

CADERNO DE VIAGEM

Itinerários pedagógicos para
Educar para a Ecologia Integral pela Cidadania Global

PROPOSTAS PARA EDUCADORES E EDUCADORAS



CA(U)SA
COMUM

FICHA TÉCNICA:

Título:

Caderno de Viagem: Itinerários pedagógicos para Educar para a Ecologia Integral pela Cidadania Global - Propostas para educadores e educadoras

Autoria:

Equipa da FGS - Fundação Gonçalo da Silveira; equipa da Associação Casa Velha; Anabela Silva, Cláudia Campos, Lídia Eugénio, Noémia Castelão e Paulo Marques, pelo Agrupamento de Escolas Cónego Dr. Manuel Lopes Perdigão; Beatriz Dias e Maria da Luz Moreira, pelo Agrupamento de Escolas D. Filipa de Lencastre; Denis Hickel.

Conceção e execução gráfica:

Maria Azevedo Coutinho e Shivani Ranchhod

Ilustrações:

Shivani Ranchhod

Vídeos:

Âmago

Edição:

Fundação Gonçalo da Silveira e Associação Casa Velha

Lisboa, julho de 2018

Recurso produzido no âmbito do projeto “Uma Ca(u)sa Comum: Educar para a Cidadania Global pela Ecologia Integral”, que contou com o apoio financeiro do Camões - Instituto da Cooperação e da Língua, I.P.

Uma iniciativa:



Escolas parceiras:



Cofinanciamento:



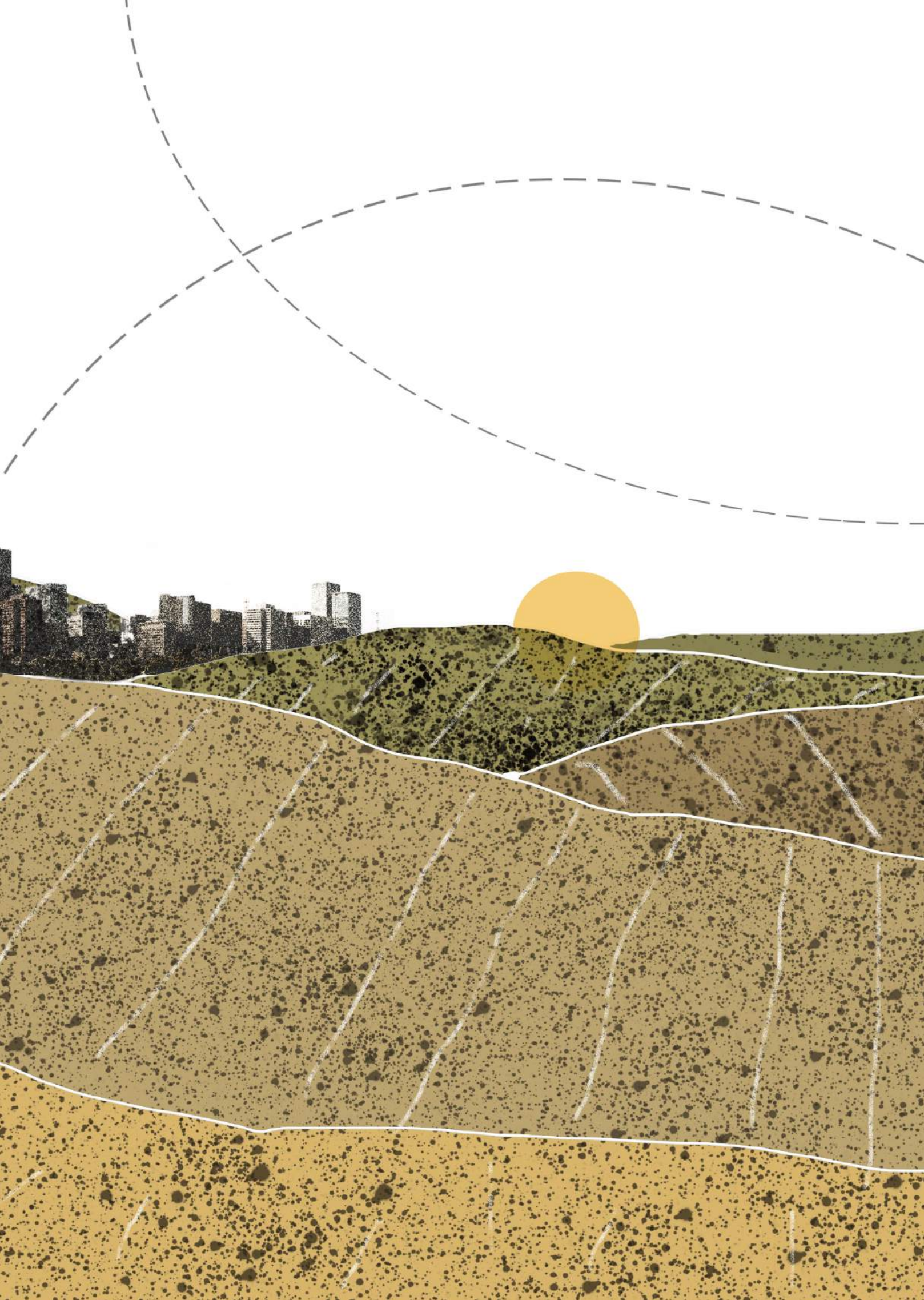
LICENÇA BY-NC-SA CREATIVE COMMONS

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/pt/>

Permite copiar, exibir e distribuir a obra gratuitamente, bem como modificações na mesma. Ao permitir a modificação da obra, esta licença permite também a sua tradução para outras línguas pelo utilizador. Obriga à referência ao autor e proíbe o uso da obra para fins comerciais.

Para qualquer outra utilização, devem ser contactados os autores.

1. Antes de começar a viagem	5
2. O contexto desta viagem	11
3. A nossa bússola: a Ecologia Integral	15
4. O mapa da viagem	21
5. Paragens e passos da viagem	29
1.ª Paragem - Eu sou porque nós somos	31
2.ª Paragem - Põe os pés no chão e liga-te!	35
3.ª Paragem - Renova o teu olhar	45
4.ª Paragem - Aprofunda e questiona	53
5.ª Paragem - Assume a tua posição e cuida do nosso Mundo	75
6.ª Paragem - Perspetiva e recomeça	79
6. Referências e outras pistas para aprofundar e inspirar	85
ANEXOS	89



1. ANTES DE COMEÇAR A VIAGEM



A ecologia estuda as relações entre os organismos vivos e o meio ambiente onde se desenvolvem. E isto exige sentar-se a pensar e discutir acerca das condições de vida e de sobrevivência duma sociedade, com a honestidade de pôr em questão modelos de desenvolvimento, produção e consumo. Nunca é demais insistir que tudo está interligado. O tempo e o espaço não são independentes entre si; nem os próprios átomos ou as partículas subatômicas se podem considerar separadamente. Assim como os vários componentes do Planeta - físicos, químicos e biológicos - estão relacionados entre si, assim também as espécies vivas formam uma trama que nunca acabaremos de individuar e compreender. Boa parte da nossa informação genética é partilhada com muitos seres vivos. Por isso, os conhecimentos fragmentários e isolados podem tornar-se uma forma de ignorância, quando resistem a integrar-se numa visão mais ampla da realidade.

(PAPA FRANCISCO, 2015, 138)



*A educação não transforma o mundo...
muda as pessoas que transformam o mundo.*

(PAULO FREIRE, 1996, 109)

1. ANTES DE COMEÇAR A VIAGEM

Caros/as Companheiros/as de Viagem

Bem-vindos e bem-vindas a bordo desta edição que designámos de *Caderno de Viagem: Itinerários pedagógicos para Educar para a Ecologia Integral pela Cidadania Global - Propostas para educadores e educadoras*. Esta surge como resultado do projeto “Uma Ca(u)sa Comum: Educar para a Cidadania Global pela Ecologia Integral” promovido pela FGS - Fundação Gonçalo da Silveira, em parceria com a Associação Casa Velha, entre 2016 e 2018, e cofinanciado pelo Camões - Instituto da Cooperação e da Língua, I.P.. O título do Caderno expressa o processo criativo e colaborativo que lhe deu origem, mas, sobretudo, o convite que se pretende estender a todos/as os/as que desejem percorrer, nas suas realidades e contextos, viagens pedagógicas de promoção da Ecologia Integral baseadas numa perspetiva de Cidadania Global.

O projeto “Uma Ca(u)sa Comum” propôs-se ser um lugar de encontro, de relação, de cuidado, de germinação e de demonstração de uma visão e ação ecossistémicas de transformação social urgente, perante os desafios que a realidade hoje nos revela. O sistema económico mundial e o progresso, fruto da industrialização, geraram de forma bem visível, a crise civilizacional (de cariz simultaneamente ambiental, social e cultural) na qual vivemos, que agudiza injustiças eco-sociais, desigualdades e pobreza a nível local e global.

A viagem civilizacional feita até aqui trouxe-nos ao limite da insustentabilidade humana e ambiental. Por isso não podemos conformar-nos. É tempo de vivermos uma nova viagem, que nos transforme enquanto seres individuais e coletivos, e crie um novo modo de nos relacionarmos com as outras pessoas e com o Mundo.

Partindo da Educação como motor de transformação e promoção de uma sociedade mais consciente e comprometida com a construção de um mundo justo, equitativo e sustentável, o projeto “Uma Ca(u)sa Comum” trabalhou em duas vertentes:

- na interligação de atores da sociedade civil a nível nacional das áreas de Ambiente/Ecologia e de Educação para o Desenvolvimento/Educação para a Cidadania Global, enquanto abordagem holística e integral aos desafios atuais;
- na construção e experimentação coletiva e participada de um processo pedagógico e de sensibilização com educadores/as de diferentes ciclos de ensino, com o objetivo de partilhar com outros/as possíveis itinerários pedagógicos de transformação social que ajudem a responder aos desafios atuais.

Foi no âmbito do trabalho realizado nesta segunda vertente, que surgiu este Caderno de Viagem. Um processo de aprendizagem individual e coletivo que nos permitiu descobrir e interiorizar uma nova visão de Ecologia. Visão essa que procuramos dar a conhecer nos capítulos iniciais do Caderno, mas, cujo conteúdo consideramos que apenas pode ser realmente apropriado quando, em conjunto com outros/as, decidirem “fazer-se à estrada”, trilhando o vosso caminho. Por ter constituído, para nós, um percurso transformador, queremos aqui partilhá-lo convosco, para que possa ser inspiração para novos caminhos de transformação social.

Resta partilhar quem foi este “nós” que se arriscou neste percurso conjunto durante cerca de um ano e meio. Somos um grupo de pessoas ligadas à FGS - Fundação Gonçalo da Silveira (uma Organização Não Governamental para o Desenvolvimento sita em Lisboa), à Associação Casa Velha (uma Organização de Ecologia e Espiritualidade, localizada em Ourém), ao Agrupamento de Escolas D. Filipa de Lencastre (Lisboa) e ao Agrupamento de Escolas Cónego Dr. Manuel Lopes Perdigão (Ourém). Esteve também connosco um colega com experiência e trabalho em Ecoliteracia.

Foi opção do projeto “Uma Ca(u)sa Comum” realizar este processo de construção de itinerários pedagógicos com educadores/as de contextos diferentes: um no âmbito rural e outro urbano. Quisemos refletir justamente realidades diferentes (territoriais, educativas, temáticas, áreas curriculares e níveis de ensino), assumindo à partida a necessidade de uma abordagem integral e holística como pressuposto de qualquer resposta para o que está a acontecer e aos futuros que se preparam.

Sobre isto, sugerimos que espreitem o vídeo 3 – “Testemunhos”.



Disponível também através do link:

<http://fgs.org.pt/caderno-de-viagem-itinerarios-pedagogicos-para-educar-para-a-ecologia-integral-pela-cidadania-global/>

Foi este grupo com características tão diversas, que, com o seu tempo, espaço, experiência, entusiasmo e imperfeições, tornou possível conceber e experimentar este Caderno de Viagem que agora vos é entregue como possível mapa para um futuro justo, equitativo e sustentável.

Porque o experimentámos, acreditamos que para aqueles/as que arriscarem continuar a dar vida a esta e a outras viagens, esta será uma oportunidade valiosa de descoberta e questionamento, que começa por desafiar a nossa própria forma de olhar, pensar, agir e educar, e que permitirá reordenar itinerários pedagógicos rumo a uma ética ecológica, de modo a que possamos todos e todas crescer na solidariedade, responsabilidade e cuidado da nossa Casa Comum.

A transformação social necessária para a sustentabilidade da nossa Casa Comum só pode surgir de uma transformação pessoal unida a uma transformação comunitária/coletiva, para as quais são necessários processos educativos que tenham por base motivações alicerçadas na consciência do Mundo à nossa volta, como parte integrante de uma rede de relações (com outros/as e o planeta), onde cada um/a é chamado/a a desempenhar um papel específico.

Esperamos que este Caderno de Viagem vos ajude a compreender o vosso papel, tal como nos ajudou a nós!

Boa viagem!

A Equipa do Ca(u)sa Comum

An architectural rendering of a modern building complex. The scene features a large, multi-story building with a textured, grid-like facade on the right. In the center, there is a courtyard with a large, rounded tree and several smaller trees. In the foreground, there is a landscaped area with low hedges, a path, and some people walking. A bird is flying in the sky above the courtyard. The overall style is a detailed architectural illustration.

2. O CONTEXTO DESTA VIAGEM



2. O CONTEXTO DESTA VIAGEM

Iniciar uma viagem pedagógica nos dias de hoje, é, na nossa perspetiva, afirmar que vamos viajar por contextos inóspitos onde somos confrontados/as com uma tripla crise à escala planetária: a ambiental, a social e a cultural.

A crise ambiental é um dos grandes desafios do nosso tempo, ponto de discussão e preocupação quer de líderes políticos, quer da sociedade civil. As alterações climáticas, a poluição atmosférica, do solo e da água, a perda rápida de biodiversidade, a deflorestação, os incêndios, a superabundância de resíduos produzidos em países industrializados e exportados para “países em desenvolvimento”, a falta de acesso a água potável... Tudo isto aponta num sentido único: a forma como a humanidade no seu todo vive, produz e consome, não só não é sustentável, como denuncia a existência de um abismo entre o ser humano e o planeta, enquanto casa da sua existência. A humanidade corre e orienta-se no sentido do crescimento e desenvolvimento económico e o planeta vai permanecendo como instrumento, cada vez mais gasto, exausto e frágil, sem possibilidade de regeneração.

Vivemos uma tripla crise à escala planetária

O paradigma de progresso atual não é sinónimo de bem-estar para todos e todas

Mas esta crise ambiental é apenas uma das várias roupagens que concretizam o ponto onde a civilização moderna e industrializada nos conduziu. Se olharmos pela perspetiva social, não podemos esquecer as injustiças sociais, a pobreza de uma grande parte da população mundial e a exclusão contínua e permanente de alguns grupos que, pelo facto de por exemplo nascerem em determinados países, se veem expropriados dos seus recursos naturais, do acesso à terra, à alimentação e/ou à paz. Sabe-se, hoje, que a degradação ambiental tem influência direta nas situações de desigualdade e injustiça social à escala global. Ao contrário do que pensávamos há algumas décadas, o nosso paradigma de progresso atual não é sinónimo de bem-estar para todos e todas. Pelo contrário, a tendência tem sido trazer bem-estar para uma minoria reduzida, à custa da extinção de recursos naturais e construindo uma lógica de poder na arena internacional que reforça desigualdades extremas.

Ambiente e sociedade estão unidos por outra crise: a cultural. A globalização da indiferença, como apelida o Papa Francisco¹, é um dos aspetos desta crise.

A globalização da indiferença é um dos aspetos desta crise

Indiferença face a outros seres humanos, que tanto podem viver no prédio ao lado como do outro lado do planeta, e que não deixa tempo para o encontro e para vínculos profundos. Indiferença que acentua fronteiras entre um “nós” e um “eles”, distantes e não incluídos numa conjugação do verbo partilhar na 1.ª pessoa do plural. Indiferença face à injustiça, que é encarada como azar de alguns/algumas e não como responsabilidade de todos/as. Indiferença que é potenciada pela cultura do imediato, do descartável, de competição, e que transforma cada relação num meio para um fim de curta duração - seja a relação que mantemos com as coisas, seja com as pessoas, seja com a natureza.. Do “sermos criados” em relação com outros seres humanos, que nos são iguais e com quem co-criamos

1

Cf Papa Francisco (2015)

a realidade, passámos para o “ter relações e fazer *networking*”. Instrumentalizamos as pessoas que, nalguns casos tornam-se “descartáveis”, e passamos a assumir “o que posso consumir”, “o que posso ter e comprar”, como a finalidade última das nossas vidas.

Foi este contexto que nos desafiou a querer construir os itinerários pedagógicos que este Caderno de Viagem reúne, e que pretendem dar-nos pistas para um caminho que consideramos mais alinhado com a essência do que somos e do que nos envolve. Da nossa perspectiva, é essencial buscar soluções integrais que tenham em consideração as interações dos sistemas naturais entre si e com os sistemas sociais e culturais. Não há três crises separadas. Há antes uma única e complexa crise civilizacional, que tem as suas raízes no modelo económico atual que nos transformou a todos/as em consumidores/as e relegou para segundo plano a nossa essência de seres relacionais, interdependentes dos

*Não há três crises
separadas. Há antes
uma única e complexa
crise civilizacional*

outros e do ambiente que nos rodeia. A resposta a este desafio requer, portanto, uma abordagem integral, compartilhada e global para combater a pobreza, devolver a dignidade aos excluídos e, simultaneamente, cuidar da natureza e é na construção desta solução que, da nossa perspectiva, é essencial investir na Educação para a Cidadania Global a partir de um pensamento e práticas que reflitam uma visão de Ecologia Integral.



The background of the page is a light green color with a dense pattern of small, dark grey dots. In the upper left, there is a stylized tree branch with several green leaves and several round, orange fruits. Five small, dark grey birds are perched on the branches, and one larger bird is shown in flight in the upper right. In the lower left, a dark grey silhouette of a person is shown from the waist up, with their arms raised towards the sky. A large, white, circular moon is positioned in the upper left quadrant of the lower half of the page.

3. A NOSSA BÚSSOLA: A ECOLOGIA INTEGRAL

3. A NOSSA BÚSSOLA: A ECOLOGIA INTEGRAL

Como em qualquer viagem, ao longo deste Caderno somos guiados por uma referência externa que nos ajuda a perceber a realidade e orienta até ao nosso destino. Neste caso, a nossa bússola rumo a um mundo justo, equitativo e sustentável, portanto, ao Bem Comum é a Ecologia Integral.

*Ecologia Integral
rumo ao Bem Comum*

Mas o que é isto da Ecologia Integral?

A partir da caminhada conjunta empreendida no projeto “Uma Ca(u)sa Comum”, fomos construindo uma visão sobre o que entendemos por Ecologia Integral. Não é, nem pode ser, um conceito estanque, visto que a própria realidade é dinâmica. Contudo, é importante para nós evidenciar o que, na nossa perspectiva, caracteriza a Ecologia Integral, o que a diferencia de outras propostas e porque é essencial ligá-la ao conceito de Educação para Cidadania Global.

