

# Posts

## PANCs no Aldeias Infantis SOS

Por *Alberto Vicentini* e *Maihyra Pombo*, integrantes do CEFA



Quarta feira, dia 05 de abril de 2017, foi um dia diferente no Aldeias Infantis SOS e nas escolas municipais CMEI Herman Gmeiner, CMEI Graciliano Ramos e EMEF Profa. Maria das Graças Andrade Vasconcelos no bairro Alvorada em Manaus. Merendeiras, algumas professoras e as diretoras das três escolas passaram o dia numa oficina sobre alimentação saudável e Plantas Alimentícias Não convencionais (PANCs) com chefs de cozinha, nutricionistas, médicos, botânicos, e organizadores do Festival Ecológico - evento de Alimentação Saudável que aconteceu no IFAM Zona Leste no final de semana passado (<https://comidaecologica.com.br>). O evento também contou com a participação de integrantes da EMEF Waldir Garcia e da chefe da Divisão Alimentar da Secretaria Municipal de Educação (SEMED), Ingrid Samias Chanchare.

A convite do CEFA, a equipe de chefs, nutricionistas e médicos do chef Daniel Francisco de Assis, organizador do evento e especialista em "Alimentação Viva", esteve no Aldeias junto com o Dr. Valdely Kinupp, professor do IFAM Zona Leste e um dos autores do livro Plantas Alimentícias Não convencionais (PANCs, Editora Plantarum, <https://www.plantarum.com.br/>), que reúne mais de 300 espécies de plantas alimentícias todavia pouco usadas na nossa alimentação, cada uma com três receitas culinárias.





PANCs são plantas comestíveis pouco conhecidas, aquelas que não estão no cardápio da maioria das pessoas. Pode ser aquela planta que a sua avó te fez comer algum dia, que você comeu em alguma cidade do interior, ou uma comida diferente de algum canto do país. Pode ser alguma planta que ninguém sabe que pode comer, mas tem gente que sabe, como o prof. Kinnup. PANCs são uma grande alternativa à alimentação, estimulam a agroecologia, o uso sustentável da diversidade, e a ruptura com os alimentos impostos pela grande agroindústria globalizada. PANCs podem ajudar a melhorar a merenda

escolar, não apenas como alimentos mais saudáveis, mas por serem mais fáceis de cultivar e de cuidar, sendo excelentes alimentos alternativos para cultivos nas escolas, e poderem ser trabalhados através de atividades pedagógicas. Muitas PANCs são plantas perenes, outras apenas ruderais, "malezas" que nascem sozinhas.

O professor Kinupp, que mora em Manaus, é o maior especialista em PANCs do Brasil e seu livro ganhou grande repercussão nacional e internacional. O dia começou com o professor mostrando várias espécies de plantas alimentícias para as merendeiras, professoras, diretoras e outros curiosos. Muitos anotavam atentos em seus cadernos tudo que ouviam. Kinupp chegou com um isopor cheio de plantas como taióba, ora-pro-nóbis, urtiga (?!), vinagreira,... apresentou-as e comentou sobre receitas envolvendo-as. Fez todos experimentarem folhas, conferindo odores e sabores. Depois o grupo andou pelo Aldeias, aprendendo sobre plantas espontâneas, depreciativamente chamado de 'mato', que geralmente é roçado, deixado de lado, mas que no entanto contém várias plantas comestíveis:



- a chanana, uma erva que aparece sozinha em grande abundância em todas as ruas e praças da cidade e com a qual se pode fazer chá, geléia e salada;
- o pepininho-do-mato, um pepino silvestre pequeno, uma erva escandente que se espalhava sobre um amontoado de troncos empilhados junto ao muro do Aldeias;
- colheram folhas de taperebá para fazer suco e ele mostrou como manter um taperebá pequeno para que dele você use apenas as folhas;
- também viram que o fruto do Noni, quando bem maduro, possui um odor como um queijo gorgonzola, e por isso é bom para fazer pizza ou "fileminoni", prato inventado por um chef de cozinha juntamente com o prof. Kinnup;
- Flores de hibiscus para enfeitar a salada das crianças, comestível e colorida.

Algumas pessoas já conheciam algumas PANCs. A merendeira do CMEI Herman Gmeneir, Dona Cidália, se mostrou uma grande conhecedora de várias plantas que foram apresentadas. Ela já sabia com usá-las e reconhecê-las e já fazia isso na sua casa.



