

Construindo com os Sentidos

Percebendo o mundo como os cegos de Bouaké - A Instalação

A instalação temática Construindo com os Sentidos é um momento de vivência, que pretende aproximar os participantes, da experiência de vida de alguns cegos de Bouaké, cidade situada em Vale do Bandama, na Costa do Marfim, no continente africano. Através da ação de colaborar na construção de uma Granja-Escola, estes homens abrem o caminho para a conquista da cidadania.

A Granja-Escola é um projeto cooperação internacional, que foi coordenado por Ana Paula Lepori para a Organização Não Governamental *Arquitetos sem Fronteiras*, com sede na cidade de Barcelona, na Catalunha, Espanha, no continente europeu.

A instalação temática e a revista "Construindo com os Sentidos", trazem para o Brasil, América do Sul, através do Construser 2011, a experiência da construção da Granja-Escola.

Os participantes desta experiência são convidados a desenvolver atividades que despertam os sentidos: Tato, Olfato, Audição e Paladar, privados da visão.



mundo
percebendo mundo
mundo mundo
percebendo
percebendo

Construindo com os Sentidos

A Revista Eletrônica

Nesta revista, de divulgação gratuita, convidamos os leitores a refletirem sobre os temas abordados na instalação. Trazemos o "Construindo com os Sentidos" numa série de sugestões de atividades, que podem ser desenvolvidas por grupos de diversas idades. Em especial, propomos esta atividade para as famílias dos trabalhadores da construção civil, para desenvolverem em seus lares. Esta proposta também pode ser realizada em escolas, centros comunitários e onde mais os leitores desejarem.

Construir

Fazer para conhecer mais e assim desenvolver a percepção *do Ser*.

O Tato - fazer

Propomos ao leitor desta revista a construção de uma horta vertical. Para esta atividade contamos com projeto de Ana Paula Lepori e parceria com a Secretaria Municipal do Trabalho, através do projeto Fábrica Verde.

Horta Vertical

O projeto Fábrica Verde da Secretaria Municipal do Trabalho, do município de São Paulo, propõem a Horta Vertical.

A Horta Vertical é uma técnica de plantio de hortaliças, para consumo familiar, em espaços pequenos, como varandas de apartamentos e pequenos quintais.

Utilizam-se técnicas que possibilitam um cultivo orgânico de hortaliças, sem uso de agrotóxicos. Esta forma de cultivo é ecologicamente correta, ou seja não agride o meio ambiente e faz uso adequado de água, terra e espaço.

O Lugar

É preciso uma parede bem iluminada, de preferência externa, que bata no mínimo cinco horas diárias de sol.

O Material

Garrafas PET vazias
Barbante ou pedaços de arame
Tela de galinheiro
2 porções de terra para 01 porção de adubo
Água
Tesoura sem ponta

A Instalação

Recolha garrafas plásticas de refrigerante. Com uma tesoura sem ponta, recorte a garrafa ao meio, este será o vaso da horta, o chamaremos de vaso pet. Faça pequenos furos em baixo do vaso pet, assim a água poderá escorrer.

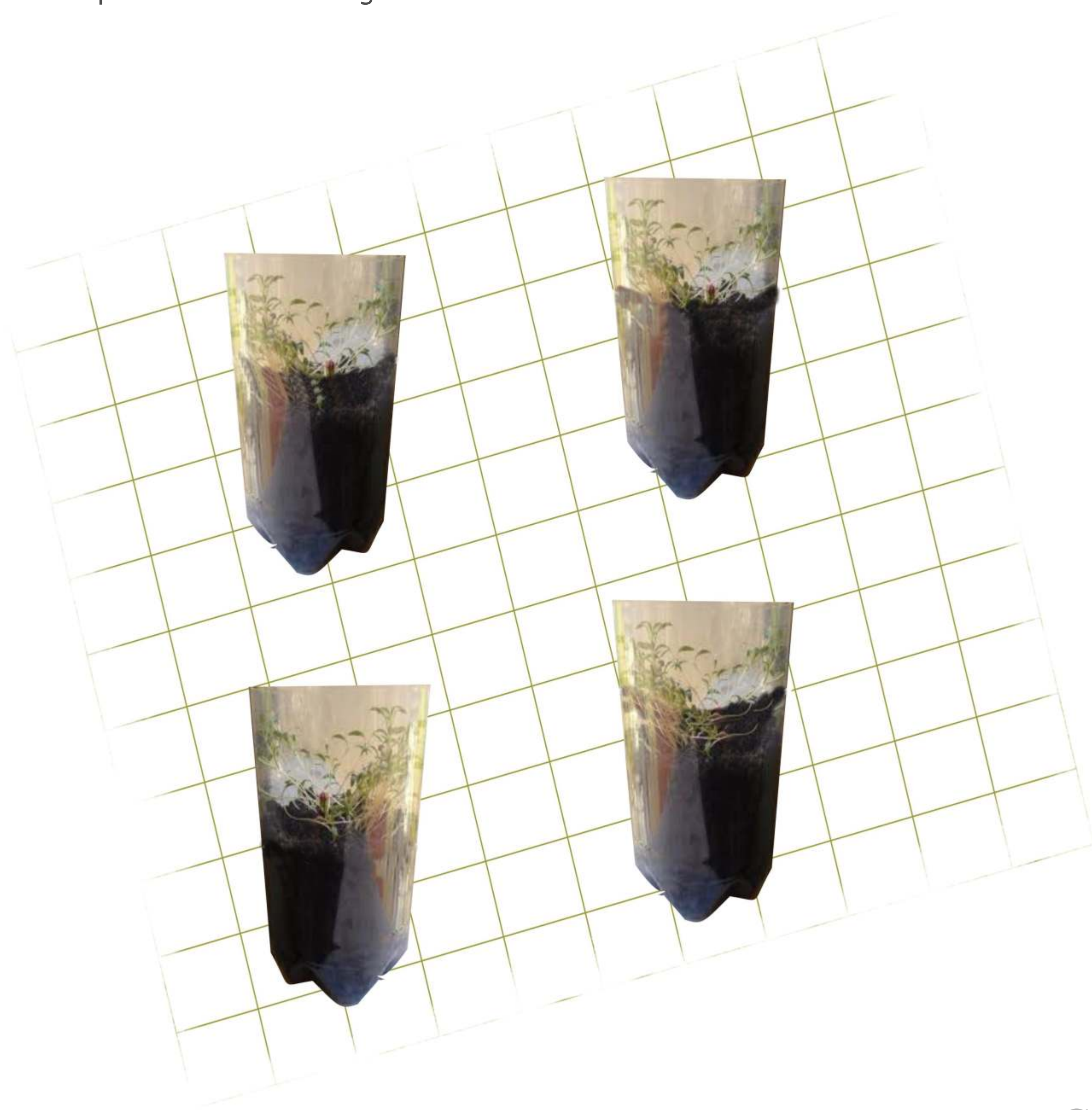
Prenda em uma parede um pedaço de tela de metal. Os vasos devem ser fixados na

Ser Fazer
Ser Conhecer
Fazer Conhecer
Conhecer Fazer
Conhecer

Construindo com os Sentidos

tela com o auxílio de um arame. No meio do vaso pet devem ser feitos dois furos, alinhados na horizontal, distantes cerca de quatro dedos um do outro, pelos quais o arame deve passar para que se faça a fixação.

Coloque os vasos em alturas diferentes, mas alinhados um acima do outro, para melhor aproveitar o uso de água.



As Ervas

Recomenda-se as ervas: salsinha crespa, cebolinha, alecrim, manjeriço, sálvia, orégano, alho poro, hortelã, coentro e pimenta. Se possível procure plantar as sementes separadamente. Algumas plantas podem ficar com outras, num mesmo vaso, mas deixe sozinha a hortelã, por ser uma planta que tende a ocupar todo o espaço e o coentro que tende a ter bichinhos. Hortaliças precisam de no mínimo 05 horas de sol diárias, para evitar pragas e doenças nas plantas.

O Plantio

Numa caixa vazia de ovos, colocar as sementes em um pouco de terra, por cerca de 05 dias. Deve-se regar diariamente.

Compre terra e misture com adubo ou húmus de minhoca. No vaso pet vazio, coloque bolas de argila e depois coloque um punhado de terra. Feito isso, transfira o plantio da caixa de ovos para o vaso pet.

Nos vasos pet é possível plantar temperos, ervas medicinais e flores com pouca raiz.