Ecologia integral é uma forma diferente de (con)viver e olhar para o Mundo que, quando integrada nas nossas decisões, nos molda e transforma por dentro, gerando em nós um sentido de pertença à Casa Comum e despoletando uma forma diferente de ser Mundo e ser para o Mundo

*Uma nova visão e uma
nova forma de relação*

É uma perspectiva que alarga o conceito de Ecologia - enquanto processo de análise sobre o ambiente que rodeia os seres vivos -, através de um olhar integrado e holístico da realidade, que não se restringe à esfera ambiental, mas alarga a sua intervenção ao ser humano e à sociedade com os seus diversos sistemas². É uma ferramenta científica para a leitura integrada dos problemas, que analisa o mundo com outros olhos, percebendo a interligação existente entre todas as coisas: o ser humano, a sociedade e o planeta. No sentido etimológico da palavra, é uma ecologia que nos remete para o Cuidar da Casa, que não se reduz à dimensão meramente ambiental e física e que enriquece o conceito com todas as dimensões da vida pessoal e coletiva, reconhecendo que o bem individual e o bem comum não se podem separar. Tudo está intimamente relacionado com tudo³, por isso, o todo não deve ser fragmentado em partes, mas entendido nas suas relações de interdependência.

*Alarga o conceito
de Ecologia*

A possibilidade de olhar para a realidade desta forma distinta, posiciona-nos sempre face ao Mundo numa lógica de ecossistema de relações (naturais, sociais) que nos remete para uma realidade de interdependência e de co-construção do bem comum. Mais do que sermos o que temos, a Ecologia Integral recentra o nosso olhar nas relações que criamos, mantemos ou cortamos, e no quê e para quê fazemos circular nessas relações. Recuperando os 5 R's da Educação Ambiental (Repensar, Recusar, Reduzir, Reutilizar e Reciclar), é olhar, refletir e viver estes 5 pontos de referência a partir de uma perspectiva relacional e abrangente.

2

Cf Esbjörn-Hargens e Zimmerman (2009)

3

Cf Papa Francisco (2015)

*Tem de ser feita em
tempos e espaços
interiores e exteriores,
próximos e distantes,
visíveis e invisíveis,
quantificáveis
e não-quantificáveis*

As culturas ancestrais viviam em equilíbrio e respeito com a natureza. Sabiam que a ela deviam a sua sobrevivência. Com a revolução científica e tecnológica, esta relação mudou muito. Passou a pautar-se pela exploração e o consumo desmedidos e a fragmentação, que têm gerado desequilíbrios ambientais e desigualdades sociais. Precisamos então de transformar estas dinâmicas, de transformar a forma como nos relacionamos connosco próprios/as, com os outros seres humanos (quer estejam perto ou longe), com a natureza e com o planeta. Diferentes níveis de uma transformação que tem de ser feita em tempos e espaços interiores e exteriores, próximos e distantes, visíveis e invisíveis, quantificáveis e não-quantificáveis.

Precisamos de mudar a forma como nos comprometemos enquanto seres individuais e comunitários. Precisamos de transformar a forma como nos organizamos enquanto sociedade, transformando os nossos paradigmas muito assentes em estilos de vida e modos de produção e consumo insustentáveis.

Precisamos de nos religar e acertar a relação com os outros seres humanos, com a vida, com a natureza, recuperando o respeito, a veneração e o cuidado que daí brotam. Para tal, é necessária uma ética do cuidado⁴ que nutra as relações que estabelecemos dentro dos nossos ecossistemas (familiar, comunitário, global) e que faça germinar sementes de transformação social. Escolhemos acreditar que a essência do ser humano se baseia nesta lógica do cuidado, que nos transforma e define enquanto seres relacionais vocacionados para o bem comum. Mas o contexto individualista e materialista atual reprime essa essência, enfatizando lógicas autocentradas e impelindo mais para a concorrência e a competição do que para a colaboração e o cuidado. É urgente resgatar esta essência de cuidar do Outro e da Terra, a Casa Comum. É essencial criar tempo e espaço para que nos possamos sentir próximos e em relação com o Mundo, o que exige: abrandar o ritmo, abrir os sentidos, conhecer com maior profundidade, procurar o essencial, deixar-nos inquietar, admirar... Há que conseguir uma relação empática com o Mundo, no qual se inclui a natureza e todos os seres humanos, para podermos iniciar uma nova forma de Ser Mundo e para o Mundo.

Gera uma Ética do Cuidado

A Ecologia Integral interpela-nos, primeiro, a olhar à volta, a (re)conhecermo-nos a nós, aos outros e ao planeta, e a valorizarmos o que somos a partir desta perspetiva holística. É esse reconhecimento que nos permite desenvolver um sentimento de gratidão e responsabilização pelas coisas⁵.

Ao longo do processo de conceção e de experimentação dos itinerários propostos neste Caderno, foi surgindo e identificado como um elemento-chave desta caminhada, a importância de “pôr os pés na Terra”, enquanto experiência de encontro, que permite despertar os sentidos, reconstruir o sentido das nossas relações e tomar consciência do tanto que nos envolve e nos une a todos/as e ao planeta, e que no nosso dia-a-dia agitado nem reparamos. Por outro lado, confirmámos o papel-chave e privilegiado que a Educação (no seu sentido amplo, não restrito à escola) pode ter, dado que é através dela que aprendemos a relacionar-nos, a (con)vivermos e que construímos os nossos valores e visões do mundo. Falamos de uma educação vocacionada para a transformação social, comprometida com o bem comum e que forma cidadãos/ãs críticos/as, livres e que respeitam o que os/as envolve.

4

Cf Boff (1999)

5

Cf Álvarez de los Mozos (2015)

Educar para esta nova ética do cuidado é um grande desafio, que tem de ser respondido através da utilização de ferramentas pedagógicas que potenciem uma visão ética do mundo.

É por este motivo que, a nosso ver, com a perspetiva de Ecologia Integral, o pensamento e as práticas de Educação para a Cidadania Global saem enriquecidos. Esta nova forma de nos relacionarmos, mas também de entendermos a realidade e de a vivermos, parece-nos fundamental se procuramos verdadeiramente um mundo mais justo e equitativo.

E o que é a Educação para a Cidadania Global?

*Com a perspetiva
de Ecologia Integral, o
pensamento e as práticas de
Educação para a Cidadania
Global saem enriquecidos*

As 4 dimensões da Educação para a Cidadania Global

- *Política*
- *Pedagógica*
- *Ética*
- *Colaborativa*

Da nossa perspetiva, a Educação para a Cidadania Global é um processo de aprendizagem assente numa auto-reflexividade crítica permanente, que procura compreender as causas estruturais dos problemas de desenvolvimento e das desigualdades a nível global e desmontar relações de poder/hegemonia, com vista ao Bem Comum. Contempla quatro dimensões essenciais⁶: dimensão pedagógica, enquanto processo de aprendizagem que sensibiliza e promove o questionamento crítico; dimensão política, na medida em que consciencializa, forma e mobiliza para a reflexão-ação e a transformação social a um nível coletivo e institucional, e não apenas individual; dimensão ética, porque se baseia nos princípios e valores de justiça, equidade, solidariedade, inclusão e sustentabilidade; e tudo

isto através de processos colaborativos que fomentam a co-criação da realidade, ou seja, a dimensão colaborativa. Este processo de aprendizagem foca 4 pilares⁷: o aprender a ser, o aprender a conhecer, o aprender a conviver e o aprender a fazer.

Sobre isto, sugerimos que espreitem também o vídeo 1 – “O que é Ecologia Integral?”.



Disponível também através do link:

<http://fegs.org.pt/caderno-de-viagem-itinerarios-pedagogicos-para-educar-para-a-ecologia-integral-pela-cidadania-global/>

Experienciar esta nova forma de ver o Mundo e de ser Mundo, orientados pela Ecologia Integral, é o objetivo final desta viagem que começa aqui.

Está na hora de nos colocarmos a caminho!

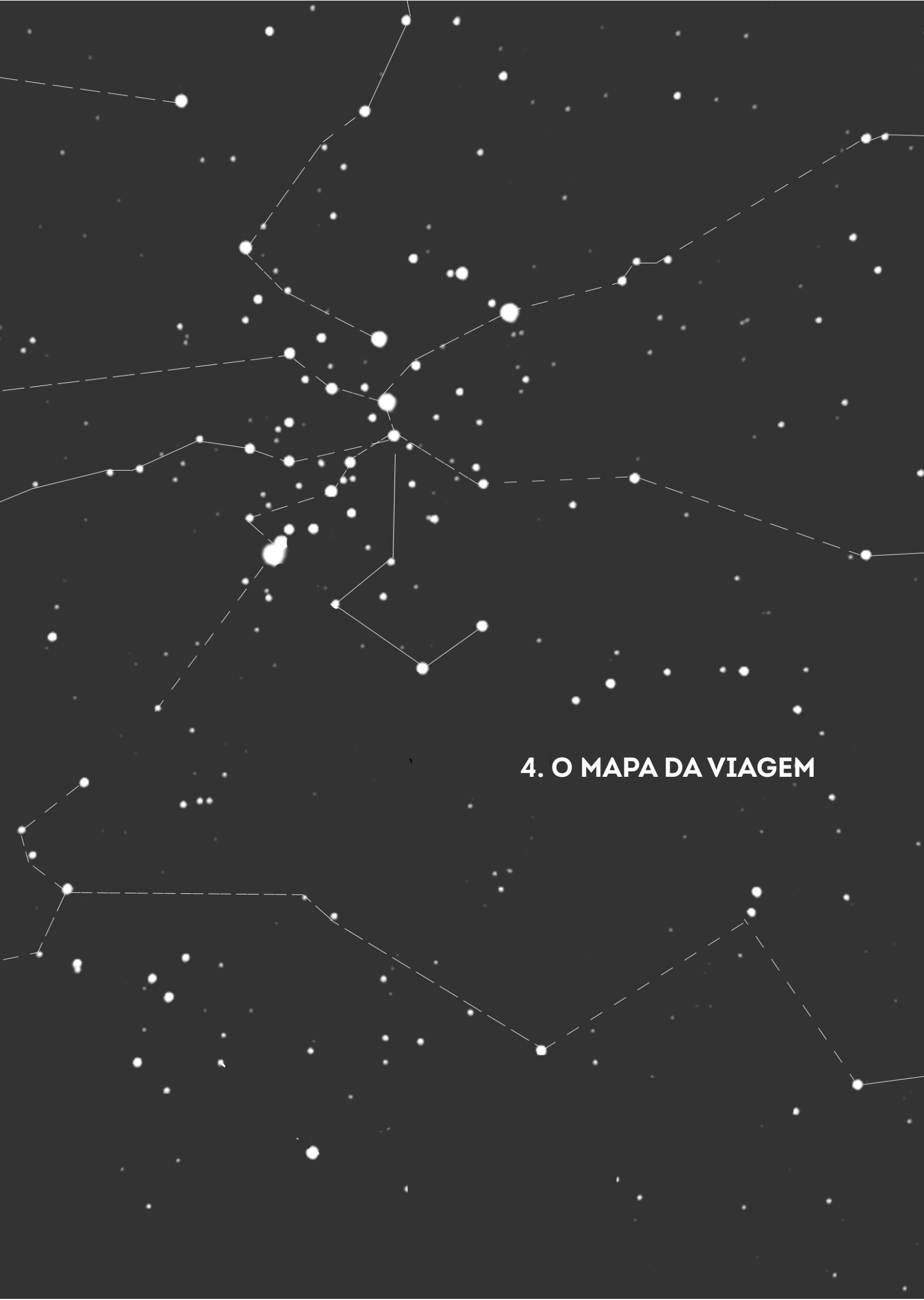
6

Rede ECG (2016)

7

UNESCO (2015)



A detailed star map of the constellation Centaurus. The stars are represented by white dots of varying sizes, indicating their magnitude. Solid lines connect the primary stars to form the constellation's outline, while dashed lines extend to show less prominent stars. The background is a dark, textured space filled with numerous small, distant stars.

4. O MAPA DA VIAGEM

4. O MAPA DA VIAGEM

Nas próximas páginas irão encontrar o “mapa” criado a partir da experiência e do percurso que fomos vivendo no âmbito do projeto “Uma Ca(u)sa Comum”, e que pretende ser uma ferramenta de apoio para qualquer pessoa que deseje trilhar esta viagem e, simultaneamente, orientar/acompanhar outros/as nesse processo.

Este mapa sugere um percurso de aprendizagens, mas, ao mesmo tempo, dá liberdade a cada viajante para construir os seus próprios itinerários, de acordo com os objetivos que pretenda trabalhar e as necessidades e motivações dos/das viajantes que estiver a acompanhar. Isto significa que, como qualquer mapa de viagens, este nos permite escolher os passos do percurso a realizar e dá liberdade para avançar, parar, voltar a trás, ir por outro itinerário, questionar, arriscar, (re)inventar, fazer de novo, sempre que fizer sentido! Um sentido e sentir que deve ser partilhado e trilhado em conjunto com outros/as nesta viagem conjunta rumo ao bem comum.

Uma viagem que é para todos e todas que arriscarem vivê-la, em qualquer idade, e que pode ser desenvolvida em diferentes contextos de aprendizagem, quer em educação formal como em educação não-formal, e diferentes áreas de conhecimento, em coerência com a visão integral e integradora que nos dá a bússola da Ecologia Integral.

Mas afinal como é que está organizado este mapa?

O mapa tem seis Paragens (etapas) interligadas umas às outras. Cada paragem é constituída por um ou mais passos (propostas de atividades pedagógicas), com objetivos específicos e que propõem metodologias ativas e participativas (estratégias de educação não-formal) para levar os/as viajantes a experienciar, refletir e questionar a realidade sobre uma perspetiva da Ecologia Integral.

Os Passos propostos foram criados com base em vários critérios, definidos colaborativamente com os educadores/as envolvidos/as no projeto, nomeadamente: coerência entre forma e conteúdo, participação ativa e voluntária, espírito crítico, cooperação e partilha, experimentação, desenvolvimento integrado de competências, capacidade de criar, ligação global-local, interdependência e públicos-alvo de várias idades.

A **1.ª Paragem – “Eu sou porque nós somos”** - é o ponto de partida desta viagem, desafiando quem pretende participar a “fazer-se à estrada” levando a sua “bagagem” identitária e a (re)conhecer quem é e quem são os/as outros/as que embarcam nesta aventura.

Iniciada a viagem, na **2.ª Paragem**, o desafio é **“Põe os pés no chão e liga-te”**. Aqui, procura-se despertar os sentidos dos/das viajantes para o que os/as envolve e convidá-los/as a experimentar sentir diferente e a ligar-se aos outros seres humanos e ao planeta, valorizando o que está à sua volta.

A partir deste reconhecimento, a **3.ª Paragem – “Renova o teu olhar”** – interpela o grupo de viajantes a olhar de uma forma integrada e holística para a realidade e para a forma como tudo está ligado e em

relação, numa perspectiva ecossistêmica e dialética entre o local e o global. Espera-se que esta nova forma de olhar despolete um sentido de pertença à Casa Comum, que desperte o respeito pelo que nos rodeia e que leve os/as viajantes a responsabilizarem-se pelo que nos rodeia - promovendo assim uma nova forma de relação com o Mundo, de colaboração com o planeta.

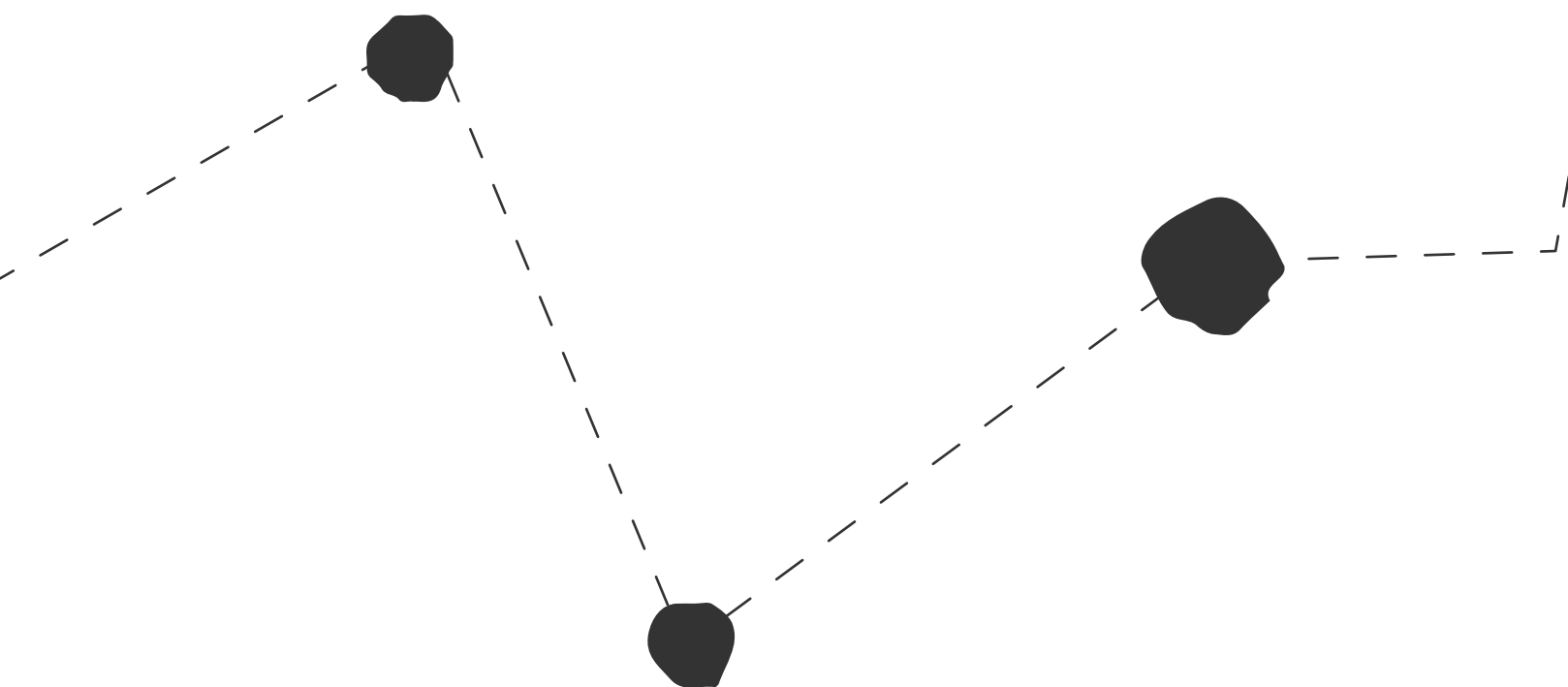
Com estas aprendizagens na bagagem, a viagem pode seguir até à **4.ª Paragem - “Aprofunda e questiona”** - que se desdobra em dois temas específicos: Alimentação e Desenvolvimento Sustentável. Nesta paragem, é estimulada a reflexão crítica a partir de temas concretos da realidade, que colocam problemas e geram situações de injustiça eco-social, desigualdades e pobreza, a nível local e global, procurando-se aprofundar as suas causas e consequências e questionar paradigmas, através de uma leitura crítica, integrada, holística e global.

Nesta sequência, a **5.ª Paragem** propõe **“Assume a tua posição e cuida do nosso Mundo”**, ou seja, propõe-se aos/as viajantes que reflitam sobre o papel que podem ter na resposta aos desafios do Mundo, desafiando-os/as a posicionarem-se, pelo pensamento e ação, comprometendo-se com a co-construção de um mundo mais justo, equitativo e sustentável.

