

O objetivo é sensibilizar para o que procurar quando se procura um local e/ou trilho adequado para uma experiência de Accessible Forest. Quais os locais adequados e quais podem não ser, e porquê.

A Prática Accessible Forest é altamente adaptável e os passeios podem ocorrer numa variedade de espaços, incluindo parques, jardins botânicos, florestas, praias, desertos e outros ambientes naturais. Ao trabalhar com diferentes populações, precisamos de ter em conta quais podem ser as

suas necessidades específicas e indagar se estão satisfeitas com o local que estamos a imaginar. A arte está em encontrar um local que vá ao encontro das necessidades específicas da população e da relação do facilitador com o local para o qual estará a guiar.

CRITÉRIOS IMPORTANTES PARA REFLEXÃO:

Acessibilidade Física e Mobilidade:

Qual a mobilidade do grupo que vai orientar? Conseguem caminhar sozinhos ou estarão em cadeiras de rodas? Como é que isso afeta a escolha do local?

Considere o que precisa de procurar nos trilhos:

- Superfícies planas e estáveis, como, por exemplo, caminhos pavimentados, ou a população que vai guiar poderá beneficiar de um terreno mais desafiante?
- O terreno é macio e plano ou é íngreme e tem raízes, pedras, folhas soltas ou quaisquer outros elementos naturais que possam provocar tropeções e quedas nos participantes?
- O local necessita de ter pontos de acesso adequados para cadeiras de rodas e dispositivos de mobilidade?
- Qual a proximidade de estacionamento, casas de banho e locais de descanso?

Segurança Sensorial e Emocional

Como é este local? Qual é a sua experiência sensorial neste local? Pense na população que vai orientar e como pode vivenciar este local.

Qual é a paisagem sonora deste local? Consegue ouvir o trânsito e outros ruídos artificiais? Como pode impactar a experiência dos participantes? Baixa poluição sonora (tráfego, máquinas).

Considere o que precisa de procurar nos trilhos:

- Espaços tranquilos, como orlas de florestas, que tenham áreas de encontro abertas onde os participantes se possam ver e que ofereçam uma luz suave através das copas das árvores.
- Evite locais que exibam estímulos visuais e auditivos intensos.

Considerações Culturais e Emocionais

O local é acolhedor para pessoas que possam ter traumas, deslocações ou desorientação cultural? Existem símbolos, sinalização ou padrões da comunidade local que possam parecer inseguros ou desconhecidos?

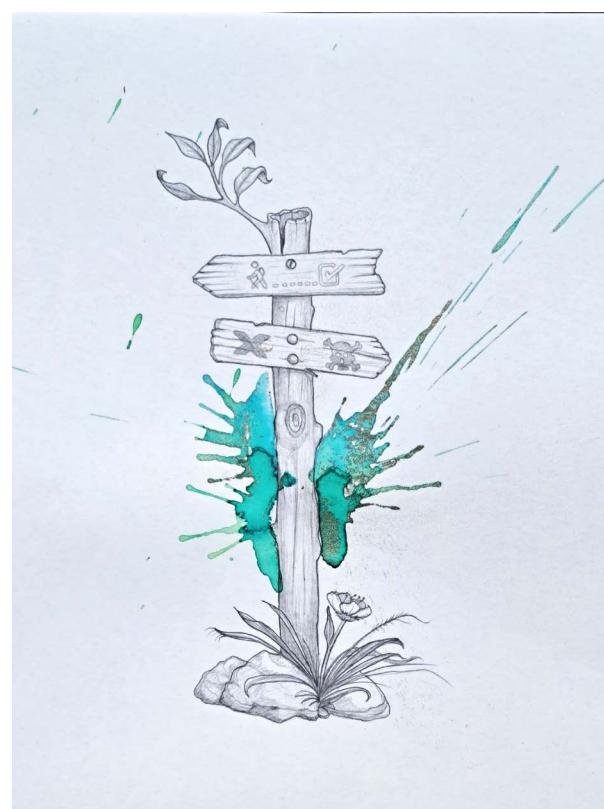
Privacidade e Contenção

Considere procurar locais e espaços que pareçam fechados, mas não confinados. Visite estes locais em diferentes dias da semana e em diferentes horas do dia para se familiarizar com os mesmos e evitar espaços com aglomerações repentinhas, exposição ou interrupções.

Orientação e Sinalização

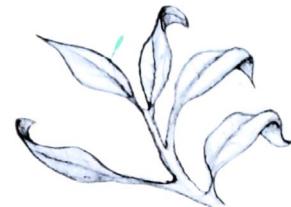
Como é a sinalização neste local? A sinalização é clara e simples?

Como é o trilho? Existem trilhos circulares e pontos de entrada e saída definidos para ajudar a reduzir a ansiedade dos participantes?



ALGUMAS DICAS PRÁTICAS:

- **Percorra o trilho lentamente com antecedência** — faça-o várias vezes e observe e sinta o trilho sob múltiplas lentes: mobilidade, trauma, necessidades sensoriais, diferenças culturais.
- **Verifique se existem bancos ou zonas de descanso naturais** — Qual a sua frequência considerando a população que vai orientar?
- **Procure sombra e proteção contra as condições meteorológicas**, como a luz solar e a chuva.
- **Minimize as escadas, os declives acentuados, as folhas e raízes soltas e as pedras com musgo.**
- **Avalie as áreas de estacionamento e de desembarque** — uma carrinha ou um veículo de apoio pode aceder facilmente a elas? E quanto às opções de transporte público para o local? Estão disponíveis? Quais são?
- **Observe o sinal de telemóvel caso haja emergências.**



EXPLORE:

Mapeie a inclusão e a acessibilidade do local: Crie um mapa de acesso sensorial dos seus trilhos locais e possíveis locais — observe onde podem surgir tensões para diferentes grupos com base nas necessidades específicas da população.

Fale com outros membros da comunidade: Peça a alguém que trabalhe com a população que irá guiar para percorrer o trilho consigo e reflita sobre o conforto e a acessibilidade.

Pratique “abrandar o olhar”: observe o rastro da altura de uma criança, sentado ou de um local com fadiga emocional.

REFLITA:

- Para quem é este local acessível?
- Estou inconscientemente a projetar esta experiência para pessoas como eu?
- O que significa acessibilidade para além das rampas — emocional, social e culturalmente?
- Como equilíbrio a segurança com a amplitude?
- Estou realmente a oferecer um sentimento de pertença para aqueles que se podem sentir deslocados em espaços verdes públicos?
- Que premissas posso desconstruir? para melhor servir as pessoas que guio?