A Água

Em dias quentes de verão é aconselhável regar duas vezes, uma vez na parte da manhã e outra na parte da tarde. A disposição dos vasos pet, possibilitam o melhor aproveitamento da água, uma vez que a água que rega a planta superior, escorre para os vasos debaixo e assim ajuda a regar as plantas que estão nos andares inferiores da horta.

Ser Fazer
Ser Conhecer
Fazer Conhecer
Conhecer Fazer
Conhecer

Construindo com os Sentidos

Audição e Olfato e Tato

- Conhecer e imaginar o caminho

Ler para pensar, imaginar, criar na própria mente o espaço descrito.

Leia o texto e exercite a **imaginação**. O ideal é desenvolver esta atividade em grupo, uma pessoa pode ler para as demais.

“Você está em um caminho que parece um corredor largo. O chão é diferente, dividido em três partes, cada parte dele é de um tipo de revestimento e as laterais deste caminho têm plantas aromáticas. A primeira parte do percurso, com tamanho de cinco passos, tem chão de pedrisco. Do lado direito há Alfazema e do lado esquerdo Laranjeira. No segundo trecho do corredor, o chão é de cerragem. Na lateral direita temos Jasmim e do lado esquerdo Capim Limão, esta parte do caminho tem tamanho de seis passos. Na última parte deste corredor, o chão é de areia, o tamanho deste trecho é de 07 passos. Do lado direito tem Dama da Noite e do lado esquerdo tem Hortelã.”

Depois de pensar e imaginar o ambiente, os participantes podem contar uns para os outros como é a sua “construção” imaginária do espaço.

Se tiver curiosidade, procure saber mais sobre as plantas descritas no caminho: Alfazema, Laranjeira, Jasmim, Capim Limão, Dama da Noite e Hortelã.

Como o olfato, o tato e a audição estão presentes nesta atividade?

O Paladar particularidade do ser

A proposta desta atividade, prevê composições de sabores, com o intuito de promover a experimentação de novos e saudáveis alimentos. A partir da percepção do sabor, intenciona-se a reflexão sobre o gosto e a particularidade do gosto, como característica pessoal.

O programa do SESI, Alimente-se Bem, sugere ao leitor cozinhar e experimentar:

Bolo de Alface e Maçã com Casca*

Alface - rica em fibras que auxiliam no bom funcionamento do intestino, além de apresentar pequenos teores de minerais, como cálcio e fósforo. Tem ainda as vitaminas A (importante no processo de formação da pele e das mucosas), C (reforça o sistema imunológico) e do complexo B (que têm função essencial no metabolismo).

Maçã - possui fibra solúvel, a pectina, que ajuda na formação do bolo fecal, facilitando o bom funcionamento do intestino, e ainda é boa fonte de potássio. A pectina também colabora na diminuição das taxas de colesterol no sangue.

Linhaça - rica em fibras, vitaminas e minerais que auxiliam no equilíbrio dos níveis de colesterol e no bom funcionamento do intestino.

Ingredientes

- 3 unidades de ovo
- ¾ xícara (chá) de óleo
- 2 xícaras (chá) de alface picada
- 2 unidades de maçã com casca picadas
- 2 colheres (sopa) de linhaça
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 3 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 colheres (sopa) de essência de baunilha
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

Construindo com os Sentidos

Cobertura

1 xícara (chá) de goiabada
½ xícara (chá) de leite

Modo de Preparo

Bata no liquidificador os ovos, o óleo, a alface, as maçãs, a linhaça e o açúcar.

Em uma tigela, coloque a farinha de trigo e a baunilha e despeje a massa. Transfira a massa para uma forma untada e enfarinhada. Asse em forno médio preaquecido até dourar. Em uma panela, dissolva a goiabada com o leite. Desenforme o bolo e cubra com essa cobertura.

Tempo de preparo: 1 hora e 20 minutos. Valor calórico: 214,23 Kcal/ porção. Rendimento: 20 porções. Custo por porção: R\$ 0,19. Custo total da receita: R\$ 3,80.

*A receita "Bolo de Alface e Maçã com Casca" integra o livro Alimente-se Bem-celebrando dez anos.

Depois de **fazer** as receitas e **conhecer** novos sabores, sugerimos refletir, ou seja, pensar profundamente e responder as perguntas:

"Quais os sabores que você percebe neste alimento?"

"Este alimento tem o gosto agradável à você?"

"Você acha que as pessoas sentem os sabores da mesma forma?"



Audição
Audição
Audição
Tato
Tato
Tato

Construindo com os Sentidos

Construindo com os Sentidos e os Cegos de Bouaké

A visão não é necessária nem suficiente para a compreensão do espaço externo, ela apenas facilita esta compreensão. Suzanna Millar 1997, La Comprensión y La Representación del Espacio- teoría y evidencia a partir de estudios con niños ciegos y videntes. Departamento de Psicología Experimental da Universidade de Oxford.

Pesquise no dicionário o significado das palavras: **cooperação** e **superação**.

Observe a foto ao lado e leia o provérbio africano.

"Se você quer chegar rápido; vá sozinho. Mas, se você quer chegar longe; vá acompanhado."
provérbio africano



Escreva ou converse sobre a experiência de **construção da granja-escola** pelos **cegos de Bouaké**, e ações de **cooperação** e **superação**.

Ser Fazer
Ser Conhecer
Fazer Conhecer
Conhecer Fazer
Conhecer

Construindo com os Sentidos

Ser, conhecer e fazer na Construção Civil

Alguns homens partem do **ser**, se aprofundam no **conhecer** para **fazer**.
Um destes homens é Antonio Gaudi.

O **ser** de Antonio Gaudi – o estilo

O **conhecer** de Antonio Gaudi – a
arquitetura, o homem e o
meio ambiente

O **fazer** de Antonio Gaudi – com a
colaboração de muitos
trabalhadores, construir...

Propomos que o leitor observe a imagem a seguir. Observe com atenção, pense e converse sobre o que lhe parece.



Ser Fazer
Ser Conhecer
Fazer Conhecer
Conhecer Fazer
Conhecer

Construindo com os Sentidos

Agora observe as imagens a seguir e faça o mesmo, pense e converse sobre o que lhe parece.



Nós tocamos em objetos o tempo todo, construímos assim a nossa memória táctil, ou seja, a **memória do tato**. Use a sua memória táctil e **imagine** como deve ser tocar nas partes da construção, que estão na imagem a seguir:



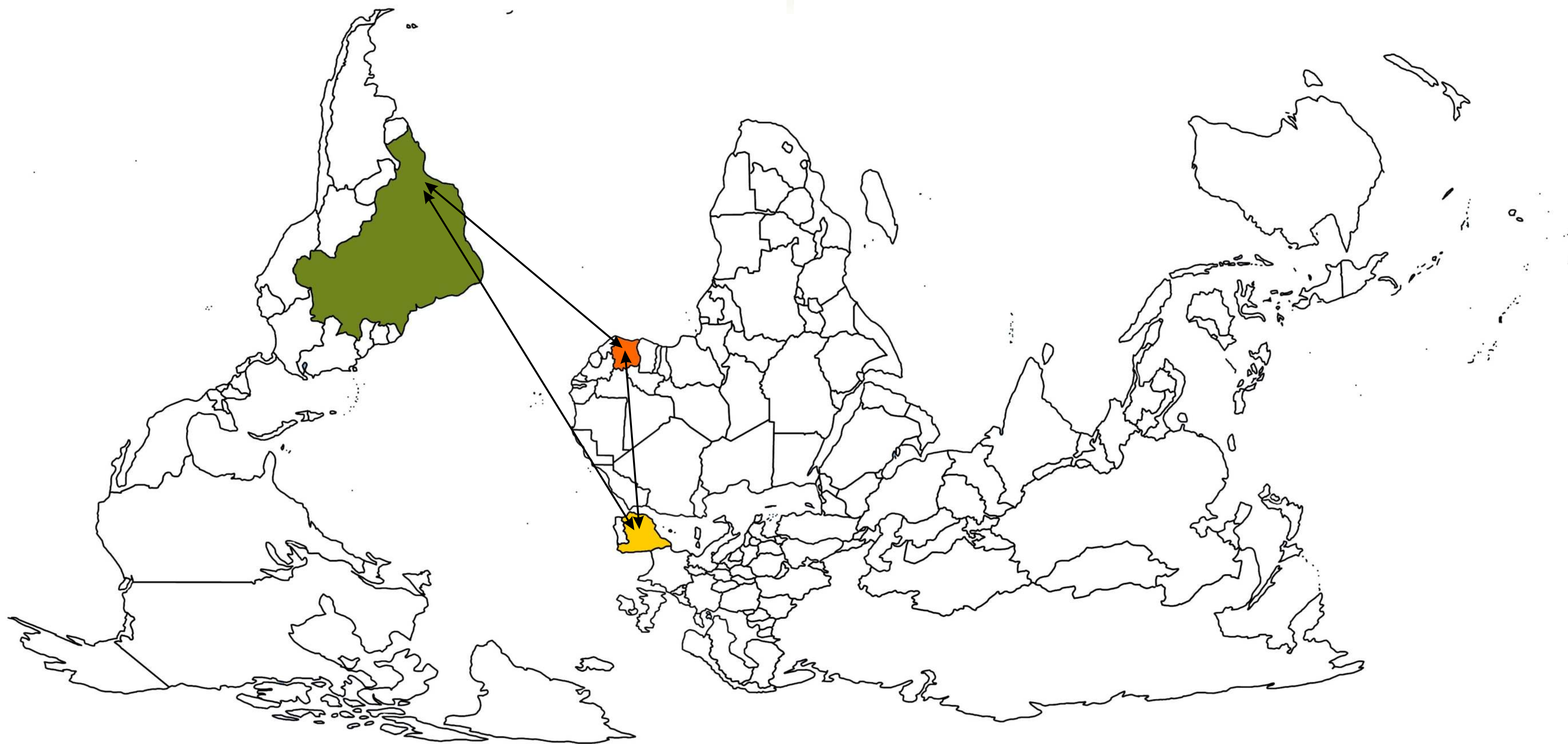
Esta construção é a Casa Batlló, projeto de Antonio Gaudi, de reforma da construção original, realizado entre 1904 e 1906. Está situada na cidade de Barcelona, em Catalunha, na Espanha, no continente europeu. Nesta construção temos de Gaudi todo o seu **ser** e **conhecer**, a serviço da arte e do homem.

São especiais todos os homens, que por amor ao seu trabalho a aos outros homens, dão o melhor de si em tudo o que fazem.

As construções de Antonio Gaudi são patrimônio da humanidade, ou seja, são de todos os homens do mundo.

Sentidos
Construindo
Sentidos
Construindo
Sentidos

Construindo com os Sentidos



Propomos o mapa do Mundo invertido, para despertar mudança de percepção.
Esta forma de representação da imagem do Mundo, está certa ou errada?

Sentidos Construindo
Construindo Sentidos
Sentidos Construindo
Construindo Sentidos

Construindo com os Sentidos

Fazer pela Visão

Sinduscon, ConstruSer, Nova.e, projeta_ação_urbana e ADJ Diabetes Brasil



Proteja sua Visão

Faça o exame que detecta **diabetes**

Construindo com os Sentidos Pretende:

Mobilizar o **espírito de fraternidade** através da **empatia** como forma de aproximar os indivíduos. Empatia é a capacidade de compreender a emoção do outro. Da empatia à **proximação** tem-se a possibilidade da **comunicação eficaz**, e assim desenvolver o **respeito mútuo** e o **espírito de colaboração**, abrindo-se a percepção de que **todos são iguais**. Ensinar a melhor compreensão da **diversidade** como exercício para a **igualdade**.

Construindo com os Sentidos Recomenda:

Vimaq

www.vimaqprensas.com.br

Tijolo ecológico feito com prensa manual. Vídeo sobre o uso da prensa em <http://tinyurl.com/4lsg3h>

As informações do artigo "Gestão de Qualidade em Pequenas Obras" no endereço www.vimaqprensas.com.br/gestao-de-qualidade-em-pequenas-obras/ colaboram para o desenvolvimento de trabalho de qualidade, sendo um diferencial na contratação de pequenos serviços de construção civil. A Vimaq oferece informação para aprimorar o trabalho na construção civil, com capacitação em construção de tijolos ecológicos.

Ser Fazer
Ser Conhecer
Fazer Conhecer
Conhecer Fazer
Conhecer

Construindo com os Sentidos



Projeto Fabrica Verde

O Projeto Fábrica Verde, da Secretaria Municipal do Trabalho, do município de São Paulo, **capacita pessoas em vulnerabilidade social** na produção de composto orgânico, plantas ornamentais, jardinagem, manutenção de praças e jardins.

A iniciativa do projeto é uma parceria da Secretaria Municipal do Trabalho com a USP, que cede o espaço onde é realizada toda a produção da matéria-prima, aulas teóricas e prática.

Programa Alimente-se Bem

www.sesisp.org.br/home/2006/alimentacao/alimentese.asp

O programa Alimente-se Bem, do SESI, propõem o **aproveitamento integral dos alimentos**, ou seja, a utilização de ramas, cascas, talos e sementes de frutas e hortaliças até então desprezadas. Estimula a mudança de conduta alimentar dentre os participantes dos cursos e seus familiares. Proporciona economia no orçamento doméstico e aumenta o teor dos nutrientes ingeridos, uma vez que essas partes não convencionais dos alimentos são ricas em fibras, vitaminas e minerais.

Ao celebrar dez anos, o Programa Alimente-se Bem consolida a proposta de educação nutricional estabelecida pelo SESI-SP no ano de 2000. Desde então, os conceitos de saúde, nutrição e economia se expandiram continuamente e foram levados a mais de 1,1 milhão de pessoas no estado de São Paulo.

Audioteca Sal e Luz

www.audioteca.org.br

São áudios de 2.700 livros que podem ser enviados a pessoas com deficiência visual

Procure o site

<http://www.audioteca.org.br/catalogo.htm>

e veja os nomes dos livros falados disponíveis.

ADJ Diabetes Brasil

www.adj.org.br

0800-100627

A ADJ Diabetes Brasil é uma associação não governamental que promove **educação em diabetes**, para pessoas com qualquer tipo de diabetes e de qualquer faixa etária. Orienta também familiares, profissionais de saúde e comunidade em geral.

Além do atendimento oferecido em sua sede, a ADJ realiza palestras e campanhas de detecção do diabetes, como forma de ação de prevenção da doença.

O diabetes não tem cura, e atinge cerca de uma entre dez pessoas. Quando tratada e controlada adequadamente representa qualidade de vida para os portadores desta patologia.

Ser Fazer
Ser Conhecer
Conhecer Fazer
Conhecer Fazer
Conhecer Fazer

Construindo com os Sentidos



Fazer FAZ
Expediente Conhecer Ser SER

Instalação

Ana Paula Lepori
Diretora da projeta_ção_urbana
Arquiteta do projeto Granja-Escola de Bouaké e do projeto da instalação temática

Cristina Mekitarian
Diretora da Nova.e Projetos Educacionais
Proposta pedagógica desenvolvida a partir do projeto arquitetônico

Construser
Patrocínio e divulgação da instalação

Sinduscon
Apoio

SENAI
Construção da instalação

SESI
Seção do espaço para o desenvolvimento da atividade

Local de Montagem

SESI – CAT Mario Amato - A E Carvalho

4º ConstruSer: é um programa do SindusCon-SP com a realização do SindusCon-SP, FIESP, SESI, SENAI e com a parceria do Seconci-SP

Vimaq Prensas
Responsável pela capacitação na fabricação de tijolos ecológicos e manejo da prensa manual

Fábrica Verde Secretaria Municipal da Educação da cidade de São Paulo
Execução do jardim

Alimente-se Bem
Execução da alimentação

Federação de Bandeirantes do Brasil
Aplicação das estações de atividade aos participantes

Revista

Cristina Mekitarian
Diretora da Nova.e Projetos Educacionais
Elaboração da atividade didática

Ana Paula Lepori
Diretora da projeta_ção_urbana
Desenho do projeto da Horta Vertical, Revisão e Análise Crítica

Ana Cristina de Souza
Hilaros Editora
Diagramação e projeto gráfico

Fábrica Verde Secretaria Municipal da Educação da cidade de São Paulo
Horta Vertical

Alimente-se Bem
Bolo de alface e Maçã com Casca

ADJ Diabetes Brasil
Campanha pela prevenção do diabetes

Ser Fazer
Ser Conhecer
Fazer Conhecer
Conhecer Fazer
Conhecer



PROGRAMA



REALIZAÇÃO



PARCEIRO



PROJETO



PATROCÍNIO



APOIO