Na **6.ª Paragem - “Perspetiva o caminho e recomeça”** - o convite é que os/as viajantes olhem para o caminho percorrido e para tudo aquilo que levam na bagagem (experiências, reflexões, aprendizagens,...), mas também para o que ainda têm pela frente, e que se atrevam a explorar novos itinerários de transformação, a se deixar inquietar por novas questões, experiências, descobertas, recomeçando novos itinerários, numa viagem que é para toda a vida.

Entendemos que este processo de aprendizagens não se fecha nesta paragem, pelo contrário, a nossa sugestão é que se continue esta viagem, guiados pela bússola da Ecologia Integral, porque esta é uma viagem interior e exterior, pessoal e coletiva, sempre em construção.

Nas páginas seguintes encontrarão o mapa completo da Viagem, com as 6 Paragens e os vários Passos.





1.ª PARAGEM: “Eu sou porque tu és”

- Se eu fosse uma árvore, como seria?
- A teia



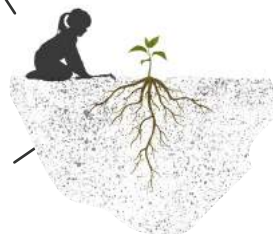
2.ª PARAGEM: “Põe os pés no chão e liga-te”

- A folha de oliveira
- Passeio com sentido(s) - passeio pedagógico e sensorial
- Exercício de *milling*
- Cruzar os braços



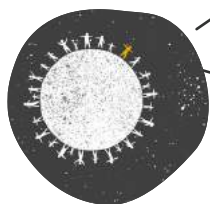
3.ª PARAGEM: “Renova o teu olhar”

- Construir a Causa Comum
- Um ecossistema de... - Desenhando metáforas



4.ª PARAGEM: “Aprofunda e questiona”

- Tema: Alimentação
 - Comer de trás p’rá frente – duas propostas de atividades dirigidas a diferentes faixas etárias
 - Preparando uma refeição conjunta
- Tema: Desenvolvimento sustentável
 - Entrar no meio... a sustentabilidade em ação!



5.ª PARAGEM: “Assume a tua posição e cuida do nosso mundo”

- O barco

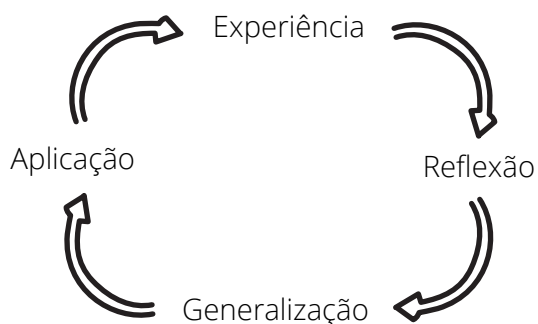


6.ª PARAGEM: “Perspetiva o caminho e recomeça”

- Linha do tempo
- A árvore e os seus frutos

Dicas para a utilização do mapa?

A nossa proposta é que a utilização do mapa seja feita de um modo sequencial e interligado, dando a oportunidade a cada grupo de viajantes de percorrer as seis paragens e propondo que dentro de cada uma das paragens, se escolha apenas um Passo/atividade. Esta proposta resulta do facto do recurso ter sido pensado e construído tendo por base uma estrutura cíclica de aprendizagem experiencial, como vemos na figura⁸.



No entanto, como já referimos, a Viagem proposta é flexível, permitindo avanços e recuos, a criação de itinerários com menos ou mais paragens, e que optem apenas por um passo isolado ou que o combinem com outras atividades que conhecem e os enriqueçam com outras metodologias, etc., em função da realidade e contextos onde os itinerários vão ser vividos.

A Viagem proposta é flexível, permitindo avanços e recuos

É importante referir também que a versatilidade dos Passos criados permite, e é desejável que assim aconteça, que estes sejam adaptados a várias idades, níveis de ensino, áreas do conhecimento e contextos educativos.

As questões para reflexão são sugestões/pistas que têm sempre a hipótese de serem adaptadas, repensadas, etc..

Tempo e Espaço necessários para que os processos de aprendizagem e transformação possam ter lugar

Outros dois aspetos fundamentais a considerar quando usamos este mapa são o tempo e o espaço. Não estamos a falar do tempo mencionado nas atividades, esse é apenas indicativo, mas do tempo e espaço necessários para que os processos de aprendizagem e transformação possam ter lugar. Tempo e espaço interiores e exteriores, tempo para abrandar, para parar, para olhar para si e à sua volta, para valorizar, para se ligar, para pensar com os sentidos, para questionar, para o conflito, para cuidar, para se implicar... As seis Paragens que aqui apresentamos também têm este duplo sentido: são físicas, mas são também temporais. Pode ser por isso preciso fazer ajustes para dar sentido aos itinerários pedagógicos, dado que cada grupo e cada participante tem o seu tempo e ritmos próprios, tal como a natureza.

Trata-se de um mapa que não dá respostas certas ou erradas, tão pouco definitivas, mas que - a partir de processos de aprendizagem assentes na experiência, encontro e relação/

Um mapa que não dá respostas certas ou erradas, tão pouco definitivas

colaboração e onde o/a Guia de Viagem e os/as viajantes são ambos viajantes/aprendentes - procura dar pistas de reflexão e desafiar a um novo olhar e uma nova forma de (con)vivermos e nos relacionarmos com o Mundo e sermos Mundo, gerador de ações conscientes, comprometidas e transformadoras para um futuro justo, equitativo e para todos e todas.

Conscientes de que a forma é tão importante como o conteúdo, salientamos ainda a importância da escolha(s) e da preparação dos materiais que vão usar ao longo da Viagem. Com criatividade e sempre tendo por base a bússola da Ecologia Integral, é sempre possível repensar os materiais necessários para cada Passo.

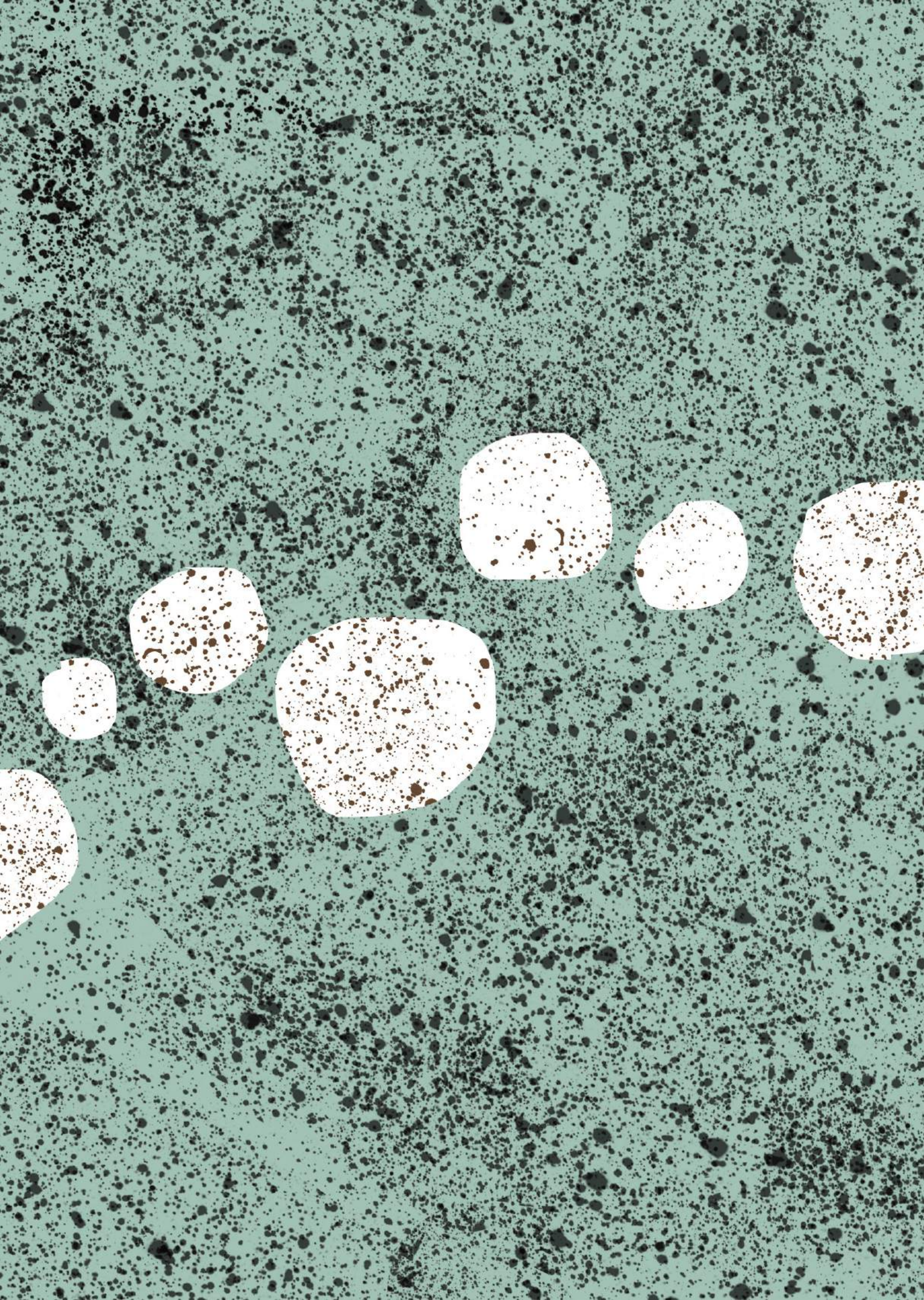
*É sempre possível repensar os materiais
necessários para cada Passo!*

Espreitem o vídeo 2 – “Como utilizar este caderno?”.



Disponível também através do link:

<http://fgs.org.pt/caderno-de-viagem-itinerarios-pedagogicos-para-educar-para-a-ecologia-integral-pela-cidadania-global/>





4. PARAGENS E PASSOS DA VIAGEM



1.ª PARAGEM

Eu sou porque nós somos



PASSO: SE EU FOSSE UMA ÁRVORE, COMO SERIA?

OBJETIVOS:

- Promover o conhecimento interpessoal entre os/as participantes

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Folhas de papel A5 (1 por participante)
- Lápis e/ou canetas de diferentes cores
- Material para fixar

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Entregar uma folha a cada participante e colocar lápis e/ou canetas num local acessível a todos/as.
2. Pedir que cada um/a desenhe a sua árvore, a partir da questão: “Se fosse uma árvore, como seria?”. Especificar, pedindo para registar:
 - nas raízes da árvore as suas próprias raízes (local de origem, família, formação,);
 - no tronco o que fazem (profissão e outras atividades);
 - na copa – o que os/as move (ideais, metas de vida, sonhos, ...).
3. Fixar as árvores numa parede e convidar os/as participantes a circular pela sala para observarem as várias árvores.

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- As indicações dadas para registo na árvore (nas raízes, no tronco e na copa) podem ser adaptadas em função do grupo e dos objetivos que se pretendem trabalhar.
- Para uma maior participação e conhecimento interpessoal, pode-se promover um momento de apresentação individual, por parte de cada participante, a partir da sua árvore.



PASSO: A TEIA

OBJETIVOS:

- Promover o conhecimento interpessoal entre os/as participantes.
- Tornar visível a inter-relação entre todos/as.

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Espaço interior ou exterior com uma área livre de objetos, onde os/as participantes possam estar em círculo (numa roda)
- Novelo de lã ou corda

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Pedir aos/às participantes que formem um círculo.
2. O/A facilitador/a pega no novelo de lã e explica a atividade, ao mesmo tempo que exemplifica. Diz “Eu sou o/a... (nome) e (acrescenta mais alguma coisa sobre si)”. Quando termina a apresentação, entrelaça um bocado do fio de lã no dedo e atira o novelo para um/a dos/as participantes.
3. O/A participante apresenta-se seguindo as mesmas indicações, e assim sucessivamente até todos/as estarem unidos/as por uma “teia” de lã.
4. No final, fazer a ligação entre a forma como estão unidos/as pela teia construída e a interdependência entre todos/as nós e o planeta, a nossa Casa Comum.

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- Dependendo do contexto e do percurso que se pretenda realizar com o grupo, pode ser adaptada a apresentação, pedindo a cada participante para, além de dizer o nome, se identificar com um sentimento, um país, um alimento, uma peça de roupa, uma cor, etc.. Por exemplo: “Eu sou o/a... (nome) e se eu fosse um alimento, seria (dizer o nome de um alimento)” - é uma adaptação útil quando se pretende abordar o tema da alimentação deste Caderno.





2.ª PARAGEM

Põe os pés no chão e liga-te!



PASSO: A FOLHA DE OLIVEIRA

Observação Goetheanística



Consoante a disponibilidade e a complexidade que se introduza à atividade

OBJETIVOS:

- Promover o conhecimento interpessoal entre os/as participantes.
- Despertar os sentidos.
- Promover a capacidade de observação e de atenção aos/às outros/as, ao meio envolvente, à natureza e a diferentes formas de vida.
- Despertar para a forma como cada um/a constrói a realidade.

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Elementos naturais (árvores, ramos, folhas, etc.)

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Pedir aos/às participantes para disporem-se em círculo à volta de uma oliveira e observarem-na por alguns segundos (pode-se utilizar outra árvore). O/A facilitador/a também integra o círculo e participa na atividade.
2. Desafiar a partilharem as impressões sobre o que estão a ver: as raízes, o tronco, as folhas, o ambiente à volta, a paisagem, etc..
3. Entregar uma folha de oliveira a cada participante e solicitar que observem cuidadosamente a folha que lhes foi distribuída, em silêncio. Após alguns segundos, pedir para passarem a folha para a pessoa à direita e para olharem para a folha que receberam.
4. Repetir esta operação até cada participante ter novamente a folha que lhe foi entregue inicialmente nas mãos.
5. Durante a troca de folhas, o/a facilitador/a pode questionar sobre o que veem:
 - *As folhas são iguais?*
 - *Por que acham que a folha tem esta forma?*
 - *Para que serve?*
 - *Que processo está subjacente?*
 - *Que padrões existem?*
 - *Onde estão as diferenças entre as folhas?*
 - *A folha é áspera/suave?*
 - ...

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

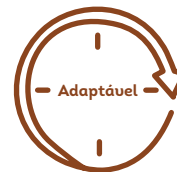
- Esta atividade baseia-se numa lógica fenomenológica que pretende trazer à tona o que cada participante vê, cheira, sente e perspetiva, levando-o/a a tomar consciência de como isso o/a ajuda a construir a sua visão da realidade. Por isso, é essencial estimular os sentidos dos/as participantes.
- Pode ser realizada ao ar livre, a caminhar ou até numa sala. O importante é que todos/as se entreguem ao ato de observar um fenómeno comum e que possam depois partilhar as impressões sobre o objeto, o processo e o sistema observado.
- Pode-se adaptar a atividade pedindo aos/às participantes que desenhem ou descrevam um elemento natural e iniciar a reflexão a partir daí.
- É desejável que o/a facilitador/a tenha conhecimentos sobre o tema a abordar. Se quiser focar questões de biologia, deve estar preparado/a. Se pretender fazer uma observação sobre o contexto social, também. A atividade pode ser adaptada e introduzida no universo escolar por diversas disciplinas e justamente como forma de explorar e transpor os limites das mesmas.



PASSO: PASSEIO COM SENTIDO(S) -

PASSEIO PEDAGÓGICO E SENSORIAL

Observação Goetheanística



Consoante a disponibilidade e a complexidade que se introduza à atividade

OBJETIVOS:

- Sensibilizar os/as participantes para a observação atenta dos fenómenos à sua volta, aprendendo a ler como é que os objetos/processos particulares se encaixam no ambiente/contexto geral.
- Relaxar e sensibilizar emocionalmente para as disposições corporais (ver, cheirar, tatear, para diferentes formas de sentimentos, etc.).

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- De preferência, um local que seja muito sensorial (por exemplo, horta, campo, floresta, jardins públicos, outros espaços ao ar livre; e também de acordo com as emoções que se deseja despertar)
- Folhas de papel (1 por participante) e lápis e canetas de cor (caso se opte por uma partilha da experiência através de desenho)

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Antes de realizar a atividade, o/a facilitador/a deve definir um caminho e estudá-lo do ponto de vista sensorial – um caminho com cheiros, aromas, texturas diferentes, que possa interpelar os/as participantes.
2. Conduzir o grupo pelo caminho previamente definido, em silêncio absoluto, e procurando garantir alguma distância entre todos/as, de forma a experienciarem um momento de grande introspeção.
3. No final da caminhada, reunir os/as participantes em círculo para uma partilha conjunta. Algumas questões orientadoras para este momento:
 - *Como se sentem depois desta experiência?*
 - *O que gostariam de expressar?*
 - *O que vos marcou mais?*
 - *O que cheiraram?*
 - *Que ruídos e sons se lembram?*
 - *O que sentiram?*
 - *O que estranharam mais?*
4. Agradecer a partilha.

SUGESTÕES PARA A REFLEXÃO:

- Na partilha, interpelar os/as participantes para além do óbvio: “o que eu não vi, mas sempre esteve lá?”, “O que não senti?...” Interpelar também para a descrição de objetos, eventos, fenómenos e sobre o seu contexto.

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- Pode-se definir um caminho mais curto se se focar no tacto, nas texturas, no frio, no quente, ...; ou mais longo se se procurar focar a diferença visual, a mudança de paisagem. Contudo, não deverá ser demasiado longo, nem exigir muito esforço físico, para estimular os sentidos.
- Consoante as características do grupo, pode-se optar por realizar o percurso em pequenos grupos e o plenário final em conjunto. Esta organização pode facilitar o silêncio e a introspeção em certas faixas etárias.
- Pode ser dada mais ênfase a um ou vários sentidos. Os/As participantes podem inclusive ser conduzidos/as de olhos vendados para despertar mais o olfato, a audição, o tato.
- Para grupos com dificuldade em verbalizar o que pensam e sentem, pode-se pedir, logo no início, para recolherem elementos naturais durante o percurso para depois desenharem (apenas com o apoio desses elementos – como terra, pólen das flores, paus, etc. – e sem recurso a lápis e/ou canetas) o mapa sensorial do caminho, onde expressem as sensações, sentimentos e eventos mais relevantes. Outra opção mais simples é solicitar, apenas no final do percurso, para desenharem o mapa sensorial do caminho com canetas e/ou lápis, identificando o que mais os/as marcou ao longo do mesmo. Em qualquer das opções, sugere-se que no final sejam apresentados os desenhos em plenário.
- Esta atividade pode ser utilizada como quebra-gelo ou transição entre diferentes atividades.



PASSO: EXERCÍCIO DE MILLING¹



OBJETIVOS:

- Sensibilizar para a interdependência constante entre tudo e todos/as.
- Levar os/as participantes a viver uma situação experiencial de interdependência.

