

# EcoArraial 2008 A MUDANÇA COMEÇA EM CASA

*Dicas e técnicas para gastar menos em casa, sem perder a criatividade e a qualidade de vida, e ainda contribuir para a preservação dos recursos do planeta.*

## 9h às 9h45 \*Café da manhã comunitário\*

Venha tomar café e comer um bolo com a gente antes do início da programação (grátis pra quem chegar antes das 9h45). E aproveite: Marcelo Brito estará tirando fotos de todos os presentes para compor um painel que será montado na Vivência da Primavera, em outubro.

## 10h \*Sem arroz, sem feijão, mas com muita imaginação\*

com Roseane Debatin, médica homeopata, acupunturista e ortomolecular, professora da ABACO. *Os gêneros de primeira necessidade estão sumindo ou encarecendo no mundo inteiro. Que tal aprender a usar alimentos alternativos que podem fazer bem a sua saúde e ao seu bolso? E mais: conheça a “dúzia inútil”, doze produtos de má qualidade que só fazem você gastar dinheiro e perder a saúde.*

## 10h \*Oficina de Bambu\*

com o designer Thiago de Paula (Parte I)  
*Aprenda a fazer peças utilitárias com bambu, um material de incrível resistência e versatilidade.*

## 12h \*O que fazer com o lixo eletrônico?\*

com Ronald Alpizar, supervisor da Rede do CDI Comitê para Democratização da Informática. *O que fazer com o computador que você não usa mais, ou com a impressora que estragou, ou com o cartucho vazio de tinta? Aprenda a gastar menos e a dar uma destinação útil a esses artigos sem poluir o meio ambiente.*

## 12h30 às 14h Intervalo para almoço

## 14h \*Em grupo é mais barato\*

com Marcelo Brito, educador multimídia e gestor de projetos cooperativos. *Atividade prática para descobrir como organizar grupos de compras ecooperativas informais. Como identificar o que vale a pena comprar de forma compartilhada.*

## 14h \*Oficina de Bambu\*

com o designer Thiago de Paula (Parte II).

## 15h \*Plano de emergência para desemprego e queda de receita\*

com Fernando Fernandes, jornalista e profissional de RH. *Na crise financeira, a maioria das pessoas entra em pânico e toma decisões de má qualidade, cortando despesas erradas ou acumulando dívidas. Neste exercício em grupo, você aprenderá a usar na prática algumas técnicas de tomada de decisão que podem ser muito úteis em momentos difíceis.*

## 15h \*Oficina de Retalhos\*

com Hilsete Ribeiro e Geórgia Gomes.  
*Aprenda a aproveitar retalhos de pano de forma simples e criativa com duas experientes artesãs.*

## 16h30 \*O jogo das motivações do consumo\*

com Angela Schnoor, psicóloga clínica, desenvolvedora da técnica da Terapia do Acolher. *Você é um gastador compulsivo? Neste jogo, você vai identificar seus padrões de consumo e tentar reconhecer algumas das motivações que fazem a conta de seu cartão de crédito explodir no final do mês.*

Local: **CFA** Casa de Francisco de Assis Rua Alice, 308 Laranjeiras  
Sábado, **19 de julho** das **9h às 18h**.

Entrada: um quilo de alimento não perecível ou R\$ 3,00