

O COMEÇO DA
VIDA 2
LÁ FORA



MATERIAL DE APOIO

O COMEÇO DA
VIDA2
LÁ FORA

Aqui você vai encontrar tudo o que precisa saber sobre o documentário e como se aprofundar nas questões trabalhadas no filme.





SINOPSE

Conexões genuínas entre as crianças e a natureza podem revolucionar o nosso futuro. Mas será que essa descoberta ainda é possível nos grandes centros urbanos do mundo?

Evidências científicas apontam que a falta de contato com a natureza pode contribuir para problemas físicos e mentais. No novo capítulo de “O Começo da Vida”, os principais especialistas no tema mostram como essa conexão pode fazer parte da cura para os maiores desafios da humanidade contemporânea e da construção de uma vida de mais bem-estar e felicidade.

O filme revela que esse pensamento tem sido transformador em diversas cidades pelo mundo que valorizam e promovem uma maior conexão com o mundo natural. A soma entre ciência e ação significam uma oportunidade única para um futuro com mais saúde para os humanos e para o planeta.



NOTA DOS APOIADORES

FUNDAÇÃO GRUPO BOTICÁRIO

O isolamento social despertou a vontade de desfrutar experiências simples ao ar livre, seja na praia, na praça ou mesmo em uma trilha na floresta. O que muitos ainda não sabem é que esse contato com a natureza pode significar mais do que momentos de lazer. A prática representa também benefícios para a saúde e o desenvolvimento das crianças. Basta observar como é natural brincar com um graveto ou uma folha seca que elas encontram no solo, por exemplo. Elas já nascem conectadas com a natureza e precisamos manter ou permitir essa reconexão a partir de coisas simples. No cenário atual é ainda mais evidente a necessidade de ter áreas verdes nos espaços para proporcionar a oportunidade de aprender e brincar. Eu tive essa chance ao morar em uma cidade do interior do Paraná quando era criança e, com um intenso contato com a natureza, com florestas e muitos animais. Foram anos de muita liberdade e aprendizados ao ar livre.

O filme “O Começo da Vida 2: Lá Fora” é a oportunidade de unir minha trajetória pessoal com minha atuação profissional. É o compromisso da Fundação Grupo Boticário de promover uma reflexão sobre a importância da natureza para o desenvolvimento infantil. A conexão com a natureza pode estar bem perto. Uma árvore pode ser fonte de aprendizado, um lugar para brincar e uma fonte inesgotável de descobertas, assim que for possível deixar as crianças brincarem livremente. A natureza está em todos os lugares e no período pós-pandemia podemos retomar o contato com ela de uma maneira diferente, aproveitando essa proximidade e todos os benefícios que ela oferece. Queremos que ela esteja presente nas escolas, nas brincadeiras e no dia a dia das pessoas para melhorar a qualidade de vida delas.

Malu Nunes, Diretora Executiva da Fundação Grupo Boticário

INSTITUTO ALANA

O Instituto Alana aposta em filmes para promover causas há mais de dez anos. A cada lançamento, jogamos luz naquilo que é mais urgente no momento. Por isso, lançar “O Começo da Vida 2: Lá Fora” agora é tão relevante. Estamos vivendo um momento que nos força a repensar nossa relação com as cidades e a importância da natureza para a nossa saúde mental, física, emocional. Quando pensamos nas crianças - que são o foco do nosso trabalho há 25 anos - essa conexão se torna ainda mais necessária. Não há futuro possível sem que esse vínculo seja forte e de muito afeto, e cabe a nós, os adultos, nutri-lo e criar condições para que ele aconteça.

Carolina Pasquali e Isabella Henriques, Diretoras Executivas do Instituto Alana

PROGRAMA DAS NAÇÕES UNIDAS PARA O MEIO AMBIENTE

Nós dependemos da natureza muito mais do que imaginamos. Claro, ela nos fornece alimentos, medicamentos, recursos e bem-estar. Mas a conexão com o verde e o vivo também tem um papel vital na saúde, no aprendizado, no desenvolvimento integral e na socialização infantil. O filme mostra de forma inspiradora e com embasamento científico que a relação criança e natureza é mutuamente benéfica. É nela que nasce o cuidado com o meio ambiente, que nos percebemos como parte da teia da vida e nos sentimos humanos.

Denise Hamú, Representante do PNUMA no Brasil

FUNDAÇÃO MARIA CECILIA SOUTO VIDIGAL

Ainda prevalece a crença de que a criança só aprende quando começa a falar ou mesmo apenas quando ingressa na escola. Mas a ciência já comprovou que a aprendizagem inicia-se muito antes disso, ainda na gestação, e o aprendizado nos primeiros anos acontece nos mais diversos contextos e espaços. A brincadeira é, sem dúvida, o melhor jeito de aprender. Por essa razão - e por todas as outras que o documentário mostra -, o contato com a natureza se torna essencial no processo de desenvolvimento das crianças. Brincar ao ar livre leva a diversos ensinamentos, que preparam a criança para uma vida adulta mais feliz e saudável - e a torna mais consciente e preparada para cuidar do planeta. Por tudo isso, e pelo cuidado com a produção e com as informações contidas no filme, que a Fundação Maria Cecilia Souto Vidigal tem muito orgulho de ser uma das apoiadoras de “O Começo da Vida 2: Lá Fora”.

Paula Perim, Diretora de Comunicação da Fundação Maria Cecilia Souto Vidigal

FUNDAÇÃO BERNARD VAN LEER

Bebês estão chegando no mundo, descobrindo a vida. A natureza é o melhor e maior laboratório de experimentação para esses pequenos cientistas. Investir em áreas públicas, abertas, que promovam movimentos, provoquem os sentidos e facilitem encontros diversos, é o caminho ideal para o desenvolvimento integral. Assim que eles descobrem o mundo, se encantam e se apaixonam. Quanto mais natureza na vida deles, melhor, e o filme nos enriquece com as evidências dessa importância na vida das nossas crianças.

Claudia de Freitas Vidigal, Representante da Fundação Bernard van Leer no Brasil

CHILDREN & NATURE NETWORK

Quando cunhei o termo “Transtorno do Déficit de Natureza” nunca imaginei que ajudaria a desencadear um movimento mundial. Este filme é prova do poder deste movimento e da necessidade urgente de proteger o laço sagrado entre crianças e a natureza.

Richard Louv, autor e co-fundador do Children & Nature Network

PROGRAMA CRIANÇA E NATUREZA

Garantir o direito das crianças ao contato direto e cotidiano com a natureza é um desafio sistêmico que demanda uma mudança de paradigma. Este filme nos conta como o confinamento da infância já era uma realidade, e vem contribuir para lembrar a sociedade de que é fundamental devolver às crianças a chance de viver uma infância livre, saudável e rica em natureza, e que essa experiência também é uma forma de cuidar do bem-estar do planeta.

Lais Fleury, Coordenadora do Programa Criança e Natureza do Instituto Alana

UNITED WAY

Um dos focos de trabalho da United Way na América Latina e Caribe é o investimento na Primeira Infância para que todas as crianças tenham as mesmas oportunidades no futuro.

Apostamos na melhoria da qualidade dos cuidados prestados, no fortalecimento e acompanhamento das famílias, bem como na sensibilização da sociedade para o fato de que a infância é primordial para a construção do amanhã. Trabalhamos para esse objetivo ao lado de importantes aliados. Desta vez, nos conectamos com Alana, Maria Farinha Filmes e Flow pelo filme “O Começo da Vida 2: Lá Fora”, um conteúdo que não só enriquece nossos programas de impacto, mas também contribui para nossa campanha de conscientização sobre a grande relevância de um ambiente saudável ao redor das crianças para um desenvolvimento adequado.

Eduardo Queiroz e Sofia Diaz

FUNDAÇÃO FEMSA

A missão da Fundação FEMSA é impactar positivamente as pessoas e suas comunidades por meio de investimento social em Sustentabilidade. Buscamos construir um futuro melhor para todos trabalhando em três áreas estratégicas: promoção da gestão eficiente dos recursos para o desenvolvimento sustentável, promoção do desenvolvimento integral na primeira infância e disseminação da arte e da cultura latino-americanas.

Nosso olhar para a primeira infância é o de permitir com que as crianças atinjam seu máximo potencial de desenvolvimento para que possam transformar as comunidades em que estão inseridas.

Em “O Começo da Vida 2: Lá Fora”, encontramos uma mensagem poderosa para a América Latina e o mundo: o contato com um ambiente harmonioso e sustentável desde o início pode ter um efeito profundamente transformador nas comunidades da região.

Lorena Guillé-Laris, Diretora da Fundação FEMSA





O COMEÇO DA **VIDA** 2 LÁ FORA

Estamos lançando o filme no momento em que o mundo vive as consequências de uma pandemia que colocou boa parte da humanidade em isolamento social. Como falar sobre o "lá fora" quando a orientação é "ficar dentro de casa"? Ao mesmo tempo sabemos que a maioria das crianças vivia em confinamento mesmo antes da pandemia, passando boa parte do seu dia entre quatro paredes, na rotina casa/escola. É com esse desafio que encaramos a complexidade de pensar um futuro mais gentil, natural e acolhedor para todos.

Foram diversos os relatos de como a natureza se regenera com o isolamento social. As águas limpas da baía da Guanabara no Rio de Janeiro, os cantos dos pássaros, a diminuição da poluição. Essas notícias nos fazem pensar: seriam as pessoas tão nocivas assim? Talvez. Não acreditamos que exista uma resposta única. Mas algumas coisas descobrimos enquanto fazíamos esse documentário e queremos compartilhar com vocês.

Nós humanos e a natureza somos parte um do outro. Somos interdependentes. Palavra grande para dizer que dependemos uns dos outros. Nessa equação, nós precisamos muito mais da natureza do que ela de nós. É verdade. Mas a interdependência nos conecta e nos transforma. Tanto aos humanos quanto tudo o que é natural.

Como somos parte da natureza, estar em contato com ela nos ajuda a estar em contato com nós mesmos. Reconhecer os ciclos da vida, as fases da lua, as relações do mundo animal, sentir os aromas das plantas. Tudo isso nos acalma e inspira.

Mas natureza não é apenas aquilo que está lá fora. A natureza de que falamos pode ser encontrada numa ampla diversidade de ambientes, construídos e não construídos, especialmente aqueles a céu aberto, compostos por elementos naturais como rochas, terra, água, plantas, insetos, pássaros e todas as formas de vida.

Estamos tratando da "natureza próxima", aquela que pode ser acessada todos os dias em casa, na escola ou no bairro: pátios, ruas, canteiros, jardins, praças e parques. E também das áreas protegidas remotas e sem interferência humana, que propiciam experiências tão abundantes quanto a natureza desses lugares.

E, como cuidamos daquilo que amamos, é preciso se apaixonar pela natureza. Regenerar, revitalizar e conservar são verbos dos quais dependem o futuro do planeta e das pessoas. "O Começo da Vida 2: Lá Fora" te convida a perceber o que as crianças nascem sabendo: a natureza que está em todos os lugares. Dentro de nós, na floresta, nos bichos grandes e pequenos, na comida que comemos, no sol que aquece nossa pele. E que precisamos urgentemente resgatar nosso vínculo com ela.

Convida também a sonhar com cidades, espaços e escolas que tragam a natureza para o cotidiano das crianças, garantindo o direito a um futuro mais sustentável, justo, além de mais amigável e favorável ao seu desenvolvimento integral.

AGRADECIMENTOS

Esse material de apoio foi produzido à muitas mãos. Contamos com a ajuda das seguintes organizações, às quais agradecemos muito:

- Instituto Alana
- Fundação Grupo Boticário
- Programa Criança e Natureza
- Programa das Nações Unidas pelo Meio Ambiente - PNUMA
- Fundação Maria Cecília Souto Vidigal
- Fundação Bernard van Leer
- Sociedade Brasileira de Pediatria







FILME E OS ODS

Você sabe o que são os [Objetivos de Desenvolvimento Sustentável](#)? São 17 Objetivos decididos por diversos países para transformar nosso mundo até 2030: acabar com a pobreza, promover a prosperidade e o bem estar para todos, proteger o meio ambiente e enfrentar as mudanças climáticas. Tudo isso sem deixar ninguém para trás.

Nós da Maria Farinha Filmes e da Flow sempre conectamos nossas produções aos ODS. É uma forma de contar para mais pessoas o que são esses objetivos e como eles podem ser colocados em prática por todas as pessoas.

No filme “O Começo da Vida 2: Lá Fora” identificamos cinco ODS:

3
SAÚDE E
BEM-ESTAR



03. SAÚDE E BEM ESTAR

Assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todas e todos, em todas as idades

10
REDUÇÃO DAS
DESIGUALDADES



10. REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES

Reduzir a desigualdade dentro dos países e entre eles

11
CIDADES E
COMUNIDADES
SUSTENTÁVEIS



11. CIDADES E COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS

Tornar as cidades e os assentamentos humanos inclusivos, seguros, resilientes e sustentáveis

13
AÇÃO CONTRA A
MUDANÇA GLOBAL
DO CLIMA



13. AÇÃO CONTRA A MUDANÇA GLOBAL CLIMÁTICA

Tomar medidas urgentes para combater a mudança climática e seus impactos

15
VIDA
TERRESTRE



15. VIDA TERRESTRE

Proteger, recuperar e promover o uso sustentável dos ecossistemas terrestres, gerir de forma sustentável as florestas, combater a desertificação, deter e reverter a degradação da terra e deter a perda de biodiversidade



ODS 18

EMPATIA

PELA VIDA



Uma iniciativa da sociedade civil para impulsionar mais um Objetivo de Desenvolvimento Sustentável começou há pouco tempo. O ODS 18 não é oficial e nem faz parte da agenda das Nações Unidas. Mas é um movimento que está crescendo.