FAIXA ETÁRIA: A partir dos 12 anos

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Espaço interior ou exterior, onde os/as participantes/as possam movimentar-se e deambular dentro de uma área delimitada (de forma a tocarem uns/umas nos/nas outros/as)
- Folha com o texto para o/a facilitador/a ler

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Delimitar a área onde vai decorrer a atividade, colocando, por exemplo, marcas no chão a identificar a zona da qual o grupo não deve sair.
2. Pedir ao grupo para se colocar dentro dessa área e fazer uma pequena introdução, realçando os seguintes aspetos/orientações:
 - Devem ficar em silêncio durante o exercício. Se for necessário, comuniquem com linguagem não-verbal, permanecendo o mais possível em contacto com a vossa experiência interior.
 - Prestem atenção ao que vão ouvindo (às indicações) e aquilo que vão sentindo e vivendo.
 - Devem mexer-se apenas dentro da área delimitada. Se não quiserem receber “encontrões”, afastem-se mais para as bermas.
 - Se estiverem todos/as a andar na mesma direção, tentem andar em direções diferentes.
3. O/A facilitador/a pede aos/às participantes para começarem a movimentar-se dentro da área delimitada e passa a ler o texto seguinte, de forma pausada e dramatizada, para que vão interiorizando o que ouvem. É essencial fazer algumas pausas durante a leitura.

É segunda-feira de manhã, hora de ponta.

Tu és uma pessoa muito importante, com coisas muito importantes para fazer. Saíste de casa caminhando por uma rua movimentada. Tens de deixar os teus filhos na escola e depois tens uma reunião.

De repente, descobres que hoje não há transportes. Tu continuas. O passeio está cheio de pessoas. Estas pessoas estão no teu caminho e estão a atrasar-te. Tentas mover-te mais depressa, porque tens uma reunião importante onde tens de estar. Tens de despachar-te! As crianças vão chegar atrasadas também...e o/a teu/tua colega vai ficar chateado/a com o teu atraso. Bolas! Estás atrasado/a e toda a organização do teu dia vai ficar baralhada e tu não vais conseguir fazer nada a tempo.

É tudo tão importante! E estas pessoas estão no teu caminho! Elas não sabem a pressa com que tu estás?! Às vezes elas mudam de direção ou param inesperadamente, sem razão.

Sente como é que o teu corpo reage a este estado de pressa e stress e continua a focar-te em andar cada vez mais depressa.

Pensa nos teus horários. Vai! Despacha-te! Repara que não há contacto nos olhos. Não há tempo para isso! Ah! E estas pessoas que continuam a atravancar-te o caminho...

O que será que elas estão a pensar? E tu, o que estás a pensar?

Este estado é-te familiar? Estás a respirar? O que é que te aconteceria se estivesse sempre neste estado a toda a hora?

Abranda um pouco...

Se estavas a correr, abrandar... abrandar mais um pouco.

O suficiente para sentires o teu corpo. Sente o teu corpo. Como está acelerado. Respira, respira fundo e estabelece algum contacto visual.

Repara nas pessoas com as quais te vais cruzando indiferentemente.

Elas são como tu, ou serão diferentes?

Deixa surgir alguma curiosidade sobre elas. O que elas estarão a pensar? Para onde é que elas estarão a ir? Quais serão os seus afazeres e compromissos?

Abranda um pouco mais...

Como te sentes agora? Que pensamentos estás a ter agora?

Gentilmente, para frente a frente a outra pessoa e estabelece um contacto visual. Não forces! Fá-lo tanto quanto tu te sintas confortável... Se a tua mente está muito agitada, toma alguns segundos para abrandar.

O que estará a acontecer nas suas vidas?

O que terão visto? O que já terão vivido?

Que coisas são importantes para eles/as?

Para em frente a outra pessoa. Mais uma vez, estabelece contacto visual e faz notar a essa pessoa o quanto tu partilhas com ela. Podes até imaginar que vês os seus antepassados. Quantas gerações de pessoas se encontraram em vida para criar abrigo e alimento, para passar sabedoria e conhecimento até ao ponto que, desses encontros, esta pessoa, que está mesmo à tua frente, tenha nascido e esteja aqui, agora, contigo.

Imagina todas as mudanças que os antepassados desta pessoa viveram. Quantas coisas duras passaram, o quanto aprenderam ao longo de décadas, séculos e mesmo milénios de evolução. Algo que esta pessoa já trás consigo desde gerações e ainda vai passar adiante para as futuras gerações. Como tu, esta pessoa está entre um vasto número de antepassados e de pessoas que ainda estão por vir.

Vocês partilham a certeza que têm apenas um tempo limitado de vida neste planeta. Talvez esta pessoa à tua frente nem viva o suficiente para ver as mudanças pelas quais vocês estão a trabalhar. Ainda assim ela está a dar o seu tempo, sabedoria e energia para criar mudanças para que as futuras gerações possam viver bem e de forma sustentável.

Dá-te conta que a pessoa à tua frente vê as mesmas coisas em ti.

Em silêncio, deixa que a pessoa à tua frente saiba o quanto vocês partilham. Encontra uma forma de te despedires dela e de partires de volta para o movimento.

[Parar algum tempo para ter a certeza que todos/as os/as participantes têm um par.]

Estás a respirar? Sente os teus pés no chão, sente a terra debaixo de ti.

Deixa o teu peso cair e relaxa a tua mente.

Não faças julgamentos. Apenas deixa-te estar em frente à outra pessoa.

Esta pessoa à tua frente também escolheu estar aqui, desistiu de outras coisas para vir a este mesmo local. Esta pessoa também se importa com as coisas do mundo e também quer contribuir para mudar o mundo [fazer a ligação com o objetivo da atividade/sessão/percurso] Pensa nisso.

Sente como é estar com esta pessoa à tua frente. Como tu, esta pessoa também quer construir um futuro saudável para as gerações seguintes. Como tu esta pessoa também quer estar lúcida neste momento de grandes mudanças e possíveis crises. Ela também quer ser parte de algo positivo tal como tu.

Sem usares palavras, encontra uma forma de lhe demonstrares que tu sabes isto e que aprecias a sua presença aqui contigo.

Agradece e volta a mover-te lentamente. Volta a gerar curiosidade pelas pessoas à tua volta. Estabelece contacto visual com outros/as participantes.

4. Terminar a atividade dizendo “Obrigado/a!” aos/às participantes.
5. A seguir, juntar o grupo em círculo convidando a partilharem:
 - *O que sentem depois desta experiência?*
 - *O que os/as marcou mais?*
 - *O que foi mais difícil?*
 - *Foi difícil olhar olhos nos olhos de outra pessoa?*
 - *O que estranharam mais?*
 - *O que gostariam de expressar?*
 - ...
6. Quando mais ninguém quiser falar, terminar agradecendo a partilha feita por todos/as.

SUGESTÕES PARA A REFLEXÃO:

- Deixar espaço entre cada partilha/intervenção e um intervalo de silêncio, se for necessário. Não forçar a expressão individual.
- Uma forma de facilitar este momento final pode ser, por exemplo, colocar um objeto no centro do círculo e quem quiser falar desloca-se até lá, agarra o objeto, expressa as suas ideias e devolve o mesmo ao centro.

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- O texto apresentado é um guião para uma experiência sensorial guiada. Como tal, o grupo deve concentrar-se no que ouve e sente e ir seguindo as indicações.
- O/A facilitador/a deve estar atento/a, uma vez que a atividade pode “tocar” profundamente as pessoas envolvidas.
- É fundamental adaptar a experiência aos objetivos e características do grupo. Por exemplo, para jovens adolescentes o texto deverá ser adaptado de forma a espelhar interesses dos mesmos, alterando o foco na *reunião e em deixar os filhos na escola, para sair de casa, ir ter um teste ou apresentação, ir deixar o irmão mais novo na escola, etc..*



PASSO: CRUZAR OS BRAÇOS

OBJETIVOS:

- Sensibilizar para a questão da mudança.
- Colocar os/as participantes numa situação de desconforto, despertando para os nossos hábitos e resistências.

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Não são necessários materiais/recursos.

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Pedir aos/às participantes que cruzem os braços, como costumam fazer habitualmente.
2. Dar alguns segundos para que se observem uns/umas aos/às outros/as e, a seguir, pedir para cruzarem os braços ao contrário do que fizeram inicialmente.
3. Depois, pedir que terminem da forma que lhes seja mais confortável.
4. No final, questionar:
 - *Como se sentiram?*
 - *Foi fácil/natural cruzar os braços de outra forma?*
 - *Quanto voltaram à primeira forma através da qual cruzaram os braços? Porquê?*
 - *Tendo a opção de fazer as coisas da mesma maneira ou diferente, será que tendemos a fazer sempre da mesma forma?*
 - *Existe uma forma certa de cruzar os braços?*
 - *O que é que isto tem a ver com a realidade?*
 - ...
5. A partir da dinâmica, promover uma pequena reflexão coletiva sobre mudança, hábitos, resistência, necessidade de adaptação, etc..

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- Esta atividade é muito flexível, tanto poderá ser usada no início de um itinerário pedagógico (como ponto de partida), como no meio ou no final. Cabe ao/à facilitador/a avaliar quando fará mais sentido utilizá-la.





3.ª PARAGEM

Renova o teu olhar



PASSO: UM ECOSISTEMA DE... - DESENHANDO METÁFORAS

OBJETIVOS:

- Exercitar um olhar integrado da realidade e perceber as suas interconexões.

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Quadro de ardósia, quadro branco, folhas de flipchart ou cartolinas (1 por grupo)
- Giz ou marcadores de diferentes cores
- Apagador
- Material para fixar

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. O/A facilitador/a define previamente um tema para a atividade, ou em conjunto com os/as participantes selecionam um tema relevante para discussão.
2. Dividir o grupo em pequenos grupos de 5/6 elementos e distribuir o material.
3. Solicitar aos/as participantes que, a partir do tema concreto definido/selecionado, pensem e desenhem em grupo o ecossistema desse mesmo tema (ter em atenção que poderá ser necessário esclarecer o conceito) i.e., pretende-se que desenhem o conjunto dos “atores” e as relações existentes nesse ecossistema. Para facilitar a compreensão sobre o que se pretende, pode-se lançar questões como:
 - *Quem são os “atores” desse ecossistema?*
 - *Quais deles se relacionam entre si?*
 - *Que tipo de relações estabelecem uns com os outros?*
 - *Que relações se estabelecem entre esses “atores” e o meio envolvente?*
 - *Quais são as consequências/efeitos dessas várias relações?*
 - ...
4. Finalizados os desenhos, pedir a cada grupo que apresente e explique em plenário o seu ecossistema, detalhando o significado de cada uma das metáforas desenhadas.
5. Sentar os/as participantes em círculo e conversar a partir de algumas questões orientadoras:
 - *Como se sentiram a realizar esta atividade?*
 - *Foi fácil ou difícil?*
 - *O que vos chamou mais à atenção?*
 - *O que vos surpreendeu? No que é que nunca tinham pensado?*
 - *O que acham que poderá isto ter a ver com Ecologia Integral?*

6. Finalizar a atividade refletindo sobre a importância de olhar/pensar em profundidade sobre as várias dimensões que influenciam uma situação concreta, bem como de conhecer os atores envolvidos e a forma como se relacionam e influenciam o seu meio.

A partir dos ecossistemas desenhados, explorar o conceito de Ecologia Integral, assente sobretudo no Cuidado na Relação com os/as outros/as e com o meio envolvente. Salientar que o equilíbrio do ecossistema depende, por isso, da importância atribuída a este cuidar. A nossa ação só tem sentido se tiver como fim essa preocupação de cuidado. Por exemplo, reciclar enquanto fim em si mesmo não pode constituir uma ação de ecologia integral, mas apenas um instrumento/ferramenta que surge naturalmente como resultado da nossa postura de cuidado.

SUGESTÕES PARA A REFLEXÃO:

- Trazer à tona as relações de poder existentes dentro dos ecossistemas, não só entre os diferentes atores mas também com o meio envolvente.
- Refletir sobre a interdependência entre os diferentes atores, com o meio envolvente e entre os vários ecossistemas (familiar, escolar, etc.).
- Pensar na complexidade das relações existentes atualmente e em como nos deixamos influenciar sem compreendermos o todo.
- Reforçar a importância do cuidado na relação com os outros e o meio envolvente, enquanto parte central da Ecologia Integral.

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- Durante o processo de criação do ecossistema em pequenos grupos, o objetivo é que os/as participantes possam pensar e esboçar o seu desenho de forma livre. Contudo, se o/a facilitador/a detetar dificuldades de compreensão do que se pretende, pode dar algumas linhas-guia/exemplos (nunca vinculativos, mas apenas inspiradores).
- Abaixo apresenta-se uma foto do resultado de uma atividade de desenho do ecossistema e das relações identificadas de forma metafórica a partir do tema “ecossistema da escola” (realizada no âmbito do projeto “Uma Ca(u)sa Comum”). Nesta atividade, os/as participantes desenharam os professores enquanto “terra” do ecossistema; os/as alunos/as como os “frutos” dessa terra; o pré-escolar como a “sementeira”; a interdisciplinaridade e a educação não-formal como a “chuva” que irriga esses frutos; o projeto educativo, os currículos, as ideias e o financiamento como o “sol”; etc..



- Os desenhos/produtos da atividade podem ficar expostos na parede da sala para inspirar o resto do percurso que se pretenda fazer ou futuras ligações.
- Pela nossa experiência, esta atividade resulta bem com participantes de faixas etárias mais novas. No entanto, se preferir, o/a facilitador/a pode substituir o desenho por uma atividade semelhante à "A teia" deste Caderno [consultar a 1.ª Paragem]. A ideia é ir colocando questões aos/às participantes sobre o tema definido, cujas respostas permitam que se vão ligando uns/umas aos/às outros/as com o novelo, até formarem uma "teia" = ecossistema. Mantendo-se unidos/as, procurar chamar a atenção para o facto de todos/as (independentemente das suas diferenças e funções) estarem a interagir entre si e serem essenciais para o equilíbrio do ecossistema. Para melhor exemplificar, pode-se cortar um pedaço do novelo ou dar um puxão, procurando fazer a ponte com a realidade. Por exemplo, quando uma árvore cai ela arrasta consigo e afeta várias coisas e se isso acontecesse ali, naquele momento, quem estivesse próximo era afetado. Refletir também sobre as alternativas/ações para ultrapassar estes problemas, como é que podemos unir os fios soltos.



PASSO: CONSTRUIR A CASA COMUM



OBJETIVOS:

- Aprofundar o conceito de ecossistema e interligá-lo com o de Casa Comum e de interdependência.
- Potenciar a reflexão sobre os 5R's – Repensar, Recusar, Reduzir, Reutilizar e Reciclar – ao nível dos comportamentos individuais e em coletivo (família, comunidade, sociedade); e complementar a reflexão com os 5C's – Cuidar da Casa Comum respeitando Ciclos e em Cidadania.
- Sensibilizar para o impacto e a relevância que as atitudes diárias de todos/as têm para a transformação do mundo no sentido de uma Casa Comum, trabalhando o compromisso.

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Espaço ao ar livre com elementos naturais (ou não) que possam ser utilizados para a construção da casa
- Conjuntos de 7 paus (1 conjunto por participante)
- Pedacos de madeira, tijoleira ou pedra plana (1 por participante)
- Cordas
- Picareta
- Pá
- Balde
- Fita métrica
- Giz
- Computador
- Projetor
- Vídeo do TedTalk “Como construir com argila... com uma comunidade”, disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=MD23gIlr52Y>
- Vários pedaços de papel
- Cartaz ou folhas com as instruções/indicações técnicas para a construção da casa [consultar Anexo 1]
- Canetas

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Antes do início da atividade, o/a facilitador/a marca no chão do local (espaço exterior) a área de construção da Casa Comum – um quadrado com 1 m x 1 m –, deixando o espaço o mais natural possível (sem limpar). Próximo deixa a picareta, pá, balde e fita métrica.
2. Reunir o grupo de participantes à volta da área assinalada. Explicar que o quadrado no chão representa o nosso ecossistema (perceber se sabem o que é um ecossistema e, caso seja necessário, clarificar o seu significado). Apoiá-los na ligação deste conceito com o de Casa Comum – de todos/as, pessoas e natureza, que tem uma dimensão social, económica, ambiental, cultural, ... mas é um todo, interdependente, não um conjunto de partes separadas que funcionam separadamente.
3. Promover uma pequena discussão sobre como podemos viver todos/as neste “quadrado”, numa lógica de ecossistema/Casa Comum.
4. Para tal, será importante perceber o conceito de desenvolvimento sustentável. Distribuir então a cada participante um pedaço de madeira, tijoleira ou pedra plana e pedir para escreverem nesse objeto, com giz, o que é para cada um/uma o desenvolvimento sustentável. Conforme vão terminando, pedir que coloquem os objetos no mesmo sítio.
5. Informar que esses objetos serão as fundações/pauimentos da Casa Comum. Por isso, dentro da área de construção terão de escavar (com o apoio da fita métrica, picareta e pá) uma área de 50 cm x 50 cm (pouco profunda – 1 a 2 cm) e cobrir essa área com os objetos que escreveram (as fundações). Estas serão a base comum de onde partimos para construir o resto da casa.
6. Para perceber que Casa Comum querem, a seguir, questionar: “Se fossem uma casa, que tipo de casa seriam?” - e deixar fluir a participação.
7. Projetar o vídeo “Como construir com argila... com uma comunidade” com o testemunho de um arquiteto do Burkina Faso (pode-se optar por ver apenas uma parte, até ao minuto 6:12).
8. Perguntar ao grupo: “O que é que esta experiência que acontece na comunidade do Gando, no Burkina Faso, um país tão diferente do nosso, tem a ver com a nossa atividade hoje aqui?” - dar tempo e espaço para a participação.
9. Depois, distribuir a cada participante um conjunto de 7 paus presos/unidos por uma corda que diz “CUIDAR a CASA COMUM respeitando CICLOS e em CIDADANIA”. Explicar que representa a “herança” recebida – o mundo/valor que recebemos logo à partida – e não pedimos nem fizemos nada para o merecer; como a nossa Casa Comum, como a nossa escola, como a nossa família, como a nossa vida. Recebemos, e ao receber, somos herdeiros/as deste mundo mas com isso vem o compromisso. Com esta herança vem o desafio...
10. Pedir aos/às participantes para construírem uma porta, com a dimensão de 20 cm x 40 cm, a partir das várias “heranças” que receberam.
11. Sintetizar o percurso até aqui: um espaço com uma área com as fundações “desenvolvimento sustentável”, receberam uma herança, uma porta para uma Casa Comum, ... Informar que agora, a partir das várias ideias que foram surgindo e sendo discutidas, é tempo de colocar “mãos à obra” para construírem a Casa Comum e que se devem organizar para a sua construção. Podem utilizar o material que tenham à sua disposição. Distribuir também ou colocar visível a folha/cartaz com as indicações técnicas para a construção.
12. Feita a construção, pedir para apresentarem a Casa Comum e terminar com um aplauso.
13. Reunir o grupo em plenário e entregar a cada participante vários pedaços de papel com uma corda. Pedir que reflitam individualmente sobre as dificuldades, conquistas e boas práticas que existiram ao longo do processo de construção da Casa Comum e que escrevam nos pedaços de papel (1 contributo por papel).
14. Quando tiverem terminado de escrever, convidar a partilhar o que foi escrito. Pedir para, à medida que cada pessoa partilhar os seus contributos, colocar os pedaços de papel

pendurados junto do conceito dos 5R's que mais tem a ver com aquilo que escreveu (previamente, o/a facilitador/a espalhou pelo espaço folhas/cartazes com as atitudes dos 5 R's - Repensar, Reduzir, Reutilizar, Recusar e Reciclar - penduradas em árvores ou nas paredes).

