



## EXPLORA

### DIÁRIO DOS SENTIDOS

Agora que sabes que as paisagens são multissensoriais, cria o teu caderno das paisagens:

Nos lugares que habitas regista os sons, os odores e os sabores que te são familiares e os que são menos habituais (nota que há diferenças entre dia e noite e entre dias da semana).

Quando viajares para um lugar novo, anota (escrevendo, desenhando, etc.) o que os teus sentidos captam de especial.

Pensa também no tato – que temperaturas e texturas te oferece a paisagem: o frio gélido na serra, o calor das pedras no verão; que sensação tens no corpo quando sobes um trilho de montanha; e quando caís na toalha da praia depois de um mergulho?

Repara:

com estas anotações estás a construir as tuas paisagens!

Desafia os teus amigos ou família a criarem o seu diário e comparem os vossos registos.