O ODS 18 é a Empatia Ativa pela Vida, uma conexão maior com a Mãe Terra. Contém a dimensão ética e espiritual do ser humano, com sentimento de unidade, que nos conduz a superar e modificar nossa conduta e práticas a favor de um mundo mais pacífico, solidário, próspero e ambientalmente sustentável. O ODS 18 é transversal aos 17 ODS oficiais das Nações Unidas.

Nós apoiamos o ODS 18:

- **Meta 18.1:** Promover a Empatia Ativa pela Vida em âmbito Global
- **Meta 18.3:** Valorizar e empoderar as novas gerações como agentes de mudança para o desenvolvimento sustentável
- **Meta 18.2:** Valorizar a natureza como sujeito de direitos, como Mãe Terra, e os saberes ancestrais que cuidam dela.
- **Meta 18.4:** Promover os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas

Conheça esse movimento aqui: <https://pt.ods18.com/>



COMO ASSISTIR AO DOCUMENTÁRIO

O filme está disponível para exibições gratuitas através da plataforma [Videocamp](#). Pedimos que você sempre verifique quais são as orientações da localidade sobre aglomeração e distanciamento físico. Siga as orientações oficiais.

Caso você queira promover uma roda de conversa após a exibição do filme e tenha dúvidas de como fazer, o Videocamp preparou um material muito legal e que pode te ajudar. [É só acessar aqui](#).

O que fazer antes da exibição:

Assista ao filme antes da exibição. O Videocamp libera o acesso 72 horas antes, assim dá tempo de você se preparar. Pense em como o filme te tocou, quais temas te chamaram mais atenção.

Se pretende fazer uma roda de conversas ou debate após a exibição, é importante se preparar para ouvir opiniões diferentes da sua, para conduzir o bate papo de forma que ninguém se sintá excluído e que todas as opiniões possam ser ouvidas e debatidas com respeito.

A função do exibidor/mediador é o de criar um ambiente propício para a troca de ideias, não o de levar o grupo a um consenso ou a uma conclusão pronta e acabada sobre os temas discutidos. Lembre-se que o filme tem 90 minutos e que pode ficar cansativo uma discussão muito longa após a exibição.



Leia todo este material de apoio com as informações sobre o filme e os temas propostos. Isso fará com que você se sinta mais segura ou seguro para falar e pode ajudar nas conversas após a exibição. Há também a possibilidade de convidar alguém para falar sobre temas específicos como saúde, educação, planejamento urbano e conservação da natureza.

Lembre-se que esse material é apenas uma sugestão de como conduzir a exibição e o debate. Não existem regras. Você pode conduzir a atividade como achar melhor.

01. EXIBIÇÃO

Faça testes antes da exibição pública, verifique a qualidade do som, da imagem.

02. ABERTURA

Lembre de agradecer a presença de todas e todos. Explique que o filme que eles irão assistir é um documentário sobre a relação das crianças com a natureza, suas complexidades e diversidade. E que após o filme será feita uma roda de conversa, debate sobre o documentário e os temas que ele levanta.

03. APÓS

Quando o filme acabar, uma forma interessante de começar a conversa é pedir que cada pessoa presente fale UMA palavra que defina o que ela sentiu ao ver o documentário. Este exercício ajuda a quebrar o gelo e já traz diversos elementos que podem ser usados na conversa.

SUGESTÕES DE PERGUNTAS

- 1) Qual é a sua primeira memória de experiência com a natureza?
- 2) Quando você era criança podia brincar livremente? Como você se sentia?
- 3) Quais são os principais impedimentos para que as crianças tenham mais acesso à natureza e mais tempo livre para brincar onde você mora?



FAMÍLIAS E RESPONSÁVEIS





Um dos desafios, entre muitos, para os cuidadores de crianças durante a pandemia foi encontrar uma maneira de manter o contato dos pequenos e das pequenas com a natureza, com o mundo externo, e ao mesmo tempo cumprir as orientações de isolamento social. Complicado. Mas não impossível.