15. Síntese final do processo realizado:

- Relembrar a herança que receberam ao princípio. Ninguém perguntou se queriam ou não. É herdada. Como cuidar deste desafio?
- Olhar para a Casa Comum – salientar que o resultado só foi possível em relação uns/umas com os/as outros/as (em conjunto), em relação com a realidade em que estamos e que dá a possibilidade de utilizar materiais – como tinha feito o arquiteto do vídeo... Como é bom ver o trabalho em conjunto, apreciar o processo, mesmo que nem sempre tenha sido fácil, óbvio, coerente...
- Olhar para os 5C's. Questionar, depois desta atividade, como podem trazer para o dia-a-dia (amanhã na escola, hoje à noite na família, no fim-de-semana com amigos, etc.), estas atitudes? O que podem mudar ou potenciar? Vale a pena?
- Olhar também para a porta que foi construída com várias heranças recebidas, que se uniram a outras para serem porta de entrada numa Casa Comum. O compromisso de sermos parte (pertencentes/herdeiros) desta Casa, leva-nos a participar na sua construção, a ser porta de entrada que convida outros a participar, que incentiva a transformação a partir dos 5 R's e dos 5 C's que podem ser uma prática diária, na nossa casa, na nossa escola, na nossa comunidade, no nosso mundo para um desenvolvimento sustentável!

SUGESTÕES PARA A REFLEXÃO:

- Ter presente que a sessão tem a sua lógica assente na herança que recebem (porta de entrada) baseada em 5C's, nas fundações (desenvolvimento sustentável) que sustentam uma Casa Comum. Esta Casa Comum está sempre aberta a que outros/as participem na sua construção. O nosso papel, enquanto herdeiros, baseia-se no compromisso com a sua construção diária, que passa em cada momento por 5R's.
- Focar a questão da interdependência dos materiais/bens existentes e da sua utilização para um Bem Comum partilhado.
- Utilizar as experiências positivas e negativas do processo de construção para relevar obstáculos que existem na construção coletiva da Casa Comum (a falta de participação, a tomada de decisão sem envolver outros/as, a falta de tempo, ...).

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- A atividade pode ser realizada com vários grupos e escolhendo diferentes tipos de terreno, sendo importante garantir tempo no final para cada grupo apresentar a sua construção da Casa Comum. Nesse caso, será interessante poder contar-se com o apoio de outros/as facilitadores/as para apoiar a construção de cada grupo.
- Pode ser interessante fazer a atividade num terreno ermo, com poucos elementos naturais, e até com a presença de lixo, para potenciar a capacidade de construir a Casa Comum a partir da realidade territorial e do seus problemas, num sentido positivo.
- Se se optar por realizar o exercício num espaço fechado, será necessário ter recursos para a construção. Estes podem ser recursos encontrados no espaço. Se for uma casa, utilizar livros, os resíduos produzidos e que estão para reciclagem, etc..





4.ª PARAGEM

Aprofunda e questiona

TEMA

ALIMENTAÇÃO



PASSO: COMER DE TRÁS P'RA FRENTE



Ou caso não seja possível, 6 blocos de 45 minutos. Existe também a possibilidade de selecionar apenas uma ou duas sessões e realizá-la(s) separadamente, visto que cada sessão pode funcionar *per si*.

OBJETIVOS:

- Explorar a roda dos alimentos.
- Pensar criticamente sobre a alimentação quotidiana e os hábitos alimentares.
- Pensar sobre o que é uma refeição equilibrada.
- Conhecer o modo de produção e a origem dos alimentos (a sua viagem ao longo dos séculos) e as respetivas consequências.
- Analisar o impacto social, económico, cultural e ambiental da exploração colonial.
- Sensibilizar para a compostagem.

FAIXA ETÁRIA: Entre 10-12 anos de idade

PRIMEIRA SESSÃO: CONSIGO COMER/PENSAR UMA REFEIÇÃO EQUILIBRADA?

.....

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Quadro ou folhas de flipchart
- Fichas de registo de refeição (1 ficha por grupo) [Anexo 2a)]
- Rodas dos alimentos completa (1 por grupo) [Anexo 2b)]
- Rodas dos alimentos por completar/em branco (1 por grupo) [Anexo 2c)]
- Alimentos diversos para recortar (ex.: de folhetos publicitários de supermercados)
- Giz ou marcadores
- Canetas
- Tesouras
- Cola

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

A atividade constrói-se a partir da ideia de uma refeição. Os/as participantes são convidados/as a refletir sobre o que comem e se o fazem de forma equilibrada: concretamente, pensam numa ementa; refletem sobre os alimentos que a constituem; consultam e avaliam a roda dos alimentos; e concluem quanto ao equilíbrio da mesma.

1. Formar pequenos grupos com 4/5 elementos (ou outros, conforme o grupo) e pedir que escolham um/a porta-voz.
2. Exercício de brainstorm:

Promover um brainstorm sobre o que entendem por refeição equilibrada. Questões que podem ajudar a facilitar:

- *Quais são as nossas necessidades alimentares?*
- *Precisamos de comer?*
- *O que devemos comer?*

Registrar as ideias/palavras num quadro ou em folhas de flipchart.

3. Trabalho de grupo:

- *Distribuir uma ficha de registo de refeição por grupo.*
- *Pedir que pensem e registem uma ementa para uma refeição equilibrada – prato principal (almoço ou jantar).*
- *De seguida, cada porta-voz apresenta a ementa do seu grupo em plenário.*

4. Trabalho de grupo:

- Distribuir a cada grupo: uma roda dos alimentos (para apoio e consulta), uma roda dos alimentos em branco para completar e figuras de alimentos para recortarem
- Pedir que consultem a roda dos alimentos completa e coloquem os alimentos necessários para a refeição que pensaram na roda em branco, nos locais corretos.
- Segue-se uma avaliação, por parte de cada grupo, para refletir sobre o equilíbrio da sua refeição/roda; e a subsequente correção da mesma, se necessário.
- Depois, cada porta-voz apresenta a roda do seu grupo em plenário, referindo a avaliação que foi feita pelo grupo, as correções que foram necessárias e as conclusões a que chegaram.

5. Promover uma reflexão coletiva final, a partir das apresentações dos trabalhos de grupo, das ideias recolhidas e registadas durante o brainstorm e de algumas questões orientadoras, como:

- *Quais são as nossas necessidades alimentares?*
- *Todas as pessoas comem o suficiente para satisfazer as suas necessidades alimentares?*
- *Será que tudo o que comemos nos faz bem?*
- *Quais os principais erros que cometemos na nossa alimentação diária?*

SEGUNDA SESSÃO: COMO E ONDE SE PRODUZ O QUE COMO? AS “VIAGENS DOS ALIMENTOS” TÊM/TIVERAM CONSEQUÊNCIAS?

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Quadro ou folhas de flipchart
- Fichas de registo de refeição dos grupos, resultantes da sessão anterior ou novas (já preenchidas pelo/a facilitador/a) (1 ficha por grupo) [Anexo 2a)]
- Fichas de registo do modo de produção/proveniência dos produtos alimentares (1 ficha por grupo) [Anexo 2d)]
- Notícias recentes sobre a produção de alimentos e os seus efeitos, selecionadas previamente pelo/a facilitador/a (pelo menos, 1 notícia por grupo)

- Mapa-mundo impresso em tamanho A3 (1 por grupo) (de preferência, com a projeção de Peters)
- Mapa-mundo impresso em tamanho A0 ou imagem para projetar na parede (neste caso, será também necessário projetor e computador) (de preferência, com a projeção de Peters) ou pode-se optar ainda por desenhar um mapa-mundo no chão com giz
- Ficha sobre a origem histórica dos alimentos [Anexo 2e)] (sugere-se também a consulta do mapa interativo e do infográfico, disponíveis em: <http://blog.ciat.cgiar.org/origin-of-crops/>)
- Alimentos diversos para recortar (ex.: de folhetos publicitários de supermercados)
- Giz ou marcadores
- Canetas
- Cola

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

A atividade constrói-se a partir das ementas. Analisam-se as ementas e os alimentos mais utilizados nas mesmas; reflete-se sobre como e onde se produz o que comemos e as consequências para a saúde; e reflete-se sobre a origem histórica dos produtos (percurso dos alimentos no mundo) e consequências: alimentares, culturais, económicas, sociais...

1. Retomar os grupos de trabalho da sessão anterior, ou formar novos com 4/5 elementos (ou outros, conforme o grupo) e pedir que escolham um/a porta-voz.
2. Entregar as fichas de registo de refeição e os outros produtos da sessão anterior ("Consigo comer/pensar uma refeição equilibrada?") aos grupos respetivos. No caso de não ter sido realizada essa sessão, distribuir novas fichas previamente preenchidas pelo/a facilitador/a (com ementas escolhidas por este/a).
3. Trabalho de grupo:
 - Distribuir uma ficha de registo da origem/proveniência dos produtos alimentares, por grupo;
 - Pedir que assinalem nessa ficha o modo de produção/origem dos produtos da sua ementa;
 - A seguir, cada porta-voz indica os alimentos que o seu grupo selecionou e a sua origem/proveniência. O/A facilitador/a regista no quadro ou na folha de flipchart. Fazer o registo de modo a identificar os alimentos referidos com maior frequência (para facilitar, pode-se ir colocando pequenas barras à frente de cada produto, sempre que o mesmo é referido, selecionando-se, por fim, os mais utilizados). Não exagerar no número de alimentos escolhidos.
4. Analisar – em plenário – o modo de produção/proveniência dos alimentos, com o apoio da ficha de cada grupo e do registo comum. Questões orientadoras para reflexão:
 - *Como se produz o que comemos?*
 - *De onde vem o que comemos?*
 - *De que tipo de agricultura (intensiva, extensiva, ...) provem o que comemos?*
 - *Que impactes causa a sua produção?*
 - *Há outras formas de produzir?*
5. Trabalho de grupo:
 - Retomando os grupos de trabalho, distribuir a cada grupo notícias recentes (consultadas na internet, em jornais e/ou revistas) sobre a produção de alimentos e seus efeitos.

- Pedir que leiam e analisem as notícias em grupo, retirando as ideias principais.
- De seguida, cada porta-voz apresenta as ideias e faz-se uma reflexão coletiva sobre os assuntos tratados nas notícias.

6. Trabalho de grupo:

- Entregar a cada grupo um mapa-mundo, uma ficha sobre a origem histórica dos alimentos e alimentos para recortar.
- Solicitar que analisem a informação distribuída e pensem na origem dos alimentos, colocando os alimentos no local de origem no mapa.
- Pedir ao/à porta-voz, de cada grupo, que assinale a origem de um (ou mais) alimentos no mapa-mundo grande fixado ou projetado na parede pelo/a facilitador/a (previamente).

7. Reflexão coletiva final a partir dos trabalhos de grupo – questões orientadoras:

- *Os produtos que chegaram à Europa (ao longo da História), vindos de outros continentes, resultaram de quê?*
- *A difusão de produtos de uns para outros continentes alterou hábitos alimentares? Culturais? Sociais? Criou injustiças? Criou dependências? Originou desigualdades?*

TERCEIRA SESSÃO: AGIMOS SEMPRE BEM?

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Quadro ou folhas de flipchart
- Textos ou outros materiais de apoio para distribuição aos grupos que reflitam a alimentação e os alimentos utilizados:
 - a) no século XVI
 - b) no século XVIII
 - c) na atualidade
 (Para tal, sugere-se a consulta de manuais de História e Geografia de Portugal do 5.º e 6.º ano de escolaridade)
- Receita de húmus ou outra receita saudável/equilibrada, à escolha do/a facilitador/a
- Ingredientes para confeccionar a receita (optar por produtos biológicos, de circuitos curtos, de comércio justo, etc.)
- Material de cozinha para confeccionar a receita
- Vídeo sobre compostagem em casa
- Giz ou marcadores
- Canetas
- Material para fixar

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

A atividade procura fazer refletir sobre aspetos relativos à “viagem dos alimentos” e às consequências das atitudes do homem e dessas viagens ao longo dos séculos, nomeadamente

XVI, XVIII e a atualidade. Faz-se um role play; reflete-se sobre o mesmo; confecciona-se uma refeição saudável/equilibrada e sensibiliza-se para a compostagem (em casa).

1. Retomar os grupos da sessão anterior, ou formar novos com 4/5 elementos (ou outros, conforme o grupo) e pedir que escolham um/a porta-voz.
2. Trabalho de grupo:
 - Distribuir a cada grupo textos e materiais de apoio sobre uma época histórica, (dependendo do número de grupos/elementos, poderá acontecer que se tenham de repetir os textos e materiais em mais do que um grupo).
 - Pedir que leiam e analisem a informação que lhes foi distribuída e, depois, pensem e redijam um pequeno guião para representarem em plenário sobre situações relativas à época histórica que lhes foi. Dar algum tempo, para também prepararem/ensaiarem a representação sobre o tipo de alimentação existente em cada época histórica e as relações/consequências/efeitos que possam daí resultar (role play).
3. Solicitar a cada grupo que apresente o role play em 3 minutos. O/A facilitador/a pode ir registando os assuntos/ideias abordados nas apresentações num quadro ou em folhas de flipchart.
4. No final das apresentações fazer uma sistematização das principais ideias representadas (consequências da alimentação ao longo dos séculos) e promover uma reflexão coletiva. Questões orientadoras:
 - *A alimentação e a produção de produtos podem ter outras consequências, para além das diretas e relativas à alimentação? Quais, por exemplo?*
 - *Preocupamo-nos com outros aspetos ou apenas com a obtenção de lucro, a obtenção do que queremos, a economia, ...?*
 - *Preocupamo-nos com as alterações ambientais, a devastação, a transformação da paisagem, ... sem refletir sobre o que isso pode implicar?*No final deste momento, se for possível, retomar as reflexões sobre alimentação saudável/equilibrada abordadas nas sessões anteriores, procurando ajudar os/as participantes a relacionar os temas das várias sessões.
5. Voltar a refletir sobre a alimentação saudável a partir da preparação de uma refeição:
 - Desafiar os/as participantes a ajudar o/a facilitador/a a confeccionar uma receita simples, rápida, saudável e justa – por exemplo, um húmus (como alternativa a comida fast food) – começando por explicar a proveniência dos alimentos selecionados (e as opções feitas pelo/a facilitador/a).
 - Depois de preparada a receita, convidar os/as participantes a experimentarem e saborearem o produto final.
6. Promover uma reflexão coletiva sobre o que fazer com os restos dos alimentos que sobraram da confeção. Pode ser apresentada a compostagem em casa (através de um vídeo), como exemplo de uma prática.
7. Reflexão coletiva final.

DICAS GERAIS PARA A FACILITAÇÃO DAS SESSÕES:

- Devido à natureza da atividade proposta, esta deve ser realizada preferencialmente por 2 facilitadores/as.
- As questões para reflexão, nesta atividade como no restante Caderno, tratam-se apenas de sugestões, pistas – que têm sempre a hipótese de serem adaptadas, repensadas.
- Sugere-se a realização de uma dinâmica de quebra-gelo no início de cada sessão (ex.: “A teia” com a frase dos alimentos na sessão inicial, “Cruzar os braços” na última sessão).

- Consoante a disponibilidade de tempo e as características do grupo de participantes, pode-se optar por realizar algumas etapas da atividade com o grupo com recurso à internet (ex.: página da FAO) ou a bibliotecas. A título de exemplo, pode ser útil para pesquisa de notícias sobre a produção de alimentos e os seus efeitos (2.ª sessão), pesquisa de textos e materiais de apoio para o role-play (3.ª sessão), etc..

SUGESTÕES PARA CONTINUIDADE DO TRABALHO/AÇÕES POSTERIORES:

- Realizar visitas de estudo (ex.: fábricas de produtos alimentares, mercados, mercados abastecedores, quintas biológicas, lojas de comércio justo, etc.).
- Organizar uma feira/mercado de comércio justo.
- Elaborar jogos e outros materiais pedagógicos para apresentar a outros grupos.
- Selecionar um dia temático para apresentação de alguns dos produtos (Dia da Alimentação, Dia da Árvore, Dia da Biodiversidade, Dia Mundial do Ambiente, Dia da Terra).



PASSO: COMER DE TRÁS P'RA FRENTE



Ou caso não seja possível, 6 blocos de 45 minutos. Existe também a possibilidade de selecionar apenas uma ou duas sessões e realizá-la(s) separadamente, visto que cada sessão pode funcionar *per si*.

OBJETIVOS:

- Ler criticamente a informação contida nos rótulos de produtos alimentares.
- Refletir sobre a cadeia de produção, o processo de transformação e o circuito de comércio internacional dos alimentos, bem como os impactos ambientais e socioeconómicos subjacentes a estes processos.
- Debater o conceito de desenvolvimento.
- Questionar a visão eurocêntrica da geografia, da cultura e do desenvolvimento socioeconómico.
- Identificar formas de produção e consumo alternativas e sustentáveis.

FAIXA ETÁRIA: Entre 13-16 anos; mas pode ser adaptada às faixas etárias seguintes

PRIMEIRA SESSÃO: CONHECES O QUE COMES?

.....

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Quadro ou folhas de flipchart
- Rótulos de produtos alimentares muito populares/apetecíveis para jovens (1 por grupo; de preferência, diferentes para cada grupo – ex.: cereais de chocolate para pequeno-almoço; pão fatiado sem cêdea para tostas e sanduíches; creme de avelã e chocolate para barrar, bolachas de cacau recheadas com creme de sabor a baunilha; snack de milho com sabor a queijo, etc.)
- Fichas de registo dos produtos alimentares (1 por grupo) [Anexo 3a)]
- Mapa-mundo impresso em tamanho A3 (1 por grupo) (de preferência, com a projeção de Peters)
- Mapa-mundo impresso em tamanho A0 ou imagem para projetar na parede (neste caso, será também necessário projetor e computador) (de preferência, com a projeção de Peters) ou pode-se optar ainda por desenhar um mapa-mundo no chão com giz
- Alfinetes de 3 cores diferentes ou autocolantes ou reutilizar materiais (ex.: rolhas de cortiça cortadas às rodela e pintadas de cores diferentes)
- Giz ou marcadores
- Canetas
- Cola

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

A atividade constrói-se a partir da leitura e interpretação de rótulos de produtos alimentares muito populares entre jovens. Os/as participantes são convidados/as a refletir sobre a origem e processo de transformação das matérias-primas até à obtenção dos diferentes produtos

alimentares comercializados.

1. Formar pequenos grupos com 4/5 elementos (ou outros, conforme o grupo) e pedir que escolham um/a porta-voz.
2. Trabalho de grupo:
 - Distribuir a cada grupo um rótulo de um produto alimentar (de preferência, diferente para cada grupo) e uma ficha de registo.
 - Pedir que analisem o rótulo e que identifiquem e registem na ficha de registo distribuída:
 - as matérias-primas utilizadas na produção do alimento;
 - as matérias-primas que são usadas em maior quantidade.
 - Solicitar a cada porta-voz que partilhe as conclusões do seu grupo.
3. Promover uma reflexão coletiva a partir dessas conclusões (analisar, por exemplo, as matérias-primas mais frequentes nos rótulos e especular porquê, etc.).
4. Retomar os grupos de trabalho:
 - Entregar um mapa-mundo e alfinetes de três cores diferentes a cada grupo.
 - Pedir que assinalem na ficha de registo e no mapa que receberam, com cores diferentes (cabendo ao/à facilitador/a definir e apresentar o código de cores), o país ou países onde consideram que:
 - são produzidas as matérias-primas usadas na produção do alimento que lhes foi atribuído (i.e., de onde vêm as matérias-primas);
 - se localizam as fábricas onde os produtos alimentares são produzidos;
 - se localizam as sedes sociais das empresas que comercializam os produtos.