No período da tarde as merendeiras e os chefs e nutricionistas da equipe do Daniel Francisco de Assis (chef de cozinha e coordenador do Festival Ecológico) preparam juntos um risoto PANC para o jantar, trocando experiências, receitas e conhecimento. Na cozinha, as merendeiras e os chefs separaram as PANCs coletadas, e começaram a processá-las para fazer o risoto. Dona Cidália é uma merendeira idosa, e já conhecia a maioria das plantas, porém ficou surpresa com o uso que os

chefs estavam fazendo destas mesmas plantas, por exemplo, com relação ao preparo do talo da taioba ou com a proposta de utilizar o capim limão no suco de melancia. As merendeiras mais jovens estavam engajadas, felizes em aprender sobre as PANCs e as novas receitas propostas pelos chefs. Foi um momento muito agradável de conversas e risadas durante o preparo do risoto.



-X-

### **O homem do banco branco, a amoreira e a escola Waldir Garcia: o teatro vai à escola e a escola vai ao teatro**

Por *Ceane Simões*, mãe, professora e integrante do CEFA.

Na semana de 31 de outubro a 04 de novembro, alunos e educadores da Escola Municipal Prof. Waldir Garcia tiveram a oportunidade de vivenciar uma experiência de teatro com a Minha Nossa Cia. de Teatro, do Paraná. Essa companhia atua desde 2009 enfatizando “o cultivo de um lugar poético de reflexão, crítica e criação artística” . A escola Waldir Garcia, que já vem desenvolvendo rotineiramente atividades de artes cênicas junto aos estudantes por meio da Oficina de Teatro, que integra o conjunto de práticas pedagógicas da escola voltadas ao desenvolvimento integral das crianças, mergulhou no teatro literalmente.



Durante a semana as crianças puderam entrar em contato com a companhia de teatro e seus artistas na rotina da escola e no dia 04 de novembro a escola pode ir ao teatro Les Artiste Café apreciar o espetáculo O Homem do Banco Branco e a Amoreira, peça infantil que conta de maneira poética a história de um amor perdido no tempo. O símbolo de que as lembranças do amor perduram é o pé de amora, testemunha de encontro e descoberta desse sentimento que dá sentido à vida. A peça é permeada por silêncios e reminiscências, tensão, medo e muita ternura, o que torna o enredo bastante familiar e, ao mesmo tempo, inesperado. O desejo de reencontrar o amor perdido é a esperança de reencontrar a si mesmo e isto se funde ao medo de que tudo pare nas rugas do tempo.

O Homem do Banco Branco e a Amoreira é o primeiro espetáculo da Minha Nossa Cia. de Teatro, tendo participado de mostras e festivais em diversos estados do sul e sudeste do Brasil, quando no ano de 2015 o seu projeto de circulação foi contemplado pelo edital da Petrobrás e Lei Rouanet para apresentações em cidades no norte e nordeste, incluído também a realização de oficina junto às escolas da rede pública de ensino.



O currículo, como lembra Antônio Flávio Barbosa Moreira, é o espaço em que se desenrolam as experiências de aprendizagem que giram em torno do conhecimento escolar. É também aquilo que é criado nas vivências cotidianas. Valorizar a arte e integrá-la ao cotidiano da criança é, pois, uma escolha clara pela valorização do seu senso crítico e estético e pelo aguçamento de sua sensibilidade. Nesse caso, a arte atua também como ferramenta para o pensamento e para a atribuição de sentidos para a vida.

A vivência foi proporcionada num sentido de imersão, onde as crianças puderam perceber uma peça de teatro em sua totalidade (o cenário, a iluminação, a coreografia, o som, a atuação etc.) e ampliar a sua percepção sobre essa arte. Isso reafirma a relevância de uma educação que respeite, estimule, e acompanhe o estudante em suas interações com diferentes formas de linguagem e de expressão artística. A conversa com os artistas após a encenação e a participação de intérprete de Libras e a realização áudio-descrição no desenrolar da história deram um caráter verdadeiramente inclusivo à proposta. Certamente serão momentos inesquecíveis para as crianças. Vida longa à amoreira e aos amores!



From:

<http://www.botanicaamazonica.wiki.br/cefa/> - **CEFA -  
Coletivo Escola Família do Amazonas**

Permanent link:

<http://www.botanicaamazonica.wiki.br/cefa/doku.php?id=cefaposts>

Last update: **10/28/2017 14:28**

