e famílias (+ 12 anos)

Lotação 20



## Apanhar o Sol na Rede

OFICINA DE SERIGRAFIA ARTESANAL PARA PRINCIPIANTES

Esta oficina começa com um passeio pela natureza em busca de elementos orgânicos. Uma folha recortada, três pétalas de margarida, duas lasquinhas de líquen, a pena esquiada de um gaio... qualquer matéria onde talvez se esconda um sopro de vento, o murmúrio de uma árvore ou um raiozinho de sol. Depois de escolhidos os elementos, cada participante irá eternizá-los no papel através do método indirecto de impressão serigráfica.

Não te preocupes se não sabes nada de serigrafia: vamos guiar-te passo a passo e explicar-te, de forma acessível, tudo o que precisas de saber. Para participar, basta trazeres vontade de criar e de aprender.



### Aprendizagens

Conhecimento básico da técnica de serigrafia artesanal · Valorização estética de elementos naturais



### Requisitos

Sala que possa ser escurecida · Mesas e cadeiras para os participantes · Acesso a água · Acesso a espaço exterior (com sol)



### Tipologia de actividade

Oficina artística · Serigrafia artesanal

**Duração** 4 horas



### Público-alvo

Jovens e adultos · Famílias (+ 12 anos)

**Lotação** 15



## Na Ponta da Goiva

OFICINA DE IMPRESSÃO ARTESANAL EM LINOGRAVURA

Vem descobrir o fascinante mundo da gravura e sentir o prazer de entalhar, imprimir e criar com as próprias mãos!

Nesta oficina, começamos com um breve mergulho na história da gravura – um meio que atravessou séculos, das oficinas dos mestres renascentistas às bancas de fanzines dos dias de hoje. Depois, passamos à acção: cada participante vai desenhar, entalhar e imprimir a sua própria matriz em linóleo, experimentando a magia do *chine-collé* (uma técnica que junta cor e textura através da colagem de papel de seda).

Com goivas afiadas, mãos firmes e alguma paciência, transformamos blocos de linóleo em imagens únicas. E se nunca fizeste gravura, não te preocupes: vamos guiar-te passo a passo, do primeiro risco à última impressão. No final, levas contigo a tua série de gravuras e o conhecimento para continuares a explorar esta técnica onde e quando quiseres (até com ferramentas que tens na cozinha!). Prepara-te para sujar as mãos, afiar o olhar e descobrir o encanto de imprimir a tua marca no mundo.



### Aprendizagens

Conhecimento básico da técnica de linogravura  
Criação e impressão de matrizes artesanais  
Exploração de texturas e composição visual



### Requisitos

Mesas e cadeiras para os participantes  
Acesso a água



### Tipologia de actividade

Oficina artística · Impressão artesanal

**Duração** 6 horas (manhã e tarde)



### Público-alvo

Jovens e adultos (+ 12 anos)

**Lotação** 10



## Desenhar para Ver

OFICINA DE DESENHO DE DIÁRIO GRÁFICO

Desenhar é aprender a ver. Nesta oficina, treinamos o olhar e a mão, explorando o desenho como ferramenta de observação. Vamos aprender a olhar como um ilustrador, a sintetizar informação visual e a captar a essência do que vemos – seja uma paisagem, uma figura humana ou a textura de um busto de pedra.

Durante uma hora e meia, deambulamos por espaços interiores ou exteriores – jardins, ruas, museus, ou outros lugares –, consoante as condições propostas por quem nos recebe e o estado do tempo. Em cada contexto, esboçamos elementos que nos ajudam a afinar o olhar e a mão, adaptando o foco do exercício ao ambiente envolvente.

Aberta a adolescentes e adultos, esta oficina não exige experiência prévia – apenas curiosidade e vontade de desenhar.



### Aprendizagens

Observação e registo através do desenho  
Síntese e representação de elementos visuais  
Adaptação do olhar ao contexto e ao ambiente



### Requisitos

Sem requisitos · Os participantes podem trazer os seus próprios diários gráficos, mas não é obrigatório



### Tipologia de actividade

Oficina artística · Desenho de diário gráfico

**Duração** 1 hora e 30 minutos



### Público-alvo

Jovens e adultos (+ 12 anos)

**Lotação** 20



## O Pássaro na Corda da Roupa

OFICINA DE CONSTRUÇÃO DE AUTÓMATOS COM MOLAS DE ROUPA

Nesta oficina, transformamos molas de roupa em pequenas peças de arte mecânica, cheias de cor e personalidade! Com arame, papel e tinta, vamos construir um pássaro autómato, que bate as asas graciosamente ao compasso dos nossos dedos.

Ao longo da sessão, exploramos princípios mecânicos simples e descobrimos como usar eixos, alavancas e a elasticidade da mola para criar movimento — e, assim, dar vida ao nosso pássaro.

Uma oficina para quase todas as idades! Para participares, basta que saibas desmontar e montar uma mola de roupa sozinho.



### Aprendizagens

Construção de autómotos · Princípios básicos de mecânica e movimento · Criatividade na personalização de objectos



### Requisitos

Sala ampla ou espaço exterior (dependendo das condições meteorológicas) · Cadeiras e mesas



### Tipologia de actividade

Oficina prática · Construção artesanal

Duração 4 horas



### Público-alvo

Jovens e adultos (+ 12 anos)

Lotação 15



## Mãos Que Semeiam

OFICINA-JOGO PARA CONSTRUIR «BOMBAS DE SEMENTES»

BIM! BAM! BUM! Vamos salvar os polinizadores! Mas, primeiro, precisamos de os conhecer... Brincando com imagens e conceitos, desafiamos os mais pequenos a pensar no mundo à sua volta. De onde vêm as coisas que comemos? O que fazem as abelhas? As flores servem só para ser bonitas? As plantas têm bebés?

A natureza precisa da ajuda de muitas espécies para dar flores e frutos, mas algumas das nossas acções estão a pôr em risco esse equilíbrio. Está na hora de ouvirmos a natureza e de lhe darmos uma mãozinha!

Nesta oficina, um jogo de perguntas e respostas ajuda-nos a descobrir como funciona o ciclo de vida das plantas e o papel essencial da polinização. Depois, com as nossas próprias mãos, moldamos as bombas de sementes que irão encher de vida os lugares à nossa volta.



### Aprendizagens

Importância da polinização e ciclo de vida das plantas · Relação entre biodiversidade e alimentação  
Participação activa na preservação da natureza



### Requisitos

Sala ampla ou espaço exterior (dependendo das condições meteorológicas) · Possibilidade de colar coisas na parede · Acesso a água



### Tipologia de actividade

Oficina prática · Jogo de perguntas e respostas  
Construção de bombas de sementes

**Duração** 1 hora e 30 minutos



### Público-alvo

Pré-escolar · 1.º Ciclo · Adaptável a famílias com crianças pequenas (até 6 anos)

**Lotação** 30



## Guerrilheiros pela Natureza

OFICINA-JOGO (PEDDY-PAPER) PARA CONSTRUIR «BOMBAS DE SEMENTES»

Os espaços verdes nas cidades estão a diminuir e, com eles, desaparecem habitats essenciais para a biodiversidade — sobretudo para os insectos polinizadores, que garantem a reprodução das plantas, controlam pragas e sustentam ecossistemas inteiros. Sem eles, até a nossa alimentação estaria em risco!

Mas há algo que podemos fazer. Para salvar os polinizadores, precisamos de flores; para ter flores, precisamos de sementes; e para espalhar as sementes... precisamos de bombas!

Nesta oficina, vamos entrar em acção e fabricar a nossa artilharia botânica, misturando sementes de flores nativas com terra e argila para criar bombas de sementes, prontas a explodir em vida. Mas primeiro, teremos de encontrar os ingredientes! Através de um jogo em equipa, iremos procurar os materiais necessários para construir as nossas bombas, seguindo pistas e desafios que nos levarão a reunir tudo o que é preciso para lançar esta missão verde.

Prepara-te para sujar as mãos e semear a mudança!



### Aprendizagens

Importância dos polinizadores e da biodiversidade urbana · Estratégias para promover habitats naturais · Participação activa na preservação da natureza



### Requisitos

Espaço exterior (actividade dependente de condições meteorológicas favoráveis) · Acesso a água



### Tipologia de actividade

Oficina prática · *Peddy-paper* · Construção de bombas de sementes

**Duração** 2 horas e 30 minutos



### Público-alvo

Famílias (+ 6 anos) · Adaptável a diferentes contextos

**Lotação** 30



## Um Chiu, Um Piu

OFICINA DE RECONHECIMENTO DO CANTO DAS AVES

Será que os pássaros cantam de maneira diferente consoante estejam alegres, assustados, zangados...? Que voz farão quando namoram? E quando querem proteger os filhos?

Podemos saber tantas coisas acerca das aves se as ouvirmos com atenção... Tal como os músicos de uma orquestra, cada ave toca o seu próprio instrumento, e nós, com um bocadinho de treino e paciência, podemos distingui-lo pelo tom, pela frequência, pela duração...

Nesta oficina, vamos treinar os nossos ouvidos e deixar-nos guiar pelos sons (e silêncios) que as aves fazem. Num passeio orientado por ornitólogos amadores, vais descobrir aves que nunca imaginaste viverem mesmo à tua beira. Chiu!... Vamos descobrir um mundo novo!



### Aprendizagens

Identificação de aves pelo canto · Observação e escuta atenta da natureza · Reconhecimento de comportamentos e habitats das aves



### Requisitos

Sala ampla que permita movimentação · Condições técnicas para utilização de computador e projector  
Espaço verde próximo



### Tipologia de actividade

Oficina de observação da natureza · Passeio orientado

**Duração** 2 horas (1h30 para crianças pequenas)



### Público-alvo

Todas as idades (adaptável a diferentes contextos)

**Lotação** 30



## Beesy-Hotel

UM ABRIGO PARA POLINIZADORES

Os incêndios, a desflorestação e a redução dos espaços verdes têm afectado gravemente a biodiversidade, destruindo habitats essenciais – sobretudo para os insectos polinizadores, que desempenham um papel fundamental nos ecossistemas. Sem eles, a polinização de muitas plantas estaria comprometida, pondo em risco a agricultura e até a nossa própria alimentação.

Nesta oficina, que visa despertar a consciência ecológica, vamos arregaçar as mangas e construir abrigos para insectos, contribuindo para o equilíbrio da biodiversidade nos espaços que habitamos.

Recorrendo a algumas noções de marcenaria, cada participante (ou dupla) irá construir e personalizar um «hotel» para insectos, criando um refúgio seguro para estas pequenas criaturas essenciais à saúde dos ecossistemas.



### Aprendizagens

Importância dos polinizadores nos ecossistemas  
Construção de abrigos para insectos · Consciência ecológica e preservação da biodiversidade



### Requisitos

Espaço exterior compatível com uso de ferramentas · Superfícies de trabalho sólidas e firmes



### Tipologia de actividade

Oficina prática · Construção artesanal

**Duração** 6 horas (manhã e tarde)



### Público-alvo

Jovens e adultos (+ 12 anos)

**Lotação** 15



## Afiar a Escrita

OFICINA DE CONSTRUÇÃO DE CANETAS DE CANA E EXPERIÊNCIAS CALIGRÁFICAS

Escrever é um gesto antigo, mas já paraste para pensar na ferramenta que usas? Nesta oficina, voltamos às origens e aprendemos a fabricar canetas a partir de canas, num processo simples, mas cheio de história.

Começamos por falar de espécies invasoras e do impacto das canas nos ecossistemas. Depois, arregaçamos as mangas: cortamos as canas, afiamos as pontas com movimentos certos e transformamo-las em instrumentos de escrita. Para terminar, mergulhamos no mundo da caligrafia, explorando diferentes formas de traço e experimentando as nossas novas canetas em papel. Uma oficina prática, criativa e cheia de gestos hábeis que nos fazem olhar a escrita com outros olhos.



### Aprendizagens

Fabrico artesanal de canetas de cana · Noções sobre espécies invasoras e impacto nos ecossistemas · Exploração criativa da caligrafia e do traço



### Requisitos

Sala ampla ou espaço exterior (dependendo das condições meteorológicas) · Cadeiras e mesas



### Tipologia de actividade

Oficina prática · Construção artesanal

Duração 2 horas



### Público-alvo

Jovens e adultos (+ 12 anos)

Lotação 10



## Um Segredo Bem Guardado

OFICINA DE TINTA FERROGÁLICA

Por vezes, confundem-se bolotas com bugalhos — mas a verdade é que são coisas bem diferentes. As bolotas são os frutos dos carvalhos e alimentam muitos animais. Já os bugalhos não são frutos: são pequenas esferas, ou galhas, que os carvalhos desenvolvem como resposta à picada de uma vespa.

Nesta oficina prática, vamos falar de bugalhos e de uma arte milenar de fazer tinta que remonta ao tempo dos Romanos. Por ser resistente, duradoura e de fácil produção, a tinta ferrogálica foi, durante séculos, amplamente utilizada para escrever, desenhar e registar a história. Feita a partir de sais de ferro e taninos vegetais extraídos das galhas, esta tinta escura guarda em si um saber antigo — e é isso que vamos explorar juntos. No final, cada participante leva consigo um frasquinho de saberes ancestrais e de potencial criativo.



### Aprendizagens

História e fabrico da tinta ferrogálica  
Noções básicas de química aplicadas à produção artesanal de tinta



### Requisitos

Sala ampla ou espaço exterior (dependendo das condições meteorológicas) · Cadeiras e mesas



### Tipologia de actividade

Oficina prática · Produção artesanal de tinta

**Duração** 3 horas



### Público-alvo

Jovens e adultos (+ 12 anos)

**Lotação** 15