Sugere-se que o/a facilitador/a dê uma instrução de cada vez, i.e., que apresente a primeira instrução, aguarde que todos os grupos a realizem e só depois avance para a instrução seguinte e assim sucessivamente.

 - A seguir, fixar ou projetar o mapa-mundo em tamanho grande no quadro ou na parede e pedir ao/à porta-voz de cada grupo que assinale, nesse mapa e com as cores respetivas, as respostas aos pontos anteriores.
5. O/A facilitador/a verifica se os locais assinalados estão corretos, ou se é necessário proceder a alguma alteração, e depois orienta/apoia o coletivo na análise do mapa-mundo grande (nesta altura já com as respostas dos vários grupos assinaladas).
6. Promover uma reflexão coletiva focando, nomeadamente, a relação ou relações entre a produção da matéria-prima e a sua transformação e registar as principais ideias no quadro ou em folhas de flipchart. Questões orientadoras:
 - *Porque é que a matéria-prima é produzida numa região e os produtos alimentares numa outra diferente?*
 - *Que características atribuem a cada grupo de países/região?*
 - *Que impactes têm este modo de organização da produção?*

SEGUNDA SESSÃO: SABES COMO É PRODUZIDO O QUE COMES?

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Quadro ou folhas de flipchart
- Fichas de registo dos produtos alimentares utilizadas na sessão anterior (caso tenha sido realizada esta sessão). No caso de não ter sido realizada a sessão, será necessário o anexo 3a) previamente preenchido pelo/a facilitador/a.
- Mapa-mundo impresso em tamanho A0 ou imagem para projetar na parede (neste caso, será necessário projetor e computador) (de preferência, com a projeção de Peters) ou pode-se optar ainda por desenhar um mapa-mundo no chão com giz
- Cartões vermelhos, amarelos e verdes (1 conjunto por grupo)
- Fotografias para projetar ou cartões com fotografias impressas da floresta tropical antes e depois da desflorestação
- Documentário “Antes do Dilúvio” de Leonardo DiCaprio, disponível em <https://uimeo.com/191144108>
- Computador
- Projetor
- Giz ou marcadores
- Canetas
- Cola

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Organizar os/as participantes em semicírculo.
2. Retomar as ideias centrais da reflexão da sessão anterior (“Conheces o que comes?”), com o apoio do grupo e dos registos realizados no quadro ou em folhas de flipchart. Caso não tenha sido realizada essa sessão, optar por fazer uma breve reflexão inicial sobre os pontos principais.
3. Colocar o mapa-mundo grande ao contrário e pedir que discutam a possibilidade do mapa ser usado nessa posição.
4. Trabalho de grupo:
 - Retomar os pequenos grupos constituídos na sessão anterior ou formar novos com 4/5 elementos.
 - Fixar/projetar as seguintes frases alusivas ao conceito de desenvolvimento (ou outras, a selecionar pelo/a facilitador/a):
 - Há países que são menos desenvolvidos porque são menos organizados e mais corruptos.
 - Os países desenvolvidos acumularam a sua riqueza à custa da exploração dos países hoje considerados menos desenvolvidos
 - A riqueza nos países desenvolvidos encontra-se distribuída de forma desigual.
 - Distribuir a cada grupo três cartões, explicando o seu significado:
 - cartão vermelho = discorda;
 - cartão amarelo = não concorda;

- cartão verde = concorda.
- Pedir que em grupo discutam as frases e cheguem a um consenso sobre a posição face às mesmas. Para evitar tornar esta etapa muito longa, pode-se pedir que cada grupo analise apenas uma frase (distribuindo-se uma frase diferente a cada).
 - Solicitar a cada porta-voz que apresente a posição (utilizando os respetivos cartões) e os argumentos do seu grupo.
5. A partir das apresentações promover um debate coletivo orientado, procurando refletir e questionar/desconstruir algumas ideias sobre o conceito de desenvolvimento (nomeadamente a visão eurocêntrica da geografia, da cultura e do desenvolvimento socioeconómico).
 6. Trabalho de grupo:
 - Voltar a distribuir as fichas de registo dos produtos alimentares utilizadas na sessão anterior. Caso não tenha sido realizada a sessão anterior, o/a facilitador/á deverá entregar o anexo 3a) previamente preenchido a cada grupo.
 - Pedir que analisem (ou voltem a analisar) e interpretem a informação.
 7. Voltar a organizar o grupo em semicírculo e dinamizar uma reflexão coletiva. Questões orientadoras:
 - *Porque é que as matérias-primas são produzidas tão longe?*
 - *Quantos quilómetros terão percorrido antes de chegar ao local onde serão usadas na produção dos alimentos?*
 - *As espécies cultivadas são originárias do local onde são produzidas?*
 - *Quais os efeitos da introdução de novas espécies num determinado local?*
 - *Quais são as consequências para o ambiente?*
 - *Quem é que ganha com isto?*
 8. Transmitir o documentário “Antes do Dilúvio” de Leonardo DiCaprio (do minuto 46.30 ao 53.58).
 9. Para complementar, projetar ou mostrar cartões com fotografias de áreas de floresta tropical usadas para a agricultura – fotos de antes e depois da desflorestação –, questionando se conhecem algum país que se localize nestas regiões.
 10. Promover uma reflexão coletiva final, a partir do que foi discutido nos exercícios anteriores e das ideias abordadas no documentário. Pode-se procurar reconstituir/discutir a cadeia de produção agrícola e o circuito de comércio internacional dos produtos.

TERCEIRA SESSÃO: EXISTE UMA OUTRA FORMA DE PRODUZIR E DE CONSUMIR?

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Quadro ou folhas de flipchart
- Fichas e outros produtos das sessões anteriores (ou novas previamente preenchidas pelo/a facilitador/a, caso não tenha realizado essas sessões)
- Mapa-mundo impresso em tamanho A0 ou imagem para projetar na parede (neste caso, será necessário projetor e computador) (de preferência, com a projeção de Peters) ou pode-se optar ainda por desenhar um mapa-mundo no chão com giz

- Cartões ou pedaços de papel com o logótipo das marcas dos produtos alimentares cujos rótulos foram selecionados para a primeira sessão ou de outros produtos; cartões com imagens das matérias-primas usadas e cartões com imagens de animais em vias de extinção devido à exploração intensiva dessas matérias-primas
- Documentário “Amanhã” de Cyril Dion e Mélanie Laurent, disponível em <https://vimeo.com/251289725>
- Computador
- Projetor
- Sementes de leguminosas
- Garrações de 5l
- Terra
- Água
- Giz ou marcadores
- Canetas
- Cola

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Pedir que retomem os grupos de trabalho das sessões anteriores, ou formar novos e pedir que escolham um/a porta-voz.
2. Trabalho de grupo:
 - Distribuir a cada grupo as fichas e outros produtos das sessões anteriores (ou novas previamente preenchidas pelo/a facilitador/a, caso não tenham sido realizadas essas sessões), um cartão com o logótipo de uma marca de produto alimentar, um cartão com a imagem da matéria-prima usada e imagens de animais em vias de extinção.
 - Pedir que retomem o mapa-mundo e identifiquem o país onde se encontra a sede da empresa do cartão que lhes foi distribuído e que colem no respetivo local o logótipo. Solicitar que façam o mesmo em relação à matéria-prima e aos animais afetados.
 - Pedir que analisem a relação existente entre as empresas que produzem os alimentos analisados e a destruição ambiental.
3. A seguir, desafiar os/as participantes a partilhar palavras/ideias que se relacionem com a mensagem principal do episódio do documentário “Antes do dilúvio” e com os dados fornecidos e registar as palavras no quadro ou em folhas de flipchart.
4. Promover uma reflexão coletiva sobre as empresas e o modo de produção dos alimentos. Questões orientadoras:
 - *Que tipo de empresa acham que é?*
 - *Como é que caracterizam a empresa (que palavras usam para a caracterizar)? (registar no quadro)*
 - *Conhecem outras formas de produção de alimentos?*
 - *Que outras formas de produção de alimentos imaginam que seriam possíveis?*
5. Procurar identificar em conjunto alternativas sustentáveis. Questionar:
 - *Nós, enquanto consumidores, temos algum poder para alterar esta situação? Porquê?*

- *O que podemos fazer?*
- 6. Ver um excerto sobre agricultura biológica/permacultura do documentário “Amanhã” (do minuto 23.41 ao 31.31).
- 7. Discutir propostas como hortas urbanas, cooperativas de produtores, circuitos curtos, comércio justo, consumo responsável.
- 8. Trabalho de grupo:
 - Desafiar os grupos a “pôr a mão na massa” e plantarem uma “horta”.
 - Distribuir sementes de leguminosas obtidas de agricultura biológica ou orgânica, um garrafão de 5l, terra e água a cada grupo, e dar as indicações necessárias para fazerem a horta.
 - Pedir que se organizem para cuidar e acompanhar o crescimento da mesma. No caso da atividade ser realizada no âmbito escolar, pode-se incorporar este acompanhamento na disciplina de Ciências, por exemplo.
- 9. A partir das várias ideias discutidas ao longo da(s) sessão (sessões), questionar os/as participantes sobre como é que podem incorporar estas ideias/práticas no seu dia-a-dia e incentivar a elaborarem individualmente frases com os seus compromissos com a mudança e partilhá-las com o grupo.

DICAS GERAIS PARA A FACILITAÇÃO DAS SESSÕES:

- Devido à natureza da atividade proposta, esta deve ser realizada preferencialmente por 2 facilitadores/as.
- As questões para reflexão, nesta atividade como no restante Caderno, tratam-se apenas de sugestões, pistas – que têm sempre a hipótese de serem adaptadas, repensadas.
- Sugere-se a realização de uma dinâmica de quebra-gelo no início de cada sessão (ex.: “A teia” com a frase dos alimentos na sessão inicial, “Cruzar os braços” na última sessão).
- Consoante a disponibilidade de tempo e as características do grupo de participantes, pode-se optar por realizar algumas etapas da atividade com o grupo com recurso a pesquisas na internet (ex.: página da FAO) ou em bibliotecas durante ou antes das sessões.

SUGESTÕES PARA CONTINUIDADE DO TRABALHO/AÇÕES POSTERIORES:

- Realizar visitas de estudo (ex.: fábricas de produtos alimentares, mercados, mercados abastecedores, quintas biológicas, lojas de comércio justo, etc.).
- Organizar uma feira/mercado de comércio justo.
- Elaborar jogos e outros materiais pedagógicos para apresentar a outros grupos.
- Selecionar um dia temático para apresentação de alguns dos produtos (Dia da Alimentação, Dia da Árvore, Dia da Biodiversidade, Dia Mundial do Ambiente, Dia da Terra).



PASSO: PREPARANDO UMA REFEIÇÃO CONJUNTA...

OBJETIVOS:

- Tomar consciência das relações locais e globais existentes nos produtos que consumimos e problematizá-las.
- Refletir criticamente sobre a forma como nos relacionamos.
- Estimular o trabalho colaborativo.

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Quadro ou folhas de flipchart
- Alimentos (alguns exemplos):
 - bananas da Madeira
 - bananas provenientes da América do Sul
 - chocolate vulgar
 - chocolate do comércio justo
 - bolachas ou outro produto com presença significativa de óleo de palma;
 - bolo caseiro ou, no caso de não ser possível, biscoitos de origem local/nacional;
 - fruta tropical;
 - fruta da época portuguesa biológica e não biológica
- Material de cozinha (pratos, facas e outros acessórios necessários para a preparação e apresentação de um lanche, e que podem também ser alvo de análise/discussão, ex.: opção por pratos e/ou copos de plástico).
- Marcadores

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Dividir os/as participantes em 2 grupos: os observadores/as e os cozinheiros/as.
2. Explicar as tarefas de cada grupo:
 - Cozinheiros/as: informar que têm à sua disposição vários alimentos para preparar um lanche conjunto e devem selecionar os que querem utilizar e preparar a mesa para a refeição. Explicar que não precisam de utilizar todos os alimentos disponíveis, apenas os que considerarem relevantes.
 - Observadores/as: chamar este grupo à parte, de modo a não influenciar a forma como o primeiro grupo irá atuar e interagir, e pedir que fique atento e anote as relações e as opções que vão resultando da preparação da refeição. O objetivo é que este grupo

partilhe as suas observações no final da preparação da refeição.

3. Pedir para iniciarem as tarefas e informar do tempo que terão para realizar as mesmas.
4. Quando terminar a preparação da refeição:
 - Pedir ao grupo de cozinheiros/as que explique que refeição preparou e porque motivo utilizaram uns alimentos e não outros; ou porque utilizaram todos.
 - De seguida, pedir ao grupo de observadores/as que descrevam o conjunto de relações e opções que observaram e registaram.
5. Partindo das análises dos dois grupos, explorar algumas das relações existentes naquela refeição fazendo a ponte com a nossa realidade do dia-a-dia. Por exemplo:
 - As relações de poder ou de colaboração que se tornaram visíveis na preparação da refeição e a forma como as mesmas também se reproduzem na realidade.
 - As implicações dessas formas de relação no grupo, comunidade, sociedade, mundo.
 - As relações existentes nos produtos que consumimos, problematizando os prós e os contras de algumas das seguintes variantes a partir da vivência de cada participante: proveniência, (local, internacional), modos e opções de produção (produção industrial, produção tradicional, produção com recurso a Organismos Geneticamente Modificados, produção biológica, produção de comércio justo, etc); implicações sociais e económicas associadas a quem produz os alimentos, mas também a quem os consome (tipo de trabalho associado à produção das matérias primas ou dos produtos alimentares utilizados na refeição; remuneração associada; custo dos diferentes tipos de produtos para os/as consumidores/as, respetiva acessibilidade social e suas implicações ao nível económico, saúde, etc.); custos ambientais, etc.
6. Finalizar refletindo sobre a forma como nos relacionamos uns/umas com os/as outros/as e com a natureza (a nível local e global) e a influência que essa relação tem no modo como “cuidamos” ou não das pessoas e do planeta.

DICAS GERAIS PARA A FACILITAÇÃO DAS SESSÕES:

- Antes de realizar a sessão, poderão aprofundar conhecimentos sobre a temática através da informação disponibilizada, por exemplo, pela Amnistia Internacional (<https://www.amnistia.pt/o-oleo-de-palma-e-os-direitos-humanos-o-que-e-preciso-saber/>) e no documentário “The dark side of chocolate” disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=15dJwA-xaVA>)
- Esta atividade também poderá ser utilizada para a preparação de um almoço, com vegetais locais/de circuitos curtos, biológicos, mas também alimentos processados e de origem mais distante, de modo a que se possa problematizar a escolha dos alimentos e as relações existentes dentro da refeição.

TEMA

DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL



PASSO: ENTRAR NO MEIO... A SUSTENTABILIDADE EM AÇÃO!

OBJETIVOS:

- Descobrir e conhecer o espaço envolvente.
- Descobrir localmente para agir globalmente.
- Desenvolver o espírito crítico.
- Realçar a interdependência do que nos rodeia.
- Promover uma vida saudável e o bem-estar para todos/as.
- Proteger e promover o uso sustentável dos ecossistemas.
- Tomar consciência de que as nossas ações influenciam a qualidade do ambiente.

FAIXA ETÁRIA: Dos 3 aos 15 anos de idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Espaço e recursos naturais
- Folhas de papel A3
- Papel de cenário
- Lápis de carvão e de cor
- Tesouras
- Cola

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Antecipadamente e, se se considerar adequado, nomeadamente nas faixas etárias mais novas, cada criança pode convidar alguém para a acompanhar e fazer a visita: pais, avós, vizinhos/as, etc.
2. Inicialmente, no espaço de sala de aula ou noutro espaço onde se desenrole a atividade (dependendo do contexto), enquadrar e sensibilizar para o tema:
 - Despertar para o meio ambiente, como ele está e o que podemos fazer por ele, o que apreciamos pela sua beleza, pelo seu valor cultural ,... o que vemos deteriorado, abandonado, etc..
 - Sensibilizar para o facto de só cuidarmos do que gostamos e só podermos cuidar bem se conhecermos. Além disso, salientar que só podemos cuidar do ambiente se cuidarmos das e com as pessoas.
3. Informar que a seguir vão sair e fazer uma visita.
4. Distribuir os/as participantes em grupos de 3/4 elementos, deslocar-se com estes até um

espaço ao ar livre e pedir a cada grupo para recolher um elemento que se encontre na natureza (rocha, raiz, galho, folha, flor, fruto, semente, excremento, resíduo ou outro).

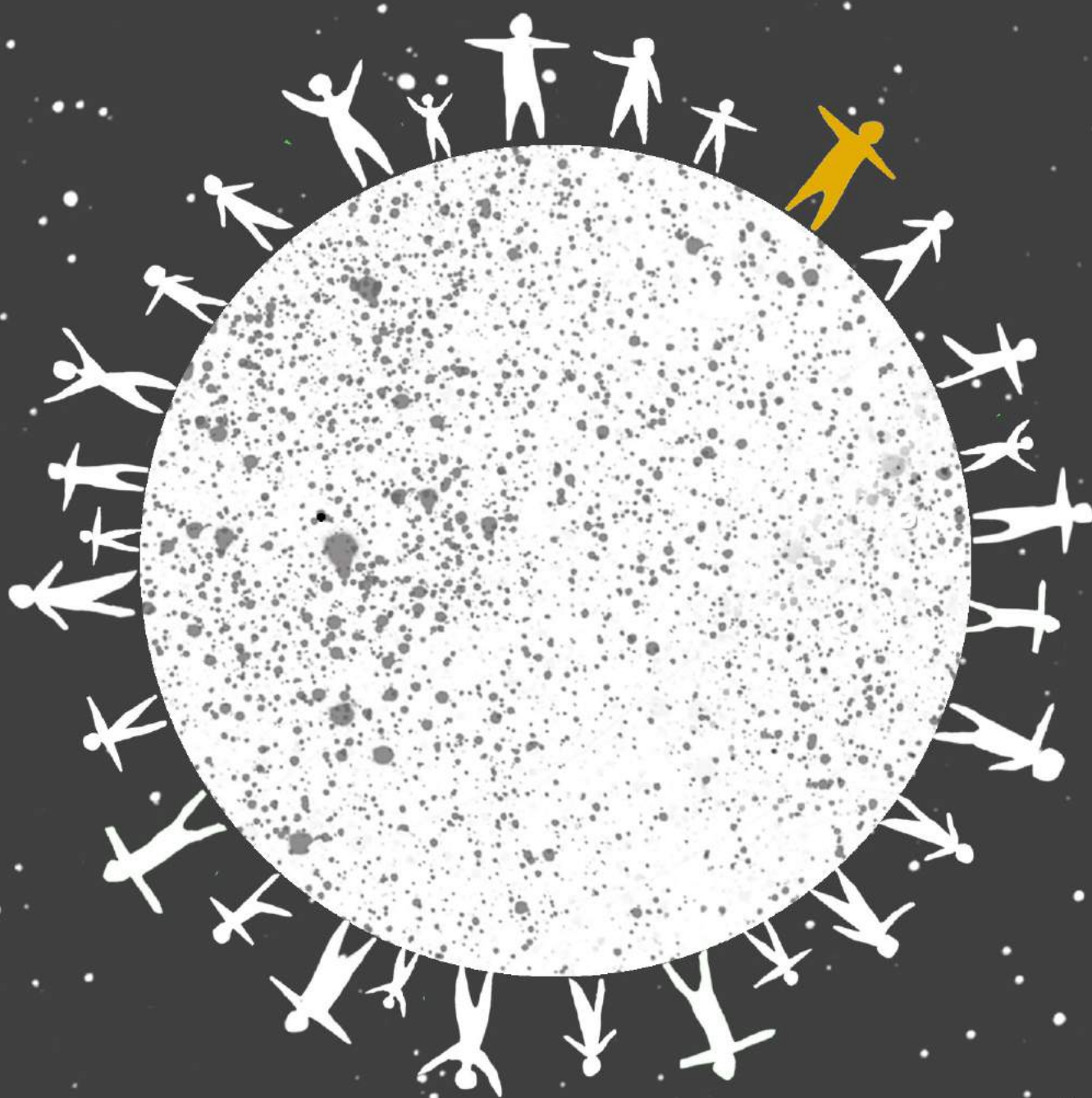
5. Regressar ao espaço de sala de aula ou outro espaço onde se desenrole a atividade (dependendo do contexto), e pedir aos grupos para procederem à observação/discussão e reflexão sobre a importância dos materiais recolhidos no nosso ecossistema.
6. Pedir a cada grupo que desenhe o/s seu/s elemento/s e registe as conclusões das aprendizagens essenciais efetuadas, produzindo mensagens. A mensagem é elaborada em folha A3. A frase que acompanha a ilustração deve ser curta e objetiva, tendo quatro a cinco palavras.
7. Solicitar a cada grupo que apresente em plenário os registos efetuados, resultantes de todo o processo desenvolvido, e as respetivas conclusões.
8. Unindo ideias e aplicando/incentivando a criatividade das crianças/jovens, proceder à “construção de um mural” com as mensagens de todos os grupos de trabalho, que podem ser de diferentes faixas etárias. Este mural representará simbolicamente o Mundo, a nossa Casa Comum, e será complementado com a inscrição de alguns dados globais: dados sobre a poluição, as alterações climáticas, entre outros considerados pertinentes.
9. Expor o mural num local visível a outras pessoas.

