



XXXIV PROGRAMA DE FORMAÇÃO CULTURAL – 10 ANOS
VIII PROGRAMA INTERAÇÕES IMPROVÁVEIS

VERDE QUE TE QUERO VER e... COMER

Maria Lucia de A. Machado

São Paulo – novembro de 2017

PARA
CRIANÇAS,
profissionais e familiares
da Creche Gente Inocente
da cidade de Janaúba,
(Minas Gerais, Brasil),
gravemente atingidas por um incêndio
no dia 05 de outubro de 2017.



Nidulavium Seidelii Ubatuba Brasil
Margaret Mee, s.d. reprodução

SUMÁRIO

Dedicatória

Sumário

Apresentação

Programa de Formação Cultural – **10 anos**

PARTE I Verde que te quero ver

Roteiro do passeio guiado ao Jardim Botânico de São Paulo em 7 de outubro de 2017

Mapas: Brasil, Estado de São Paulo, Município de São Paulo e o Jardim Botânico de São Paulo

Mapa: Jardim Botânico em São Paulo – detalhe

Mapa: Jardim Botânico de São Paulo – principais atrações

O Jardim Botânico de São Paulo

PARTE II Verde que te quero comer

Lembrando o passado: o que você comia e não come mais?

Pedagogia da Educação Infantil

Para saber mais

Bibliografia e sites

Agradecimentos

APRESENTAÇÃO

O Instituto Girassol - Educação Infantil e Pesquisa é uma associação civil de natureza educacional e cultural, sem fins lucrativos, fundada em 2001, na cidade de São Paulo, Brasil, com o propósito de realizar ações visando o aprimoramento da qualidade da Educação Infantil em creches. No que diz respeito à formação de profissionais de creches, atuou em diferentes programas¹. Dentre os que se encontram em andamento, destacamos o **Programa de Formação Cultural** e o **Programa Interações Improváveis**. Ambos os programas foram criados a fim de preencher uma lacuna identificada na grade curricular dos cursos de formação oferecidos por faculdades ou centros de formação, focando na ampliação de conteúdos aparentemente distantes do cotidiano das creches.

O **Programa de Formação Cultural do Instituto Girassol**, estreou em outubro de 2007, com a intenção de oferecer oportunidades de interação para:

- ❖ conhecer cada vez melhor nossa história e nossa cidade de São Paulo e, por consequência, o nosso país e o mundo em que vivemos;
- ❖ entrar em contato, usufruir e se apropriar do patrimônio de bens históricos e culturais de forma descontraída;
- ❖ ampliar o conhecimento sobre as diferentes formas de expressão artística;
- ❖ trocar experiências com profissionais de outras creches.

O **Programa Interações Improváveis**, criado em 2012 explora temas pouco usualmente abordados nas reuniões pedagógicas das creches, com o objetivo de:

- ❖ provocar interações que pouco provavelmente aconteceriam espontaneamente na creche;
- ❖ provocar discussões e aprofundar conhecimentos com o respaldo de especialistas no tema em questão;

¹ Veja mais em: www.institutogirassol.org.br

- ❖ provocar um impacto nas/nos participantes de modo a ampliar formas de pensar e agir no cotidiano com bebês e crianças pequenas, respectivos familiares e colegas;
- ❖ impulsionar mudanças de atitude de forma consciente e consistente.

Para o segundo semestre do ano de 2017 definimos um tema único para o **XXXIV Programa de Formação Cultural** e para o **VIII Programa Interações Improváveis: VERDE QUE TE QUERO VER e... COMER**. Entre tantos possíveis, a escolha desse tema específico deve-se a uma necessidade identificada por nós: abordar o discurso de defesa da natureza e da alimentação saudável de modo associado e interligado. Nossa reflexão nos leva a perceber que:

- ❖ A sobrevivência do ser humano na Terra depende do ar que respira. Por sua vez, o ar que respiramos é composto por elementos que são processados pelos vegetais. Conhecemos esse funcionamento básico? E o tal do aquecimento global, é real? Como nos afeta? O que podemos fazer, concretamente no dia a dia para atenuar o agravamento dessa situação?
- ❖ Para viver é preciso comer. Mas, comer o quê? Se tudo faz mal, engorda, causa doenças? Afinal o que estamos comendo atualmente? Por que, quando éramos crianças, comíamos alimentos que não existem mais?
- ❖ Uma revolução encontra-se em andamento no mundo da agricultura. A tecnologia avança no sentido de evitar, cada vez mais, o desperdício de recursos naturais e o uso desnecessário de agrotóxicos. O aumento da produtividade e a diversificação dos produtos disponíveis exigem uma postura de escolha cada vez mais consciente por parte do consumidor na hora da compra.

Foram convidadas/dos a participar desses programas todas/os as/os profissionais das creches: Bela Vista, Gente Inocente, Guarapiranga I, Lar de Crianças, Lar Infantil, Misericórdia I, Misericórdia II, Pequena Giovanna, Princesinha, Raio de Luz, Santa Helena, Santo Agostinho, São Francisco, São Miguel, Tia Lourdes e Universo Infantil, das associações AMURT, Aliança de Misericórdia, ASA e Imaculada Coração de Maria.