Há muitas formas viáveis de conexão com a natureza nesse contexto de isolamento social. Colocaremos aqui informações seguras, dicas, pesquisas de como agir nesse momento novo que estamos vivendo, além de indicações para quando pudermos circular sem restrições. O mais importante é que a criança encontre no adulto que cuida dela uma pessoa que a guie e a acompanhe no encantamento, na exploração e na conexão com o mundo natural que nos rodeia: plantas, bichos, ecossistemas, estações do ano, pessoas. Perceber que somos parte de um todo e que estamos interligados.

A natureza pode estar no dia-a-dia. Na conversa na hora do almoço sobre de onde vêm os alimentos, sobre quais nascem debaixo da terra, quais têm sementes, o tempo que levou desde que ele germinou até chegar na nossa mesa. Um vaso de flor, de erva que a criança pode ajudar a cuidar diariamente. Observar as nuvens e seus formatos. Falar sobre os dias que ficam escuro mais cedo ou nos quais o sol fica acordado até tarde. Investigar juntos os pequenos bichos que dividem a casa conosco. Conversar sobre o ar e sobre a chuva. O encantamento mora em nós e, mesmo isolados, podemos compartilhá-lo.

Se é possível dar breves passeios pela vizinhança, por que não começar uma coleção de folhas secas? Ou juntar flores para fazer uma experiência em casa? Gravetos, pedrinhas e sementes. Pequenos pedaços de natureza para nos lembrar do lá fora. Usar a tecnologia a nosso favor. Procurar filmes, documentários sobre a vida selvagem, sobre o planeta.

São muitas as possibilidades. O programa Criança e Natureza organizou em uma página muitas experiências e dicas para o [momento da pandemia](#). Vale a pena visitar e descobrir diferentes formas de se conectar com a natureza.



O uso de telas aumentou exponencialmente no período de quarentena. Muitas pesquisas mostram como esse uso excessivo pode ser nocivo para as crianças. Mas vivemos uma nova situação na qual as relações passaram a ser mediadas pela tecnologia: escola, família, amigos, lazer. O Instituto Alana realizou diversas conversas para pensar o uso criativo e saudável do ambiente digital pelas muitas infâncias. [Veja clicando aqui!](#)

**SOBRE O TEMA NO CONTEXTO COM MAIOR
FLEXIBILIZAÇÃO DE CIRCULAÇÃO**

QUAL A IMPORTÂNCIA DAS FAMÍLIAS NA CONEXÃO DAS CRIANÇAS COM A NATUREZA?

A família tem um importante papel na conexão das crianças com a natureza, afinal ela é a primeira fonte de contato dos pequenos com o mundo. As pesquisas mostram que a presença de um adulto de referência que compartilhe com a criança seu encantamento e alegria por estar ao ar livre é uma das principais influências na relação que ela terá com o mundo natural.

No caso das crianças pequenas, o foco deve ser permitir e incentivar o livre brincar, o movimento de ir além, as experiências sensoriais com a terra, as plantas e a água e o fortalecimento do papel do adulto como um companheiro de exploração e descobertas, o que ao mesmo tempo fortalece a relação e o vínculo entre cuidadores e crianças.

Já os meninos e meninas maiores estão em busca de aumentar seu raio de exploração, de curiosidade, de autonomia, de lidar com o risco percebido e de alcançar a competência ao lado de seus amigos. Nesse momento da vida dos pequenos as famílias devem priorizar as oportunidades de convívio e lazer em passeios e aventuras na natureza, preferencialmente ao lado de outros adultos e crianças. Em todas as idades a natureza aguça a curiosidade e o interesse nas crianças, pois ela é repleta de perguntas e coisas a explorar, pesquisar, aprender, conversar e compartilhar. Simultaneamente o convívio com os espaços naturais durante a infância fomenta vínculos duradouros e significativos com o mundo natural e todas as formas de vida.

Estar na natureza em família também traz muitos benefícios para o núcleo familiar: passeios frequentes como levar o cachorro para um volta ou piqueniques são atividades simples que se tornam pequenos rituais que aproxima todos; além disso, passeios ao ar livre diminuem o estresse causado nas crianças que vivem em espaços reduzidos e faz com que todos os membros da família fiquem mais relaxados, melhorando as relações familiares.

Entretanto, hoje em dia, as famílias têm enfrentado diversos desafios para priorizar as atividades ao ar livre, como o crescimento das cidades, a insegurança dos espaços públicos e a falta de áreas naturais acessíveis. Esse cenário têm levado ao confinamento das infâncias e o decorrente aumento do uso das telas.

A busca pelo equilíbrio entre o uso das tecnologias e as experiências do lado de fora não é uma tarefa fácil, mas as famílias podem sim utilizar as telas a seu favor e de forma benéfica, mediando sua utilização e acesso. Existem diversos conteúdos, filmes e documentários que podem aproximar as crianças e as famílias do mundo natural.

Lembre-se que estar próximo da natureza não significa ir para longe. Permita e incentive que as crianças encontrem e vivenciem a natureza que está próxima de seu dia a dia, brincando ao ar livre sempre que possível!

COMO INCLUIR A NATUREZA NA VIDA DAS CRIANÇAS E DAS FAMÍLIAS?

Podem parecer difícil no começo, mas há muitas coisas que podemos fazer para incluir mais natureza na vida das crianças e das famílias e o que é melhor: não custa caro! Abaixo trazemos algumas sugestões para que pais, mães e responsáveis incorporem o brincar e a natureza na rotina dos pequeninos:

- 1** Reserve algum tempo durante a rotina semanal para que a criança possa **brincar ao lado de fora com liberdade e autonomia**. Lembre que não é preciso procurar lugares distantes ou perfeitos - a natureza próxima, aquela que é acessível, é o suficiente: um passeio na rua, o pátio do prédio, a praça mais próxima. Sempre que possível inclua outras crianças e adolescentes nesses momentos, pois vai enriquecer muito a experiência. Você pode usar o [GPS da Natureza](#) para encontrar esses locais e dicas de atividades para fazer do lado de fora.
- 2** Realize os **deslocamentos rotineiros da criança e da família a pé**, sempre que possível. Dê preferência ao transporte público. Andar a pé ou usar transporte público trazem inúmeros benefícios como atividade física, conexão com os territórios, senso de pertencimento e vínculos afetivos. Mais informações no [infográfico sobre o uso da bicicleta](#) para uma infância saudável.
- 3** Se a praça ou o parque mais próximo da sua casa está abandonado, mal cuidado e pouco atraente para o uso, envolva-se com a sua revitalização com a ajuda da vizinhança ou da prefeitura. Procure saber se há outras famílias interessadas em promover a limpeza e a renovação dessa área pública. Há muitos movimentos e coletivos que mostram que é possível **transformar e revitalizar espaços públicos** que se tornam o ponto de encontro de toda comunidade ao seu redor. Mais informação sobre isso no [Manual Como Ser Um Boa Praça](#).



COMO INCLUIR A NATUREZA NA VIDA DAS CRIANÇAS E DAS FAMÍLIAS?

4

Convide outras famílias ou crianças para passarem tempo ao ar livre em atividades de lazer. A ideia é encontrar companhia para caminhar, brincar, andar de bicicleta, cuidar de parques e praças, observar aves, fazer um piquenique, ou ainda organizar ruas de lazer temporárias no seu bairro. Em São Paulo, por exemplo, já existem diversas ruas de lazer, [confira!](#) Para conhecer mais sobre essa experiência, [clique aqui](#). Para mais dicas sobre grupos de famílias na natureza clique [aqui](#) e [aqui!](#)

5

Nas **férias em família**, dê preferência para visitas a áreas naturais como parques nacionais e estaduais. Lembre que as férias podem ser ótimas oportunidades para as crianças que vivem em centros urbanos vivenciarem experiências com a natureza preservada e livre de interferências humanas (trilhas, cachoeiras, cavernas). Passar alguns dias na praia ou acampar por uma ou duas noites também são experiências que vão ficar para sempre na memória das crianças! Para dicas sobre como acampar com crianças, acesse o [Guia Acampando com crianças!](#)

LEMBRE-SE

É possível explorar os elementos da natureza em qualquer lugar, até mesmo se não tiver praças e parques próximos. Um exemplo disso, é estimular que as crianças explorem os elementos naturais que tem por perto ou dentro de sua casa, seja no quintal, no céu, nas árvores, nos vasos de plantas, hortas e através das janelas. Utilize-se também de livros, filmes, documentários e desenhos que falem sobre natureza além de estimular o brincar livre, incorporando diversos recursos naturais nas brincadeiras, como gravetos, folhas, flores, sementes, pedras (veja opções de brincadeiras [aqui](#)).

QUAIS BRINCADEIRAS PODEM APROXIMAR A NATUREZA DAS CRIANÇAS?

Incorporar a natureza no cotidiano das famílias e das crianças, especialmente por meio do brincar, pode trazer inúmeros benefícios para a saúde e para o desenvolvimento integral dos pequenos. Existem muitas atividades e brincadeiras que podem aproximar meninos e meninas da natureza. Abaixo citamos alguns exemplos das brincadeiras mais populares:

01. COMIDINHA

Uma das brincadeiras mais comuns e adoradas pelas crianças: utilizar com criatividade os elementos ao seu redor e brincar de cozinhar, fazendo comidinhas com ingredientes encontrados na natureza, como flor, lama, grama, folhas e sementes.

02. CULTIVAR PLANTAS

Não precisa ser uma grande horta ou muitos vasos, basta algumas sementes de feijão ou um vasinho de suculenta para despertar na criança a imensa alegria que é cultivar uma planta. Veja mais informações sobre como proporcionar experiências ricas e significativas com as hortas no quadro abaixo!

03. DESAFIOS

Olhe bem para seu quintal, para a pracinha ou para o parquinho do prédio e tente identificar pedras, tocos, uma árvore... Esses elementos podem virar brinquedos que desafiam os limites físicos das crianças. Saltar de uma pedra para outra, se pendurar numa corda amarrada na árvore, balançar em um pneu velho amarrado a um galho ou seguir um circuito de obstáculos com tijolos pode ser bem divertido e super saudável

04. BRINCAR COM ÁGUA

As crianças amam a água e se sentem naturalmente atraídas por ela. Tomar um banho de chuva, pular na poça d'água, brincar numa bacia, misturar com terra, brincar de sujar e de limpar. Lembre-se de deixar à disposição potinhos, garrafinhas e outros materiais que sirvam de recipiente.

05. CONSTRUIR UMA CABANA

Meninos e meninas adoram construir suas próprias casas na natureza. Pode ser numa praça, parque ou quintal e não é preciso ter materiais muito sofisticados, basta permitir que as crianças encontrem seu lugar especial e brinquem de torná-lo esconderijo ou refúgio.

06. ESCORREGAR DE PAPELÃO

Basta um barranco de grama e um pedaço de papelão e as crianças são capazes de passar horas brincando de subir e descer escorregando!





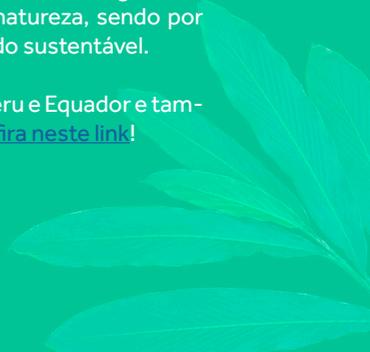
NATUREZA, HORTAS E INFÂNCIA

Uma importante forma de aproximar as crianças da natureza está no processo de plantar, cultivar e colher. Nessa experiência, as crianças criam vínculos com a natureza e com as plantas através do cuidado, da atenção, do amor, da vida e da alimentação.

Contudo, é preciso dar espaço para as crianças e deixar que elas sejam mais ativas nesse processo de cultivo, fazendo com que desenvolvam maior autonomia e liderem seus próprios caminhos para encontrar-se consigo mesmas e com o mundo natural.

Um bom exemplo de como o cultivo pode proporcionar engajamento e afeto é o projeto TiNis - Terra das Crianças, inspirado no trabalho desenvolvido pelo empreendedor social Joaquim Leguía, diretor da Asociación para la Niñez y su Ambiente – ANIA, no Peru. A ideia é dar a cada criança um pequeno pedaço de terra para que ela possa criar vida e promover a biodiversidade, gerando bem-estar para si mesma, para outras pessoas e para a natureza, sendo por isso reconhecida como agente de mudanças para um mundo sustentável.

Esta ação foi incorporada pelo Ministério da Educação do Peru e Equador e também está sendo implantada no Brasil! Para saber mais, [confira neste link!](#)





SAIBA MAIS



MATERIAIS

- [Brincar de cientista: morte e vida no quintal](#) | Conexão Planeta
- [Tese "Mediação dos Pais na Relação Criança-Natureza"](#) | Patrícia Maria Schubert Peres
- [Como agir no mundo real e online](#) | Conexão Planeta
- [Sobre natureza, telas e crianças](#) | Conexão Planeta
- [O maravilhoso e livre mundo offline](#) | Conexão Planeta

VÍDEOS

- Vídeo "[Por Que Toda Criança Precisa de Uma Comunidade?](#)"
- Vídeo "[A Importância dos Pais Estarem Presentes no Cotidiano da Criança](#)"
- Vídeo "[Como os Pais Podem Desenvolver a Confiança de Seus Filhos](#)"
- Vídeo "[A Natureza Como Espaço de Acolhimento](#)"
- Vídeo "[Benefícios de Uma Infância Rica em Natureza](#)"
- Vídeo "[Imersão na Natureza, em Família](#)"

SITES

- [A Taba](#)
- [Cria para o Mundo](#)
- [Family Talks](#)
- [Instituto Nossa Aldeia](#)
- [IPA Brasil](#)
- [Luderê Afro Lúdico](#)
- [Mamatraca](#)
- [Movimento Raizes](#)
- [Na floresta](#)
- [Papo de Mãe](#)
- [Voador](#)





O COMEÇO DA VIDA 2 LÁ FORA

PRODUÇÃO



PATROCÍNIO



DISTRIBUIÇÃO



APOIO INSTITUCIONAL



O COMEÇO DA VIDA 2 LÁ FORA

REDE DE IMPACTO

A Taba
Acupuntura Urbana
Agenda Pública
Aldeia Jaboticaba
Alexandre Coimbra Amaral
ANDI - Comunicação e Direitos
Ashoka
Asociación para la Niñez y su Ambiente - ANIA
Assembleia Legislativa de São Paulo: Frente Parlamentar ODS + Frente Parlamentar Primeira Infância + Frente Parlamentar Ambiental
Associação Mucury Cultural
Avante - Educação e Mobilização Social
Be The Earth
Bike anjo
Brincar na Praça
Caminhos da Psicanálise
Carretel Cultural
CENPEC Educação
Centro Integrado de Educação de Jovens e Adultos - CIEJA Campo Limpo
Cidade Ativa
Cidadeapé – Associação pela Mobilidade a Pé em São Paulo
Ciranda de Filmes
Coalizão Pró-UCs
Colectivo Primera Infancia
Colégio Paulo Freire
Como Anda
Comunidade Educativa CEDAC

Conversa de Quintal
Corrida Amiga
Cria para o Mundo
Daniel Becker
Diário da mãe da Alice - Mariana Rosa
Editora Matrescência
EducaMídia - Instituto Palavra Aberta
Educando Tudo Muda
Enseña Perú
Escola de Gente
Escola Nossa Senhora do Carmo
Escola Pluricultural Odé Kayodé - Espaço Cultural Vila Esperança
Estratégia ODS
Famílias Pelo Clima
Family Talks
Frente Nacional de Prefeitos - FNP
Fundação Lemann
Fundação SOS Mata Atlântica
Fundación Cinépolis
Fundación Colombiana del Corazón
Fundación Colunga
Fundación Cosmos
Fundación Ecotopia
Fundación Mi Parque
Fundación Patio Vivo
Gaia+
GIFE
Grupo Cataratas
Huertos Milpazul

O COMEÇO DA VIDA 2 LÁ FORA

REDE DE IMPACTO

Instituto da Infância - IFAN
Instituto de Arte Tear
Instituto Desiderata
Instituto Dimicuida
Instituto Elos
Instituto Federal do Paraná - Campus Jacarezinho
Instituto Iguá
Instituto Jane Goodall Argentina
Instituto Nossa Aldeia
Instituto Rodrigo Mendes - IRM
Instituto Romã
Instituto Socioambiental - ISA
IPA Brasil
IPÊ - Instituto de Pesquisas Ecológicas
IUCN - União Internacional para a Conservação da Natureza
Jane Goodall's Roots & Shoots Argentina
Lima Cómo Vamos
Luderê Afro Lúdico
Mamatraca
Movimento Boa Praça
Movimento Nossa BH
Movimento Raízes
Mútua Criativa
Na floresta
Nature For All
Navegando nas Artes
Ocupa Tu Calle

Oli Saúde
OpEPA
Outward Bound Brasil
Papo de Mãe
Parents For Future
Parque Escola - Educação Infantil
Parquetur
Plant for the Planet
Prefeitura de Jundiá
Rabiola - Casa Escola de Arte e Sensibilização
Reconnecta
Rede Nacional Primeira Infância - RNPI
Rethinking Childhood
Sampapé
Secretaria Municipal de Educação de Novo Hamburgo (RS)
Semeia
Semente Cinematográfica
Ser Criança é Natural
SESC - Serviço Social do Comércio
Sociedade Brasileira de Pediatria - SBP
Turma do Jiló
Undime - União dos Dirigentes Municipais de Educação
União de Ciclistas do Brasil - UCB
UNICEF
Voador
Wongtschowski & Zanotta Advogados
WWF Brasil