SUGESTÕES PARA A REFLEXÃO:

- No final da atividade, podem ser lançadas algumas questões para reflexão sobre a atividade, como:
 - *O que descobriram com esta recolha?*
 - *O que aprenderam com esta atividade?*
 - *Qual a importância da atividade para a vossa prática diária?*
 - *Que ações devem ser adotadas para preservar/melhorar o ambiente que vos rodeia?*
 - *Qual o impacto dessas ações no ambiente?*
- A reflexão deve ser orientada para a ideia da interdependência das ações entre os diferentes elementos do Mundo, a nossa Casa Comum.

SUGESTÕES PARA CONTINUIDADE DO TRABALHO/AÇÕES POSTERIORES:

- Pesquisa bibliográfica que permita aprofundar o conhecimento relativo às descobertas efetuadas.
- Convite de um especialista/cientista da temática para realizar uma conferência/debate.
- Realizar uma visita a um Centro de Dia local para partilha de conhecimentos, vivências e experiências - encontro intergeracional.
- Realização de uma entrevista a uma figura pública da comunidade (Presidente da Junta, Presidente da Câmara ou outro).
- Elaboração de notícias/reportagens para a rádio escolar ou local.



5.ª PARAGEM

Assume a tua posição e
cuida do nosso mundo



PASSO: O BARCO



OBJETIVOS:

- Trabalhar a capacidade de “olhar” em profundidade para as causas dos problemas.
- Analisar diferentes possibilidades de resposta aos problemas e os seus diferentes papéis.
- Tomar consciência do mundo enquanto espaço único no qual todos/as habitamos e do qual todos/as somos responsáveis.
- Estimular o trabalho colaborativo.

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Sala sem mesas e com cadeiras em círculo
- Folhas de flipchart ou cartolinas
- Novelo de lã ou corda
- Marcadores

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Desafiar os/as participantes a “construírem” um barco com as cadeiras que têm disponíveis e depois pedir-lhes que entrem no barco. Ao mesmo tempo, o/a facilitador/a (com o apoio de outra pessoa) estica um fio de uma ponta à outra do barco, que simboliza a linha de água.
2. Começar a descrever uma viagem de barco (procurar que todos/as entrem no papel), que vai correndo bem até ao momento em que se apercebem que o barco está a afundar (a linha de água começa a subir) – e para isso não acontecer é essencial fazerem algo!
3. Pedir que, rapidamente, reflitam e discutam o que vão fazer (dizendo o menos possível, de maneira a não condicionar a reflexão e ação dos/as participantes).
4. À medida que o tempo vai passando, o fio (que simboliza a linha de água) vai subindo ou descendo, em função das propostas que forem fazendo.
5. O exercício do barco termina quando o/a facilitador/a considerar que o grupo chegou a uma solução que permite que o barco não se afunde ou que, pelo contrário, as propostas e ações do grupo não conseguiram impedir o barco de se afundar.
6. Terminado o exercício, pedir aos/às participantes que se sentem em círculo e conversar com eles/as sobre o que se passou na dinâmica. Questões orientadoras:
 - *Como se sentiram?*
 - *O que acharam das respostas do grupo face ao problema que o barco estava a apresentar? As respostas permitiam resolver definitivamente o problema e impediram-no de afundar?*

- *Agora que o exercício terminou, viam outras soluções possíveis para que o barco não afundasse? Quais?*
- *O que acham que este barco pode simbolizar?*
- *E as soluções/respostas encontradas. O que podem simbolizar?*

Conduzir o debate de modo a que tomem noção de que neste jogo o barco pretende simbolizar o mundo/a nossa sociedade atual à escala global; e introduzir algumas noções importantes, ligando-as à forma como decorreu o exercício:

- Interdependência à escala global: um único mundo para todos/as.
- Tipo de respostas face ao problema do barco e qual o papel de cada uma: tirar água do barco com um balde versus procurar o buraco e tapá-lo. A primeira resposta permite que o barco não se afunde, mas não resolve efetivamente o problema. Será necessário continuar a retirar eternamente água para que o barco não se afunde. No segundo tipo de resposta, o objetivo é resolver o problema de fundo, eliminando-o pela raiz.

Conduzir o debate de modo a que se consiga refletir e debater sobre o papel de cada uma destas soluções no mundo de hoje: onde é essencial que existam respostas mais imediatas, mas é essencial que, simultaneamente, se procure pensar de fundo quais as causas que estão na origem do problema, o que é necessário fazer para que a situação se altere e o que podemos fazer individual e coletivamente para a sua resolução.

7. Finalizar refletindo sobre a importância do trabalho coletivo e colaborativo face aos problemas existentes na nossa sociedade e sobre o papel concreto daquele grupo no seu contexto.
8. Opcional: por último, dividir os/as participantes em grupos de 5 pessoas e pedir-lhes que olhem e debatam, a partir da perspetiva do barco, alguns dos problemas/questões que foram sendo identificadas na etapa anterior (nos temas da “Alimentação” e/ou “Desenvolvimento Sustentável”), assim como analisem de forma crítica as soluções comumente utilizadas para a sua resolução. Questionar em que medida conseguem fazer acompanhar as soluções de “tirar água do barco” de soluções que procuram eliminar o problema pela raiz/que permitem a transformação da realidade existente? Depois, pedir a cada grupo para escrever as suas reflexões numa folha de flipchart/cartolina e apresentar em plenário.

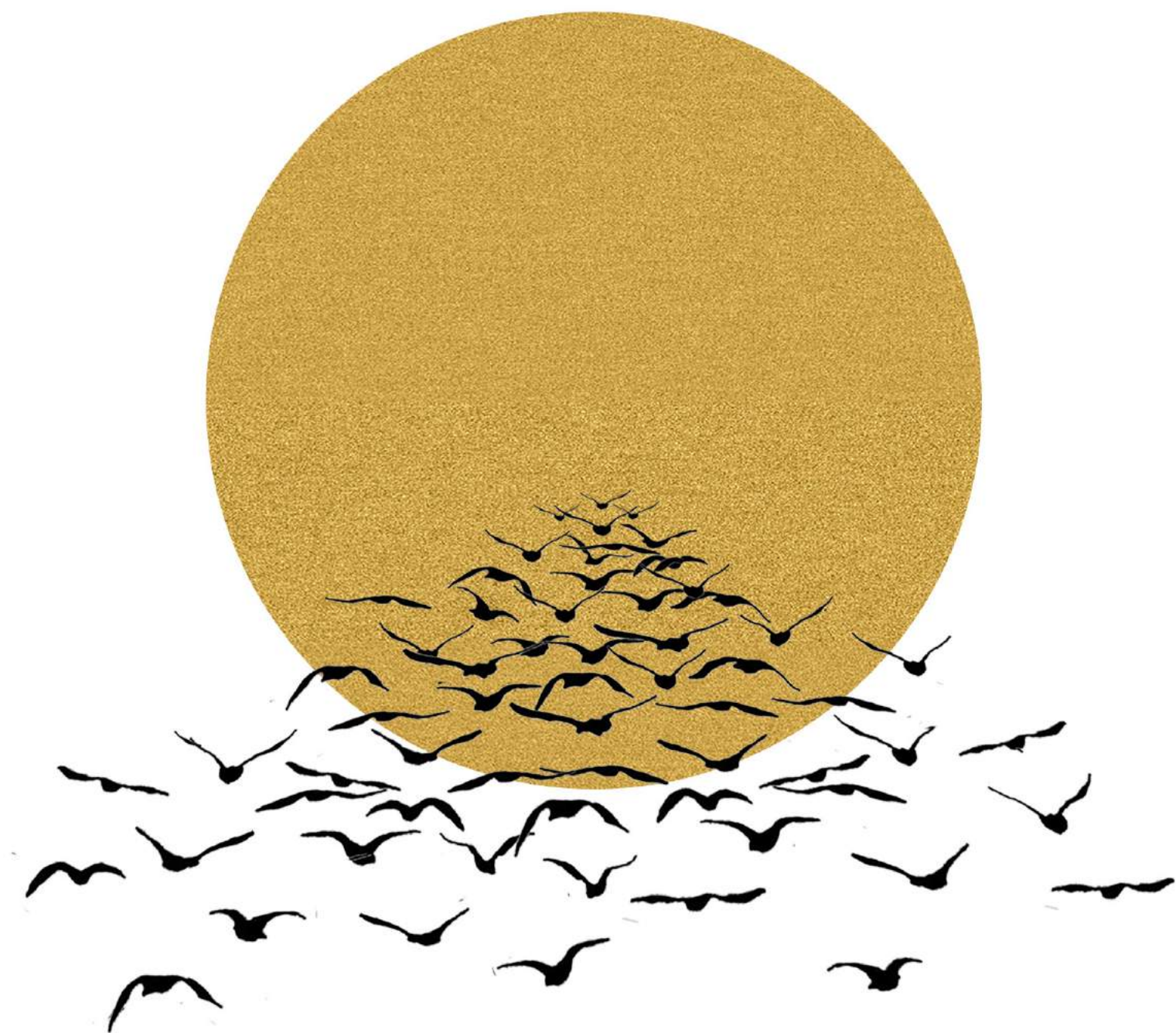
SUGESTÕES PARA A REFLEXÃO:

Outras pistas para o momento de reflexão:

- Olhar o barco numa perspetiva global, na qual se insere o meu contexto local e o meu país, mas também o mundo. Um mundo interdependente, no qual a ação local tem efeitos a nível global.
- A importância de todos/as procurarem desenvolver as suas capacidades de reflexão crítica, como forma de olhar a realidade com maior profundidade e fundamento, mas também como forma de conseguir desenvolver raciocínios autónomos.
- Procurar encontrar o “buraco” para o tapar, implica olhar, analisar, informarmo-nos a partir de diferentes fontes. Este processo é moroso e não é imediato, mas deve ter sempre como foco a ação/a transformação. Sendo que o próprio processo de análise e reflexão já é, em si mesmo, uma ação válida e essencial no caminho para a transformação social.
- Que princípios e valores? Que transformação social pretendemos?

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- Em faixas etárias mais novas, para as quais se considere demasiado complexa esta reflexão, poder-se-á aplicar o exercício do barco focando nos valores do trabalho conjunto e colaborativo.



6.ª PARAGEM

Perspetiva o caminho
e recomeça



PASSO: LINHA DO TEMPO

OBJETIVOS:

- Sistematizar o conjunto das aprendizagens realizadas por todos/as e por cada um/a, individualmente, ao longo do itinerário pedagógico

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Papel de cenário ou folhas de flipchart
- Pequenos pedaços de papel
- Marcadores ou canetas de diferentes cores
- Material para colar

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Colocar o papel de cenário ou folhas de flipchart numa mesa no centro da sala/espço e pedir ao grupo que se coloque à volta da mesma.
2. Traçar uma linha do tempo (de uma ponta a outra do papel) e explicar que simboliza o caminho feito pelo grupo ao longo do percurso (sessão, dias, meses, etc. – adaptar de acordo com a realidade).
3. Entregar um marcador/caneta a cada participante e convidar o grupo a identificar e assinalar na linha, através de desenho(s), os principais passos do percurso, nomeadamente as atividades e aprendizagens realizadas (que podem ser agrupadas ao nível individual, de grupo, global e da temática). Para a realização deste painel, não há tarefas pré-atribuídas pelo que o grupo deverá auto-organizar-se na decisão do que for considerado significativo e do que deve ser desenhado.
4. Terminado o retrato, fixar numa das paredes da sala/espço, de forma a que esteja visível para todos/as e pedir aos/às participantes para se sentarem de preferência em círculo.
5. A partir do retrato procurar sistematizar as principais ideias e dinamizar uma reflexão coletiva. Questões orientadoras:
 - *Como se sentiram ao longo deste processo/caminho?*
 - *Houve algum passo/atividade que tenham achado mais difícil? Porquê?*
 - *Houve algo que vos tenha surpreendido?*
 - *O que é que aprenderam sobre vocês próprios que gostavam de partilhar? E sobre o grupo com o qual trabalharam e refletiram?*
 - *E sobre a temática?*

SUGESTÕES PARA A REFLEXÃO:

- Questionar o que é que levam na bagagem que gostariam de aprofundar no futuro.
- Perante as conclusões/reflexões a que se chegou durante o processo de aprendizagem, desafiar o grupo a pensar em possíveis ações de seguimento a nível individual e coletivo.

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- Dependendo do tamanho do grupo, pode ser interessante dividi-lo em pequenos grupos e depois partilhar o trabalho realizado por cada grupo no final, dando ênfase às vivências diferentes de cada um/a e aos eventos relevantes.



PASSO: A ÁRVORE E OS SEUS FRUTOS

OBJETIVOS:

- Olhar o caminho/itinerário percorrido de forma positiva e agradecida.
- Olhar para o futuro com um novo olhar.
- Perspetivar um plano pessoal/de grupo para aplicar o que se aprendeu.

FAIXA ETÁRIA: Indiferente; adaptável consoante a idade

MATERIAIS/RECURSOS NECESSÁRIOS:

- Folha de flipchart ou cartolina com o desenho de uma árvore com tronco e copa
- Vários cartões ou pedaços de papel pequenos coloridos

DESCRIÇÃO DA ATIVIDADE:

1. Fixar a folha de flipchart ou cartolina com o desenho de uma árvore numa parede da sala/ espaço.
2. De seguida, distribuir um cartão colorido a cada participante e pedir para escreverem a resposta à seguinte pergunta: O que gostaria de ver feito/fazer na continuidade deste caminho (relacionado com a Ecologia Integral e a Cidadania Global)?
3. Pedir para cada um/a ler o que escreveu em plenário e afixar o cartão na copa da árvore.
4. Pedir a 3 voluntários que em conjunto olhem por breves minutos para a copa da árvore e façam um resumo das atitudes ou ações que se poderão realizar mais realisticamente (agrupando-as).
5. Promover uma pequena reflexão, a partir da questão: “como é o que precisamos para tornar possíveis/reais estas ideias? Temos vontade para isso? Faz-nos sentido?”

SUGESTÕES PARA A REFLEXÃO:

- Focar a lógica do processo de aprendizagem - O que aprendemos com este caminho? Que frutos já recolhemos? O que ainda podemos fazer?
- Perspetivar sempre as atitudes numa lógica de saída e encontro com outros/as para também, com esses, mudar atitudes pessoais, mas também comunitárias.

DICAS PARA A FACILITAÇÃO:

- Para grupos de faixas etárias entre os 3 e 10 anos de idade, podem-se espalhar cartões coloridos com desenhos/símbolos (que representem algumas atitudes/atividades que se podem continuar no dia-a-dia), numa mesa ou no chão, e pedir para cada um/a escolher o cartão com que mais se identifica. Podem existir cartões repetidos de forma a que chegue para todos/as escolherem um cartão. Depois, convidar cada um/a a colar o cartão na copa da árvore por grupos de temas e a partilhar o que quiser sobre o mesmo.





6. REFERÊNCIAS E OUTRAS PISTAS PARA APROFUNDAR E INSPIRAR

6. REFERÊNCIAS E OUTRAS PISTAS PARA APROFUNDAR E INSPIRAR

Álvarez de los Mozos, Patxi. 2015. “«Nacer de nuevo» para una ecología integral”. Manresa: Revista de Espiritualidad Ignaciana, Vol. 87, (345): 339-350.

Andreotti, V. (2006). Educação para a cidadania global: soft versus critical. Sinergias - Diálogos Educativos para a Transformação Social, 1, 2014: 57-66. Consultado em 10 de maio de 2018 através de: <http://www.sinergiased.org/index.php/revista/item/53-vanessa-andreotti-educacao-para-a-cidadania-global-soft-versus-critical>

Bauman, Z. (2007). Modernidade e ambivalência. Lisboa: Relógio D'Água.

Bauman, Z. (2008). Amor líquido. Sobre a fragilidade dos laços humanos. Lisboa: Relógio D'Água.

Boff, L. (1999). Saber cuidar. Ética do humano - compaixão pela terra. Petrópolis: Editora Vozes.

Boff, L. (2015). Como cuidar de nossa casa comum. Consultado em 10 de maio de 2018 através de: <https://leonardoboff.wordpress.com/2015/08/22/como-cuidar-de-nossa-casa-comum/>

Cardoso, J., Teotónio Pereira, L., & Neves, M. J. (coord.) (2016). Referencial de Educação para o Desenvolvimento - Educação Pré-Escolar, Ensino Básico e Ensino Secundário. Ministério da Educação. Consultado em 10 de maio de 2018 através de: <http://www.dge.mec.pt/noticias/educacao-para-cidadania/referencial-de-educacao-para-o-desenvolvimento-educacao-pre-escolar>

Carrera, J. C., & Puig, L. (2016). Hacia una ecología integral. Cuadernos Cristianisme I Justícia, 202. Consultado em 10 de maio de 2018 através de: <https://www.cristianismeijusticia.net/sites/default/files/pdf/es202.pdf>

CIDSE (2012). As mudanças que precisamos para o futuro que queremos. Consultado em 10 de maio de 2018 através de file:///C:/Users/cucac_000/Downloads/As_mudanyas_que precisamos_para_o_futuro_que_queremos_Recomendayoes_CIDSE.pdf

De Blas, A. (2014). La revolución de los cuidados: Tácticas y estrategias. Consultado em 10 de maio de 2018 através de <https://www.intered.org/recursos/recursos-educativos/la-revolucion-de-los-cuidados-tacticas-y-estrategias>

De Blas, A. (s.d.). Pistas para un modelo de vida sostenible. Consultado em 10 de Maio de 2018 através de <http://www.intered.org/pedagogiadeloscuidados/wp-content/uploads/2017/01/resumen-pistas.pdf>

Entreculturas (2016). La Tierra es nuestra major escola. Consultado em 10 de Maio de 2018 através de <https://www.entreculturas.org/sites/default/files/latierraesnuestramejorescuela.pdf>

Esbjorn-Hargens, S., & Zimmerman, M. (2011). Integral Ecology: Uniting Multiple Perspectives on the Natural World. Boston: Integral Books.