Os conteúdos abordados nos Programas foram:

PARTE 1 VERDE QUE TE QUERO VER

- Origem da vida na Terra.
- Evolução da espécie humana e da vida social.
- Questões ambientais: desafios hoje (lixo, desmatamento, perda da biodiversidade, poluição do solo, das águas e do ar).
- Alguns marcos legais internacionais e nacionais.
- Os parques nacionais, os estaduais e os municipais.
- Jardins botânicos e o Jardim Botânico de São Paulo: preservação, pesquisa, lazer
- O futuro depende do presente: ações possíveis

PARTE 2 - VERDE QUE TE QUERO COMER

- Como eram os alimentos alguns séculos atrás.
- Lembranças da infância: o que cada uma ou cada um comia e não come mais?
- PANCs: o que são, como se dá o cultivo e a distribuição desses alimentos.
- Cores, formas, texturas, cheiros e gostos de algumas PANCs.
- PANCs no Jardim Botânico de São Paulo.
- Como e por que ampliar o cardápio alimentar.
- Plantas que matam, plantas que curam.
- Receitas, dicas de cultivo de alimentos na creche ou em casa, hortas comunitárias, feira de trocas.

PROGRAMA DE FORMAÇÃO CULTURAL - 10 ANOS²

Olá!

Bom dia

Bem-vindas e bem-vindos

Quem vem pela primeira vez ao Jardim Botânico de São Paulo? Bastante gente não?

Que vem pela primeira vez a um Programa de Formação Cultural?

Agradeço muito a presença de vocês.

Para quem não me conhece, sou Maria Lucia Machado, fundadora (junto com meu marido aqui presente) e coordenadora do Instituto Girassol - Educação Infantil e Pesquisa desde 2001.

Antes de iniciar nossa comemoração eu quero homenagear as crianças, as famílias e as/os profissionais da creche de Janaúba, Minas Gerais. Com grande pesar acompanhamos o sofrimento por que passam. Tragédias como essa nos entristecem e nos revoltam. Mas, também, nos obrigam a olhar para nossas fragilidades, nossas responsabilidades, nossas competências como profissionais de creche.

Temos todas as competências que precisamos ter para assegurar o bem estar, o crescimento e o desenvolvimento de bebês e crianças de 0 a 6 anos nas creches em que trabalhamos? O que precisamos saber para sermos melhores? O que precisamos mudar para sermos melhores?

E é justamente nesse aspecto – o da **competência profissional na Educação Infantil** que reside a razão de ser do Programa de Formação Cultural do Instituto Girassol.

Esse programa, que teve sua estreia em outubro de 2007, **10 anos** atrás. Que nasceu da nossa percepção de que não bastava oferecer formação em cursos regulares (supletivos ou Pedagogia, por exemplo), nem era suficiente focar apenas na formação em serviço (como as reuniões internas das creches) para sermos profissionais competentes.

² Reproduzimos aqui a fala de Maria Lucia de A. Machado, realizada dia 7 de outubro de 2017, no Jardim Botânico de São Paulo, durante a comemoração dos 10 anos do Programa de Formação Cultural do Instituto Girassol.

Era preciso experimentar um outro caminho. Um caminho pouco explorado pelas universidades ou centros de formação. E o caminho que escolhemos foi o da ampliação das experiências culturais que tanto nos enriquecem como pessoas, como seres humanos. Com foco direto no adulto/profissional, acreditando que esse enriquecimento pessoal transbordaria, de alguma maneira, beneficiando as crianças. Explorando espaços pouco frequentados pelas pessoas que trabalham em creches e escolhendo situações com alto potencial informativo e formativo. Definindo um roteiro abrangente de conteúdos em passeios culturais a parques e bairros ou em idas a exposições de arte, a museus, a centros culturais, a marcos históricos, ao circo, ao teatro, ao cinema, a concertos, a balés.

Hoje são **34** programas realizados!

577 pessoas participantes

1948 participações

16 creches de **4** associações mantenedoras

Mais de **300** profissionais atuando nessas creches

Cerca de **2000** crianças e sua famílias beneficiadas indiretamente

Certamente isso não seria possível sem a ajuda da **Paula Torres**, nosso braço DIREITO e ESQUERDO! Obrigada por sua competência e comprometimento Paula! Igualmente impossível sem a participação do **Fabiano Garcia** formando e coordenando a equipe de monitoras/es, bem como abordando, com clareza e simplicidade, os conteúdos pertinentes aos 33 Programas que realizou conosco. Obrigada por seu entusiasmo e engajamento, Fabiano!

Queremos, ainda, agradecer à Rachel Shein, fotógrafa; ao Luís, à Matilde e à equipe do Restaurante Orquídea; à equipe do Jardim Botânico de São Paulo presente nesta data.

Hoje é um dia de **feira**. Dia de alegria, de comemoração, nesse lugar tão especial da nossa cidade que é o Jardim Botânico. Por isso decidimos homenagear vocês, participantes dos nossos programas, distribuindo uma “lembrancinha”: um punhado de sementes de girassol, para cada um plantar em casa, na creche, ou onde quiser. Girassol: essa planta que nos inspira por girar ao redor do Sol, fonte de calor e vida para todos os seres vivos em nosso planeta.

Além disso queremos homenagear pessoas especiais, que têm se destacado por serem assíduas(os) e ativas(os) participantes de nossos Programas. Abaixo a lista das(os) homenageadas(os) em ordem alfabética:

Alessandra Viviane de Carvalho Araujo
Andréia de Souza Figueiredo
Angela Maria da Costa Leite
Benedita Aparecida B. Nunes
Claudilea Nascimento
Cristiane de Lima S. Oliveira
Damiana Leocadia da Silva
Didi Jaya
Espedita Dezimar Dezidério Silva
Fabiano Garcia
Geane Rodrigues da Silva
Gisele Souza
Iara Ramos

Maria Bernarda Chaves
Maria Derisvania P. da Silva
Maria Helena Lulio
Paula Torres
Rosangela Marques dos Santos
Roselita Vitor da Silva
Sônia Maria Rodrigues de Almeida
Simone Cerqueira de Assis
Simone Salustiano de Moura
Sueli Aparecida Santana Ferreira
Vanessa Aparecida Souza Silva
Viviane Cristina Rocha
Walter Alves Benedito

Finalizando, lembro a vocês que **segunda-feira o trabalho vai continuar**. Na próxima semana, vamos comemorar o dia da **criança** e o dia do **professor** com a lembrança desse encontro de hoje. Cada um de nós empenhado em ser melhor profissional e pessoa.

Desejo que essa alegria, essa vibração positiva que sentimos hoje, chegue até a cidade de Janaúba, em Minas Gerais e conforte profissionais, famílias e crianças envolvidas na tragédia.

São Paulo, outubro de 2017.

Maria Lucia de A. Machado



PARTE I - VERDE QUE TE QUERO VER

ROTEIRO DO PASSEIO GUIADO AO JARDIM BOTÂNICO DE SÃO PAULO EM 7 DE OUTUBRO DE 2017

8h30 Encontro do grupo na área externa, em frente à entrada do Jardim Botânico de São Paulo e distribuição do material.

9h Abertura: Paula Torres. Apresentação do Instituto Girassol e do Programa de Formação Cultural: 10 ANOS!
Apresentação do Programa **VERDE QUE TE QUERO VER e... COMER** e do passeio de hoje.

9h20 Exposição: Fabiano Garcia. A importância histórica dos Jardins Botânicos e o Jardim Botânico de São Paulo.
Subdivididos em 6 subgrupos, acompanhados por monitores, início do passeio guiado, percorrendo a Alameda Fernando Costa e as margens do Córrego Pirarungáua.

9h50 Lanche no restaurante Orquídea.

10h Comemoração Programa de Formação Cultural **10 anos**.

11h Subdivididos em 6 subgrupos, acompanhados por monitores, os grupos percorrerão, alternadamente, outros pontos de interesse do parque: a Alameda Fernando Costa, as margens do Córrego Pirarungáua, o Museu Botânico Dr. João Barbosa Rodrigues, o Portão Histórico e o Hidrofitotério, as Escadarias e o Jardim de Lineu, as Estufas, o Orquidário Dr. Frederico Carlos Hoehne, o Palmeto, o Lago das Ninfeias, o Lago dos Bugios, o Brejo natural, o Jardim dos Sentidos, o Bosque do Pau Brasil, o Castelinho e a Trilha da Nascente.

13h Encerramento do Programa e preenchimento das fichas de avaliação até **13h30**.

MAPAS



O BRASIL NO MUNDO



O ESTADO DE SÃO
PAULO NO BRASIL



O MUNICÍPIO DE SÃO
PAULO NO ESTADO



O JARDIM BOTÂNICO DE
SÃO PAULO NA CIDADE
DE SÃO PAULO

→ nós estamos aqui hoje!

(fonte: <http://issuu.com/spturis/docs/roteiro-cafe-ing?e=5175157/2742135> p.1 do folder)

MAPA: PRINCIPAIS PONTOS DO JARDIM BOTÂNICO DE SÃO PAULO



fonte: reprodução de foto do folder distribuído para ingresso ao Jardim Botânico de São Paulo (agosto 2017)

O JARDIM BOTÂNICO DE SÃO PAULO

Ao longo da evolução das civilizações, o gosto por criar e manter jardins públicos ou privados parece ser uma constante. Por sua vez, os jardins botânicos nascem com uma função mais específica: a de manter coleções de plantas (medicinais ou não) para conservação, preservação, pesquisa científica e produção de conhecimento. Coletar espécies, observar o crescimento e a reprodução, descobrir as propriedades de cura ou de alimento, conhecer a forma como as diferentes espécies convivem em um determinado espaço tornam-se, a cada dia, tarefas essenciais para a sobrevivência da espécie humana em nosso planeta. Essa vertente educacional e ecológica de um jardim botânico, todavia, não impede que esses espaços tenham também um outro papel fundamental na vida das pessoas: o



de se tornarem um refúgio de tranquilidade, paz e contemplação nas cidades ou comunidades nas quais se inserem. Essa função mais social, estética, cultural, histórica ou de lazer se agrega à anterior na medida em que as áreas geralmente destinadas são amplas, permitindo a criação de lagos, fontes, reservas naturais, possibilitando a implantação de trilhas e a instalação de equipamentos de suporte à visitação (lanchonetes, restaurantes). Além disso, as plantas são dispostas segundo uma determinada diretriz (científica e/ou estética), com uma intencionalidade ditada pelos idealizadores desses espaços que agrupam, por exemplo, palmeiras em um

determinado setor, orquídeas em outro, estufas ou viveiros em outro (imagens: acima, estufas/Paula Torres; hidrofítotério e lago das

ninfeias/M. Lucia de A. Machado). Essa dupla finalidade é visível no **Jardim Botânico de São Paulo desde** a sua criação, nos diferentes espaços que o visitante pode percorrer (ver mapa da página anterior e <http://www.cidadedesao paulo.com/sp/o-que-visitar/pontos-turisticos/194-jardim-botanico>). Situado à Av. Miguel Stefano nº 3031, faz parte de um conjunto maior conhecido como Parque Estadual das Fontes do Ipiranga, onde se encontram as nascentes do famoso riacho do Ipiranga, às margens do qual D. Pedro I



proclamou a independência do Brasil. Além da vegetação, é possível observar cerca de 140 tipos diferentes de animais como a preguiça, os macacos bugios, o tucano de bico verde, as garças e algumas espécies de aves migratórias. Para além dessa área aberta à visitação, temos cerca de 360 mil m² de mata atlântica abrigando 380 espécies de árvores. O **Instituto de Botânica**, sediado no parque e responsável pela administração, conta com uma biblioteca com cerca de 6.400 livros. Destacamos, ainda, o precioso acervo virtual do herbário completo de **Auguste de Saint-Hilaire**, destacado naturalista francês que viajou pelo Brasil entre 1816 e 1822, coletando cerca de 30 mil exemplares de plantas brasileiras (<http://hvsh.cria.org.br/index>).



Flores no Jardim Botânico de São Paulo em setembro/2017. Fotos acima: 1 Rafis, 2 e 3 Helicônias, 4 Manacá, 5 Íris. Fotos abaixo: 1 Pau brasil, 2 Glicínias, 3 Bromélia, 4 Estrelitzia (M. Lucia de A. Machado) e 5 Ninfeias (Rachel Schein)



Fundado em 1928, o Jardim Botânico de São Paulo é hoje o terceiro do Brasil em importância, depois do mais reconhecido nacional e internacionalmente, o do Rio de Janeiro (1808), seguido pelo mais antigo, o de Belém (1798). É preciso relembrar, todavia, que várias foram as tentativas anteriores de organizar um jardim botânico no Brasil. O registro mais antigo que se tem notícia é o de Recife, fundado durante a ocupação holandesa por Maurício de Nassau (1637). Na cidade de São Paulo, a primeira iniciativa foi em 1799 em área posteriormente aberta ao público em 1825, conhecida como Parque da Luz. Outras iniciativas foram a do Horto Botânico da Cantareira (1896), a do Museu Paulista (1893) e a do Horto Botânico Oswaldo Cruz (1917), junto ao Butantã (ROCHA e CAVALHEIRO, 2001).

Foi justamente para coordenar a implantação deste último que **Frederico Carlos Hoehne** (1882-1959), mineiro



nascido em Juiz de Fora, mudou-se do Rio de Janeiro para São Paulo. Botânico, pesquisador autodidata incansável, Hoehne foi o responsável pela implantação e pela administração do Jardim Botânico de São Paulo até 1952, quando se aposentou. Amante de orquídeas desde a infância, quando ganhou de seu pai, jardineiro de profissão, um exemplar de *Laelia purpurata*, foi o responsável pela criação do orquidário do Estado que, sediado no Jardim Botânico de São Paulo, já recebia visitantes em 1929. Foi um proeminente defensor da valorização da natureza brasileira nas mais diversas manifestações: do cerrado à mata atlântica, das palmeiras aos cactos. Produziu uma extensa obra escrita e, também, fotográfica, com cerca de 2400 registros arquivados no Instituto de Botânica. Boa

parte do que hoje constitui o Jardim Botânico de São Paulo foi realizado sob a gestão de Hoehne. Posteriormente à sua saída, construções foram acrescidas e novas alterações foram estudadas. Um plano elaborado pelo grande paisagista brasileiro **Roberto Burle Marx**, iniciado em 1959, foi detalhado na década seguinte. Porém apenas os grandes lagos projetados junto à Alameda Von Martius foram finalizados em 1972. Atualmente o acervo de espécies vivas conta com mais de 50 mil indivíduos identificados, sendo 18 mil apenas de orquídeas de cerca de 700 espécies diferentes. Imagem: Frederico Carlos Hoehne (à direita) e Fernando Costa, então Secretário de Agricultura, junto ao primeiro lote da orquídea *Laelia purpurata*, nov/1929 (<http://revistapesquisa.fapesp.br/2011/09/03/observador-das-cidades/>).

PARTE II VERDE QUE TE QUERO COMER ³

LEMBRANDO O PASSADO: O QUE VOCÊ COMIA E NÃO COME MAIS?



Imagens: **1** bolinha preta ou maria preta (<http://www.matosdecomer.com.br/2014/07/matoberry-outras-solanaceas-maria.html>) **2 e 3** mandacaru (<http://www.cerratinga.org.br/wp-content/uploads/2013/07/fruto-do-mandacaru-rosa-melo.jpg>) (http://www.cnip.org.br/PFNMs/img/img_mandacaru/01_grande.jpg) **4** melancia da praia (<http://www.naturezabela.com.br/2011/01/melancia-da-praia.html>) **5** joão gomes (<http://www.farmaciadanatureza.com.br/joao-gomes-maria-gomes-ou-maria-mole/>) (<http://www.plantasquecuram.com.br/ervas/joao-gomes.html#.Wg2jxLZDSRs>)

Como parte da programação desenvolvida na oitava edição do Programa Interações Improváveis, a pergunta acima foi feita às/aos participantes das creches onde essa ação de formação se realizou, entre agosto e outubro deste ano de 2017. As respostas mencionadas foram anotadas em um cartaz que ficou exposto na creche. Posteriormente as listas todas foram reunidas em um único arquivo. O processo de análise desse arquivo nos levou a descartar citações evasivas tais como a “bananinha”, o “broto parecido com a samambaia”, a “folha de árvore”, a “flor de cor laranja”, a “flor rasteira que tem água dentro”, a “flor que não lembro o nome”, a “gramínea”, o “matinho verde comprido”, o “mel da flor roxa”. Saltaram aos olhos “alimentos” surpreendentes: *giz*, *terra* e *tijolo*, fato que demonstra o quão precário foi o acesso à alimentação constante e farta para algumas das participantes. Outra resposta que fugiu à pergunta feita foi “a professora fazia comer verduras

³ Especialista convidada: Tathiana Popak Maria; coordenação técnica Maria Lúcia Medeiros. Para saber mais sobre PANCs e obter informações completas sobre esse Programa veja <http://www.institutogirassol.org.br/projeto/4654>

forçado”, referindo-se a uma experiência desagradável vivida em um situação de alimentação e não exatamente ao alimento em si. Interessante foi perceber, nessa listagem, diversas citações de alimentos que não conhecíamos. Realizamos, então, uma pesquisa para poder identificar o tipo e conhecer a forma de cada um. Em seguida passamos a agrupar os itens conforme semelhanças identificadas entre os mesmos. Nesse processo percebemos que algumas vezes a mesma planta foi citada com denominações diferentes. Surpreendente mesmo foi a quantidade de frutas citada, sobretudo se considerarmos que, atualmente, as frutas ocupam um espaço muito restrito no cardápio habitual.



Imagens: **1** quixaba (<http://www.colecionandofrutas.org/sideroxylonobt.htm>) **2** orvalho ou uvaia (<http://essaseoutras.xpg.uol.com.br/orvalha-uvalha-ou-uvaia-beneficios-vitaminas-e-receitas/>) **3** bico de viúva, azeitona do norte, azeitona do nordeste ou jamelão (<http://tudonaturalparaobem.blogspot.com.br/2012/09/voce-conhece-azeitona-do-nordesteela-e.html>) **4 e 5** mucunã ou pó de mico, vagem e sementes de mucunã ou olho de boi (<http://www.naturezabela.com.br/2012/01/mucuna-mucuna-pruriens.html>)

A classificação que apresentamos a seguir segue a ordem da categoria menos mencionada para a que teve maior quantidade de indicações:

- ❖ uma semente, a amêndoa
- ❖ uma raiz, a cenoura
- ❖ um “caule” (colmo): a cana de açúcar
- ❖ 2 animais: a tanajura (ou içá/formiga) e o tatu bola
- ❖ 2 subprodutos de plantas: o leite de seringueira e o mel da flor do cacto

- ❖ 7 flores: amor perfeito ❖ cambuquira ❖ coração de bananeira ❖ dente de leão ❖ hibisco ❖ maracujá bravo ❖ peido de velha ❖ rosa ❖ vinagreira
- ❖ 24 citações referentes a receitas ou a modos de comer e de preparar alimentos, muitas vezes associadas a lembranças sentimentais, nem sempre prazerosas: angu ❖ arroz com pequi ❖ arroz cozido na lata de sardinha ❖ bala de coco da avó ❖ banana nanica com casca ❖ bolo de milho na folha de bananeira ❖ coco de melancia com farinha ❖ comer castanha, goiaba, jabuticaba, laranja, manga, mexerica etc. no pé ❖ comida de fogão à lenha ❖ flor amarela da abóbora batida com ovo ❖ frango com quiabo e polenta ❖ frango feito pela mãe ❖ goiaba branca cheia de bicho ❖ jaca com limão ❖ limão com sal ❖ macarrão com frango ❖ mamão verde refogado ❖ manga com sal ❖ mastruz com leite ❖ mingau com farinha de milho e frango ❖ polenta da avó ❖ palma refogada ou salada de palma ❖ suco de agrião e couve ❖ tutu da avó.
- ❖ 36 folhas para tempero, para fazer chá, para comer crua ou refogada: agrião ❖ arruda ❖ azedinha ❖ beldroega ❖ boldo ❖ bredo, João Gomes, cariru ou caruru ❖ capim santo ❖ erva cidreira ❖ erva-de-santa-maria ou mastruz ❖ erva doce ❖ espinafre ❖ fedegoso ❖ folhas de: caju, manga, café, tamarindo, seriguela, girassol, laranja, louro, mandioca, umbu ❖ guaco ❖ hortelã ❖ macambira ou mocó ❖ malva ❖ manjeriço ❖ maria saborosa ❖ mastruz ❖ melissa ❖ mucunã ou mucuna ❖ orapronobis ❖ serraia ou serralha ❖ taioba ❖ transagem ou tanchagem ❖ trevo.
- ❖ 62 frutas ou frutos: abiu ❖ açai ❖ acerola ❖ ameixa amarela ❖ amora ❖ araçá ❖ banana, banana da terra, banana nanica ❖ bico de viúva, azeitona do norte, azeitona do nordeste ou jamelão ❖ bolinha preta ou maria preta ou maria pretinha ❖ caçu ❖ café ❖ cagaita ❖ cajá ❖ caju ❖ cambucá ❖ canapu ❖ caqui ❖ carambola ❖ castanhola ❖ coco verde ❖ coquinho licuri ❖ coquinho (amarelo), jerivá ❖ coco macaúba ou macaíba ❖ erva-do-orvalho ❖ fruta da palma ❖ fruta do mandacaru ❖ fruta-pão ❖ goiaba verde ❖ ingá ❖ jabuticaba ❖ jaca ❖ jambo (amarelo e vermelho) ❖ jatobá ❖ jenipapo ❖ jiló ❖ juá ou saquinho de bode ❖ laranja, laranja lima ❖ lichia ❖ licuri ❖ mandacaru ❖ manga coquinho, manga espada, manga rosa ❖ mangaba ❖ maxixe ❖ melancia da praia ❖ melão São Caetano ❖ mexerica ❖ morango silvestre ❖ murici ❖ orvalho ou uvaia ❖ pequi ❖ pêssego ❖ pinha ❖ pitanga ❖ pitomba ❖ quixaba ❖ romã ❖ sapoti ❖ seriguela ❖ tamarindo ❖ umbu ❖ urucum ❖ uva japonesa.

PEDAGOGIA DA EDUCAÇÃO INFANTIL

COMO PODEMOS APROVEITAR O QUE APRENDEMOS EM NOSSA PRÁTICA NA CRECHE

Na hora de comer ou beber: mesmo com bebês que ainda não falam podemos fazer sons com a boca quando a comida ou a bebida são introduzidas, conversando e brincando: hummm que leitinho quentinho! Aaah água fresquinha! ou Vamos fazer bastante barulho para mastigar essa cenoura? Ou estalar a língua com a banana amassada? ❖ Explorar texturas e sabores variando alimentos mais secos ou mais úmidos, salgados ou doces, amargos, ácidos ou azedos. ❖ Preparar alimentos frescos junto com as crianças maiorzinhas: descascar, partir, amassar. ❖ Experimentar comer flores com as crianças. ❖ Ter como meta variar a alimentação experimentando toda semana um ingrediente “diferente” no almoço.

Todos os dias observar as plantas: com um bebê no colo ver o vento mexendo folhas de uma planta. ❖ Ter folhas, galhos para brincar, sentir texturas, observar as semelhanças e as diferenças. ❖ Plantar, observando as diferentes etapas da germinação e crescimento do feijão, da batata doce, do girassol, do alpiste, do rabanete, da cenoura, da salsinha etc. ❖ Mostrar a diferença de uma planta que recebe a luz do sol de outra que não, tampando uma delas com um copo descartável branco. ❖ Fotografar as diferentes etapas do crescimento, imprimir as fotos e montar com as crianças a sequência da evolução. ❖ Colecionar flores e folhas, deixando-as secar, montando uma exposição.

Para dançar: com um bebê no colo ou crianças maiorzinhas em roda, *Caminho da mata* (Tom Jobim): <http://www.jobim.org/jobim/handle/2010/5045>

Para organizar um passeio com as crianças da creche no jardim Botânico de São Paulo: veja o guia para professores em <http://arquivos.ambiente.sp.gov.br/jardimbotanico/2013/08/guia-pedagógico-do-jardim-botânico.pdf>

Para cantar com as crianças: *Yes, nós temos banana*, marcha carnavalesca, de autoria de Braguinha (João de Barro) <https://letrasweb.com.br/joao-de-barro/yes-nos-temos-banana.html>

PARA SABER MAIS SOBRE

- ❖ o **Jardim Botânico de São Paulo** você deve ir direto ao site do **Instituto de Botânica**
<http://www3.ambiente.sp.gov.br/institutodebotanica/>
- ❖ o paisagista paulista **Roberto Burle Max** (sim, ele nasceu em São Paulo!):
enciclopedia.itaucultural.org.br/pessoa1461/burle-marx
- ❖ o incrível roteiro da viagem de **Auguste de Saint-Hilaire** ao Brasil: <http://hvsh.cria.org.br/caderno?roteiro2>
- ❖ quem foi o Lineu, nome dado ao jardim do Lineu no Jardim Botânico, em homenagem a **Carlos Lineus**, o inventor da organização básica para a classificação dos seres vivos: <http://revistapesquisa.fapesp.br/2008/03/06/deus-fez-lineu-organizou/>
- ❖ **as árvores floridas** na primavera no Jardim Botânico de São Paulo:
<http://arquivos.ambiente.sp.gov.br/jardimbotanico/2017/04/arvores-floridas-na-primavera.pdf>
- ❖ outros **parques na cidade e no Estado de São Paulo**: <http://www.saopaulo.sp.gov.br/conhecasp/parques-e-reservas-naturais/>
- ❖ os **parques da prefeitura** municipal de São Paulo:
http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/meio_ambiente/parques
- ❖ receitas de **PANCs** no canal do Youtube do Viveiro Organico Sabor de Fazenda:
<https://www.youtube.com/channel/UCR8JPAfRF-OKrC0U7PE-pzw> e +
Blog Partilhando Sabores - <http://partilhandosaboresereceitas.blogspot.com.br>
Blog Come-se: <http://come-se.blogspot.com.br/>
Blog Matos de Comer: <http://matosdecomer.blogspot.com.br>
Facebook: <https://www.facebook.com/groups/panc.sp>
Facebook : <https://www.facebook.com/groups/455745377849748>
- ❖ como montar uma **horta?** A EMBRAPA disponibilizou um manual sobre cultivo de hortaliças:
<https://www.embrapa.br/busca-de-publicacoes/-/publicacao/749966/o-cultivo-de-hortalicas>

- ❖ conheça a flora brasileira pelos olhos de **Margaret Mee** e não deixe de assistir a esse maravilhoso documentário sobre a vida e obra da pioneira e visionária ilustradora botânica inglesa, uma das mais importantes artistas do século XX:
<https://www.youtube.com/watch?v=mwRX8BJRmp8> imagem
https://ichef.bbci.co.uk/news/ws/304/amz/worldservice/live/assets/images/2016/04/15/160415205738_sp_mee_304x171_tonymorrison_nocredit.jpg
- ❖ **Harri Lorenzi** é hoje um dos grandes defensores e incentivadores da pesquisa do conhecimento mais aprofundado da flora brasileira. Tem vários livros publicados, referência nacional e internacional. Quer conhecer outro jardim botânico lindo? Veja capins floridos e visite: <http://www.plantarum.org.br/quem-somos/o-jardim-botanico-plantarum/>
- ❖ 45 receitas de **flores comestíveis**: <https://www.receiteria.com.br/receitas-com-flores-comestiveis/>
- ❖ **Neide Rigo** é uma pesquisadora entusiasta dos ingredientes brasileiros para inventar receitas, diversificar a alimentação e respeitar culturas alimentícias locais. Você já comeu comida azul? Veja: <https://come-se.blogspot.com.br/> A mesma autora fala sobre **PANCs** em <http://paladar.estadao.com.br/noticias/comida,voce-ja-ouviu-falar-em-pancs-neide-rigo-explica,1000067059> imagem
http://paladar.estadao.com.br/cozinha-do-brasil-2015/imagens/290x300/neide_foto_tiago_14_cort.JPG
- ❖ Frutas e produtos do **cerrado** e da **caatinga** em <http://www.cerratinga.org.br/macauaba/>
- ❖ Curiosidade: mucunã ou **pó de mico** é uma vagem peluda, como se vê na foto da página 19. Ao se raspar os pelos obtemos um pó que provoca uma coceira danada, mas sem maiores consequências. Antigamente as crianças brincavam de jogar esse pó em alguém só pra rir da pessoa se coçando inteira... <https://arvoresdesaopaulo.wordpress.com/2011/09/05/a-curiosa-mucuna-ou-po-de-mico/>



BIBLIOGRAFIA e SITES CONSULTADOS

- AUN, Marília Vazquez. *Jardim Botânico: um segmento de história, construindo uma grande história*. 2005-2011, relatório técnico. São Paulo : Instituto de Botânica, 2012. Disponível em: http://botanica.sp.gov.br/institutodebotanica/files/2011/11/jbsp_2005-2011.pdf
- BRASIL, Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Secretaria de Desenvolvimento Agropecuário e Cooperativismo. *Hortaliças Não-Convencionais (Tradicionais)*. Brasília: MAPA ACS, 2010. 52 p.
- CASTELLA, P.R. Resíduos Sólidos. XVI Encontro Paranaense de Educação Ambiental. Mat Günther, W.M.R. Poluição do solo. In: PHILIPPI, Jr.; PELICIONI, M.C.F. (ed.). *Educação ambiental e sustentabilidade*, Barueri : Manole, 2005. p. 195-215. Material Complementar - Ciclo de Palestras. Paraná, 2017.
- ESTEVES, Juan; GUIMARÃES, Maria. *Jardim Botânico de São Paulo*. São Paulo : Editora Terceiro Nome, 2011.
- GIEHL, E.L.H. (coordenador). *Cartilha Plantas medicinais, aromáticas e condimentares*. Embrapa pantanal. Corumbá/MS. Novembro, 2006. Disponível em: <https://www.embrapa.br/busca-de-publicacoes/-/publicacao/990856/plantas-medicinais-aromaticas-condimentares-e-ornamentais-nas-unidades-demonstrativas-de-transicao-agroecologica-da-embrapa-pantanal>.
- KINUPP, V.F. 2007. *Plantas Alimentícias Não-Convencionais da Região Metropolitana de Porto Alegre*, RS. Porto Alegre, 2007. 562 p. Tese (Dout. em Fitotecnia). Disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/12870>.
- KINUPP, V. F.; BARROS, I.B.I. *Levantamento de dados e divulgação do potencial das plantas alimentícias não convencionais alternativas do Brasil*. Horticultura Brasileira, v.22, 2004.
- KINUPP, V.F.; LORENZI, H. *Plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Brasil*. Editora Plantarum, São Paulo, 2014.
- LOBODA, C.R.; ANGELIS, B.L.D. *Áreas verdes públicas urbanas: conceitos, usos e funções*. *Âmbiência* Guarapuava, PR v.1 n.1 p. 125-139 jan./jun. 2005.
- LORENZI, H.; SOUZA, H. M. De Plantas Ornamentais no Brasil; arbustivas, herbáceas e trepadeiras. Nova Odessa, São Paulo : Instituto Plantarum, 2001.
- MALTEZ José Adelino. *Comunidade e Sociedade*. Respublica Repertório Português de Ciência Política. Edição electrónica, 2004. <http://maltez.info/respublica/topicos/aaletnac/comunidade.htm>
- MOREIRA, S.A. *Alimentação e Comensalidade: Aspectos históricos e antropológicos*. *Ciência e Cultura*, v. 62, p. 23-26, 2010. Disponível em: <http://cienciaecultura.bvs.br/pdf/cic/v62n4/a09v62n4.pdf>

REZENDE, M.T. *A alimentação como objeto histórico e complexo*: relações entre comidas e sociedades. Estudos Históricos, Rio de Janeiro, 2004, p.175-179.

ROCHA, Yuri Tavares; CAVALHEIRO, Felisberto. Aspectos Históricos do Jardim Botânico de São Paulo. IN: *Revista Brasileira de Botânica*. São Paulo : 2011, vol 24, nº 4, suppl. 0, disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-84042001000500013

ZURLO, C.; MITZI, B. *As Ervas Comestíveis* - Descrição, Ilustração e Receitas. 2 ed. São Paulo: Editora Globo, 1990. você pode enviar para cada uma das creches com copia para mim por favor.

Referências na web:

Blog Come-se: <http://come-se.blogspot.com.br/>

Blog Matos de Comer: matosdecomer.com.br

Blog Partilhando Sabores - <http://partilhandosaboresereceitas.blogspot.com.br>

Hype Science: <https://hypescience.com/e-assim-que-frutas-e-legumes-se-pareciam-antes-de-nos-os-domesticarmos>

Instituto de Botânica de São Paulo: <http://www3.ambiente.sp.gov.br/institutodebotanica/>

Jardim Botânico de São Paulo: <http://jardimbotanico.sp.gov.br>

Jardim Botânico de São Paulo: <http://arquivos.ambiente.sp.gov.br/jardimbotanico>

Jardim Botânico de São Paulo no Portal do governo do Estado de São Paulo <http://www.saopaulo.sp.gov.br/conhecasp/parques-e-reservas-naturais/jardim-botanico>

Jardim Botânico de São Paulo no site oficial de turismo da cidade de São Paulo: <http://www.cidadedesapaulo.com/sp/o-que-visitatar/pontos-turisticos/194-jardim-botanico>

Ministério do Meio Ambiente do Brasil: <http://www.mma.gov.br>

PANCs no Facebook : <https://www.facebook.com/groups/455745377849748>

PANCS no Facebook: <https://www.facebook.com/groups/panc.sp>

Viveiro orgânico de ervas e temperos Sabor de fazenda: <https://viveirosabordefazenda.wordpress.com>

Secretaria do Meio Ambiente do Estado de São Paulo: <http://www3.ambiente.sp.gov.br>

Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente de São Paulo: http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/meio_ambiente/

AGRADECIMENTOS ESPECIAIS para pessoas que nos ajudaram a realizar o XXXIV Programa de Formação Cultural e o VIII Programa Interações Improváveis: Adriana Souza ❖ Alexandra Rodrigues Gomes ❖ Aline Gomes Leme ❖ Andréia de Souza Figueiredo ❖ Angela Maria da Costa Leite ❖ Angélica da Silva Neves ❖ Aparecida Silva Castro ❖ Edna Pereira dos Santos ❖ Egrimistan Domiciano Rodrigues ❖ Iara Ramos ❖ Igor Hayashi de Oliveira ❖ Joaquim de A. Machado ❖ Jodson Freire Mariz ❖ Juliana Feijó ❖ Karina da Rocha Oliveira ❖ Leonice da Silva ❖ Lidia Akemi Aita ❖ Lilian Galeno Gonçalves ❖ Lisie Brito Nascimento Bernardo ❖ Marina Manzoli ❖ Mariana Moraes de Sousa ❖ Marleide Nunes Rodrigues ❖ Marlene O. Domingues ❖ Simone Salustiano de Moura ❖ Tania Cristina Alberto ❖ Thatiana Popak Maria.

SOBRE A AUTORA desta publicação: **Maria Lucia de A. Machado** pedagoga, fundadora e coordenadora geral do Instituto Girassol - Educação Infantil e Pesquisa desde 2001.

SOBRE COLABORADORES desta publicação: **Ana Paula Dias Torres**, pedagoga, participante da equipe do Instituto Girassol - Educação Infantil e Pesquisa desde 2003. Coordenadora do Programa de Formação Cultural entre 2007 e 2014 e, novamente, desde 2016. **Fabiano Ipolito Garcia**, sociólogo, educador, professor especialista convidado para o XXXIV Programa de Formação Cultural e coordenador da equipe de monitores desde 2007. **Maria Lúcia Medeiros**, pedagoga, participante da equipe do Instituto Girassol - Educação Infantil e Pesquisa em 2017. Coordenadora do Programa Interações Improváveis em 2017. **Thatiana Popak Maria**, bióloga, professora doutora em Ensino de Ciências, especialista convidada para o VIII Programa Interações Improváveis, de agosto a outubro de 2017.



Se você tiver alguma sugestão ou dúvida, entre em contato conosco: info@institutogirassol.org.br

IMPRESSO EM



SÃO PAULO – NOVEMBRO – 2017