Francisco (2015). Laudato Si. Carta Encíclica sobre o Cuidado da Casa Comum. Consultado em 10 de maio de 2018 através de http://w2.vatican.va/content/francesco/pt/encyclicals/documents/papa-francesco_20150524_enciclica-laudato-si.html

Freire, P. (1996). Educação como prática de liberdade. Rio de Janeiro: Paz e Terra.

Garay, I. P. (coord) (2018). Pedagogía de los cuidados: Aportes para su construcción. Consultado em 18 de maio de 2018 através de https://intered.org/pedagogiadelos cuidados/wp-content/uploads/2018/05/Marco-Teorico_Completo.pdf

Jara, O. (2016). Dilemas Y Desafíos De Una Educación Para La Transformación - Algunas Aproximaciones Freirianas. Sinergias - Diálogos Educativos para a Transformação Social, 4, 2016: 19-26. Consultado em 10 de maio de 2018 através de: <http://www.sinergiased.org/index.php/revista/item/101-educacion-transformacion>

Kolb, D. A. (1984). Experiential learning: Experience as the source of learning and development. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

Lasida, E. (2011). Le Goût de l'autre: La crise, une chance pour réinventer le lien. Paris: Éditions Albin Michel

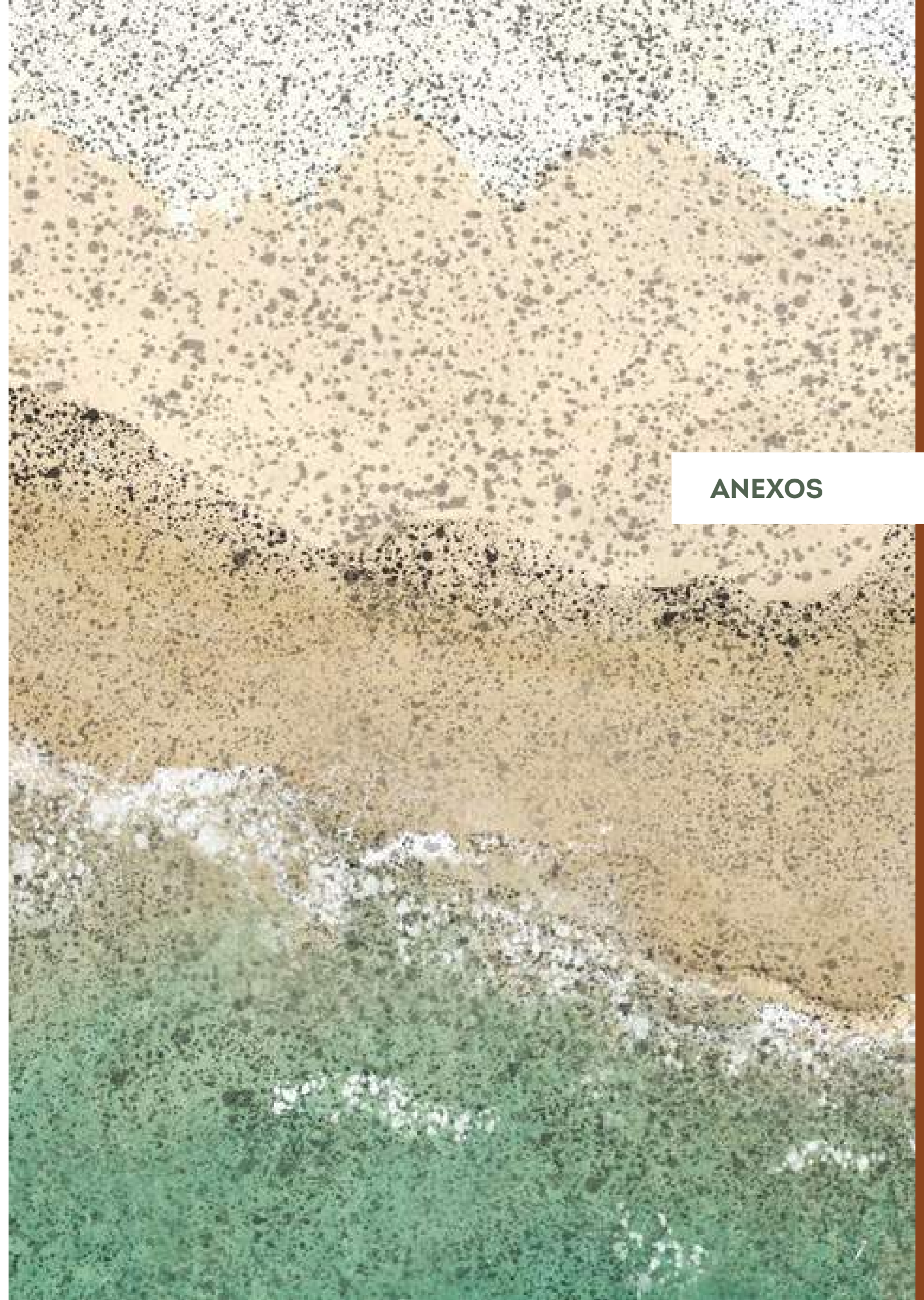
Orr, D. (1992). Ecological literacy. Education and the Transition to a post-modern world. Albany: State University of New York Press.

Oxfam Internacional (2016). Uma economia para o 1%. Documento informativo da Oxfam 210. Consultado em 18 de maio de 2018 através de https://www.oxfam.org/sites/www.oxfam.org/files/file_attachments/bp210-economy-one-percent-tax-havens-180116-summ-pt.pdf

Rede ECG (2016), Memória do XI Encontro Nacional de ECG. Aprofundando as dimensões da ECG. Consultado em 20 de junho de 2018 através de <http://www.rede-ecg.pt/a/index.php/memoria-xien/aprofundando-dimensoes-da-ecg-grupos-de-trabalho-da-manha>.

UNESCO (2015). Educação para a Cidadania Global - preparando alunos para os desafios do século XXI. Consultado em 10 de Maio de 2018 através de <http://unesdoc.unesco.org/images/0023/002343/234311por.pdf>

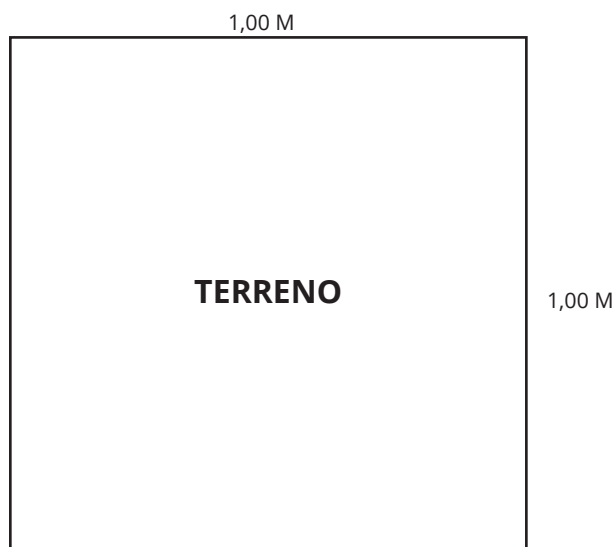
UNESCO (2016). Repensar a educação: rumo a um bem comum mundial? Consultado em 10 de Maio de 2018 através de <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002446/244670POR.pdf> Paris: UNESCO.

An aerial photograph of a coastal landscape. The foreground is a vibrant green field, possibly a golf course or sports field, with some white markings. A narrow, light-colored path or road runs horizontally across the middle of the image. Beyond the path is a wide, sandy beach. The ocean is visible in the background, with a dark, rocky shoreline on the left side. The sky is a pale blue with some light clouds.

ANEXOS

3.^a PARAGEM - PASSO: Construir a Casa Comum

INSTRUÇÕES TÉCNICAS PARA A CONSTRUÇÃO DA CASA

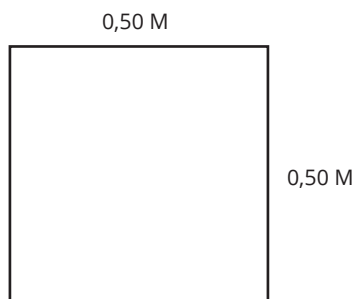


INSTRUMENTOS DE AJUDA:

- Pá
- Picareta
- Balde
- Fita métrica
- Peça para o pavimento de fundação da casa
- Herança

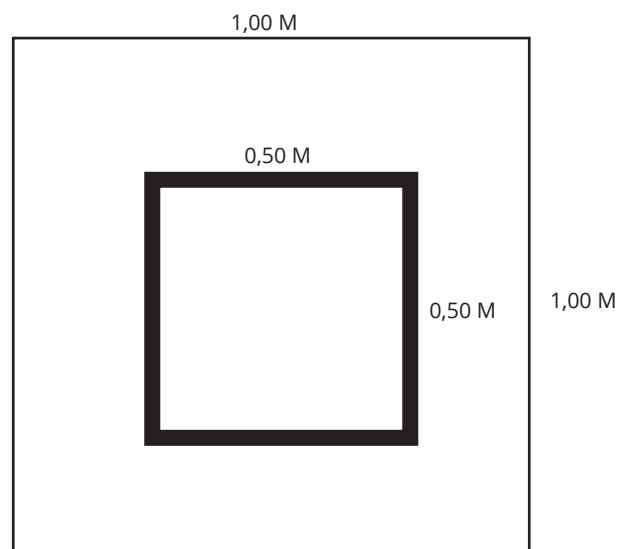
1º PAVIMENTO:

- juntar as peças do pavimento de fundação e fica definido a área de ocupação da casa no terreno disponível;
- pode localizar a casa onde lhe parecer melhor, dentro dos limites do terreno, e fica definido a área de implantação/ocupação no terreno e a área coberta que ocupará a casa;
- a planta do pavimento tem a forma de um quadrado de 50cm de lado;
- o perímetro do pavimento define os limites interiores das paredes da casa.



2º PAREDES:

- devem ser construídas no limite exterior do pavimento de fundação;
- podem ter a espessura que quiser e ache necessário para o suporte do telhado/cobertura da casa;
- devem ter a altura de 50cm;
- devem ter 3 aberturas:
 - 2 aberturas em lados opostos (em paredes opostas)
 - 2 aberturas podem ter a dimensão e forma que quiser e imaginação ajudar;
 - 1 abertura tem de ter uma dimensão de 20x40cm e contar 40cm em altura a partir do pavimento da casa.



3º TECTO:

- tem de cobrir todo o pavimento da casa e apoiar-se nas paredes (4 lados);
- pode ter a forma que quiser e a imaginação ajudar.

MATERIAIS:

- pode usar o que quiser como material e se encontra disponível nos espaços da quinta e lhe sirva de recurso para a construção;
- para agarrar, prender, unir os materiais também só pode usar os recursos disponíveis e de resto o que a imaginação poder ajudar.

BOA CONSTRUÇÃO DA CASA COMUM!

MÃOS À OBRA...

4.ª PARAGEM - PASSO: Comer de trás pr'á frente - Primeira proposta de atividade

FICHA DE REGISTO DE REFEIÇÃO

Refeição: almoço/jantar

Lista de compras: produtos necessários

4.ª PARAGEM - PASSO: Comer de trás pr'á frente – Primeira proposta de atividade

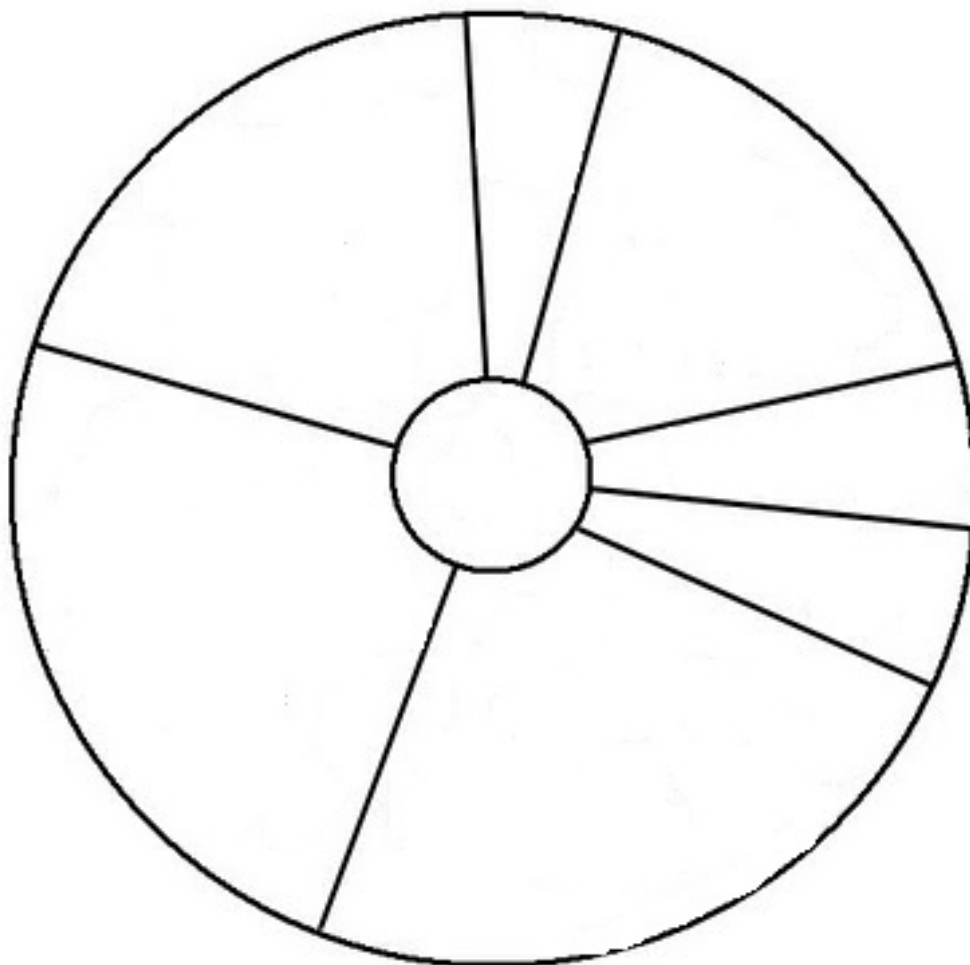
RODA DOS ALIMENTOS

Dieta Mediterrânea⁹



4.ª PARAGEM - PASSO: Comer de trás pr'á frente - Primeira proposta de atividade

RODA DOS ALIMENTOS PARA COMPLETAR



4.ª PARAGEM - PASSO: Comer de trás pr'á frente - Primeira proposta de atividade

<i>Modo de produção/proveniência dos produtos alimentares</i>				
AGRICULTURA	PESCA	AQUACULTURA	PECUÁRIA	OUTRO

4.ª PARAGEM - PASSO: Comer de trás pr'á frente – Primeira proposta de atividade

FICHA SOBRE A ORIGEM HISTÓRICA DOS ALIMENTOS

A expansão marítima (Descobrimentos) contribuíram para a troca/viagem dos seguintes alimentos:

A Europa levou para outros continentes...	A América forneceu...	A Ásia deu a conhecer...	A África forneceu à Europa...
Cereais	Cacau	Especiarias	Café
Cana-do-açúcar	Milho	Arroz	Milho
Oliveira	Feijão	Cana-do-açúcar	Malagueta
Videira	Tomate	Coca	Melancia
Galinhas	Batata	Banana	
Porco	Mandioca	Manga	
Boi	Ananás	Laranja	
	Tabaco	Chá	
	Peru		

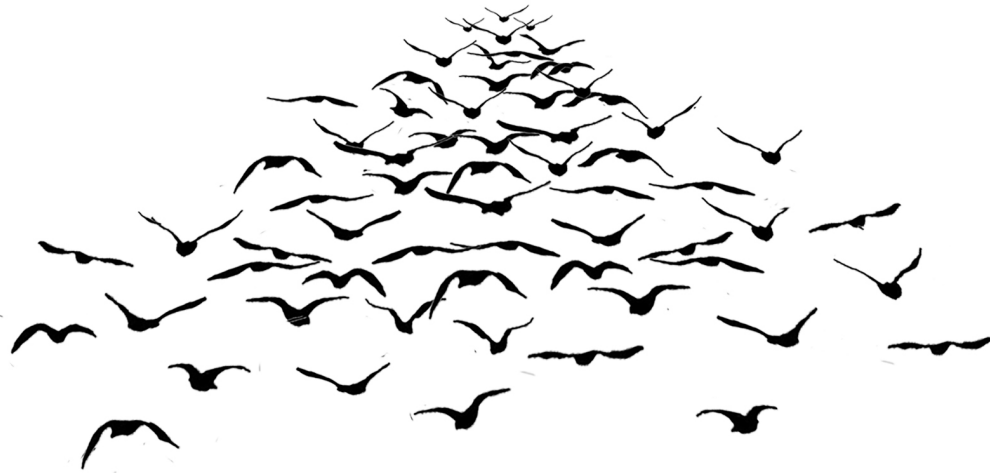
4.ª PARAGEM - PASSO: Comer de trás pr'á frente – Segunda proposta de atividade

FICHA DE REGISTO DO PRODUTO ALIMENTAR: _____

RÓTULO
<i>Ingredientes/matérias-primas utilizadas na produção do alimento</i>

<i>Matéria(s)-prima(s) usadas em maior quantidade</i>	<i>País(es) de origem das matérias-primas</i>

<i>País(es) onde os produtos alimentares são produzidos</i>	<i>País da sede social da empresa que comercializa o produto alimentar</i>



FGS - Fundação Gonçalo da Silveira

A FGS é uma Organização Não Governamental para o Desenvolvimento, jesuíta, que tem como missão combater as desigualdades e as injustiças sociais. Através dos seus projetos e iniciativas, visa construir uma cidadania global capaz de promover o bem comum e de contribuir para a mudança de situações geradoras de pobreza, a nível local e global. Têm especial relevância para o seu trabalho os temas da Cidadania Global, Desenvolvimento, Ecologia Integral e Direito à Educação de Qualidade.

[Website](#)

Contacto: ed@fgs.org.pt

Associação Casa Velha | Ecologia e Espiritualidade

A Associação Casa Velha, com identidade cristã, tem como missão contribuir para o desenvolvimento humano integral. É um espaço de encontro e desenvolvimento pessoal, em contacto direto com a natureza, através de atividades culturais, sociais e espirituais que promovem o crescimento saudável das relações consigo mesmo, com Deus e com os outros. O seu trabalho tem incidido na Educação para a Ecologia Humana e para a Ecologia Integral e no Desenvolvimento Local, com a promoção da reflexão-ação a partir do local, com vista ao desenvolvimento sustentável a nível pessoal, comunitário, local e global.

[Website](#)

Contacto: projectocasavelha@gmail.com



Uma iniciativa:



Escolas parceiras:



Cofinanciamento:

