

Ministério da Cultura e Instituto Cultural Vale apresentam



A Alegria do Circo nos Trilhos do Trem

RECICLAR É REINVENTAR

**A MAGIA DO CIRCO
E A ARTE DE TRANSFORMAR!**

Aprenda a fazer seus próprios MALABARES CIRCENSES!

CORAGEM
Edições





**Lei de
Incentivo
à Cultura**
Lei Rouanet

PATROCÍNIO



**INSTITUTO
CULTURAL
VALE**

REALIZAÇÃO



**MINISTÉRIO DA
CULTURA**

GOVERNO FEDERAL



UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

www.ocircotanarua.com.br
[@ocircotanarua](https://www.instagram.com/ocircotanarua)



ELABORAÇÃO

COORDENAÇÃO GERAL

Donny Dos Santos

PRODUÇÃO

Donny Dos Santos

Fernanda Gomes

TEXTOS

Fernanda Gomes

Gabriela Campos

PROJETO GRÁFICO E ILUSTRAÇÕES

@marcos.caldas

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Ficha catalográfica elaborada pelo Bibliotecário
Maurício José Moraes Costa CRB 13-833

C198r

Campos, Gabriela Pinheiro Gomes Chung.

Reciclar é reinventar : a magia do circo e a arte de transformar [e-book] / Gabriela Pinheiro Gomes Chung Campos, Fernanda Gomes da Costa e Donny Wallesson dos Santos. – São Luis: Coragem Edições ; O Circo tá na Rua, 2024.

12 p. : il. color.

Modo de acesso: World Wide Web
ISBN: 978-65-01-01982-6

E-book do projeto de sustentabilidade do Coletivo O Circo Tá na Rua, com patrocínio do Instituto Cultural Vale por meio da Lei Federal de Incentivo à Cultura.

1. Reciclagem. 2. Sustentabilidade – arte. 3. Arte circense. 4. Coletivo O Circo Tá na Rua. I. Costa, Fernanda Gomes da. 2. Santos, Donny Wallesson dos. III. Título.

CDD: 628.4458
CDU: 791.83:504.05(812.1)

RECICLAR É REINVENTAR

A MAGIA DO CIRCO E A ARTE DE TRANSFORMAR!

No palco colorido da vida, cada um de nós é artista e espectador.

Assim como o circo nos encanta com sua magia e alegria, a reciclagem nos convida a uma ação diária de cuidado e criatividade. Imagine que cada garrafa plástica, cada papel esquecido, é como um malabarista esperando para brilhar. Com um toque de imaginação, transformamos o que seria descartado em novos tesouros, em malabares que dançam ao sopro da nossa vontade.

A reciclagem é mais do que um ato, é uma arte. É o respeito pelo nosso planeta. É a consciência de que cada objeto tem seu papel no espetáculo da sustentabilidade.

E o Circo? Ah, o circo é o lugar onde o impossível se torna possível. Onde aprendemos que, com equilíbrio e persistência, podemos girar o mundo em nossos dedos. Onde cada sorriso é um convite para celebrar a vida e suas infinitas possibilidades.

Então, venha! Junte-se à Caravana O Circo Tá na Rua e descubra como, juntos, podemos criar um espetáculo de cores e cuidados, onde cada um de nós é protagonista na arte de reciclar e reinventar o amanhã.



APRESENTAÇÃO

Olá! Tudo bem com você? Vamos conhecer um pouco do universo circense? Que tal aprendermos juntos a criar nossos próprios malabares?

Nesta cartilha vamos confeccionar alguns dos principais malabares circenses, como bolinhas, claves e pernas de lata, para que você possa praticar em qualquer lugar e aprender as diversas modalidades do circo!

Este material compõe o projeto de sustentabilidade do **Coletivo O Circo Tá na Rua**, com patrocínio do **Instituto Cultural Vale** por meio da **Lei Federal de Incentivo à Cultura** e tem como objetivo democratizar o acesso à arte circense!

A “**Caravana O Circo Tá na Rua**” passará por diversas cidades, levando atividades circenses gratuitas para praças e espaços públicos/comunitários. Realizar a circulação dessas atividades facilita o livre acesso à cultura, promove a regionalização da produção cultural e artística brasileira, e valoriza os recursos humanos e conteúdos locais.

Vem com a gente construir espaços de troca e multiplicação celebrando a arte circense, engajando comunidades, resgatando tradições e incentivando a participação cultural em várias localidades do Maranhão!



VIVA
A ARTE
CIRCENSE!

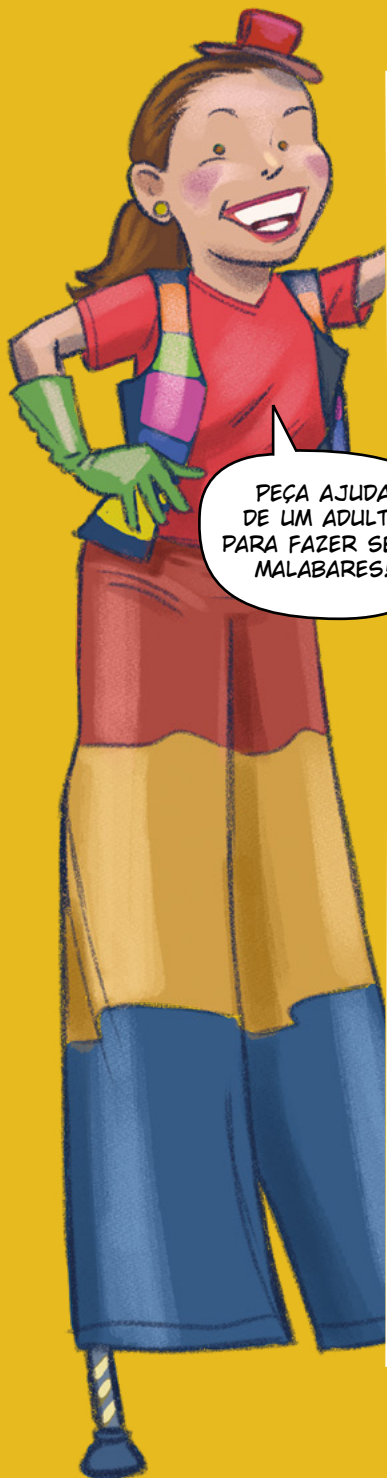
O QUE SÃO MALABARES??

Malabarismo é uma das modalidades que compõem o universo das artes circenses. Pode ser definido como uma técnica em que se manipula objetos, em contato permanente ou não, de diferentes tamanhos, pesos, formas e quantidades, com o objetivo de manter esses objetos em movimento, através de lançamentos e recepções, giros e balanços. Esses objetos são chamados de malabares e têm uma longa tradição no circo, sendo uma das formas mais antigas de entretenimento.

Existem diversos tipos de malabares, incluindo bolinhas, claves, argolas, diabolôs entre outros. Cada um oferece um desafio e permite uma variedade de movimentos e estilos.

A prática dos malabares exige e desenvolve habilidades de atenção e concentração. É uma atividade que estimula o cérebro e melhora a coordenação motora, raciocínio e agilidade.





PEÇA AJUDA
DE UM ADULTO
PARA FAZER SEUS
MALABARES!



TENHA CUIDADO!

DICAS E PRÁTICAS PARA PREVENIR ACIDENTES

ATENÇÃO NO TRABALHO

Mantenha o foco nas atividades que está realizando para evitar erros que possam levar a acidentes;

EVITE RISCOS DESNECESSÁRIOS

Não se exponha a riscos sem necessidade;

MANTENHA O LOCAL LIMPO E ORGANIZADO

Um ambiente de trabalho desorganizado pode ser um fator de risco;

USO DE EPIS

Utilize equipamentos de proteção individual adequados, sempre que for necessário;

CUIDE DE SI E DO OUTRO

Esteja atento não apenas à sua segurança, mas também à dos seus colegas!

QUE TAL FAZER ESSES MALABARES??

BOLINHAS
CLAVES
PÉS DE LATA



COMO FAZER BOLINHAS DE MALABARISMO

MATERIAIS NECESSÁRIOS



Meias usadas
(1 par por bolinha)



Sacola plástica (1 por bolinha)



Areia

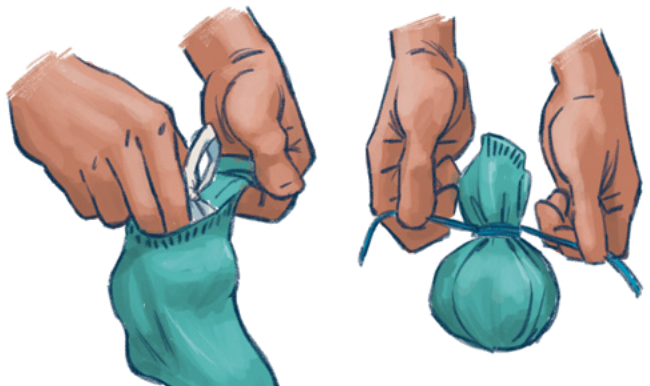


Fio ou linha
Tesoura sem ponta
Copo medidor

PREPARE O MIOLO. Use o copo para medir a quantidade de areia igual para cada bolinha. O ideal é que a bolinha caiba confortavelmente na mão. Coloque a areia dentro da sacola plástica e feche bem para evitar vazamentos.

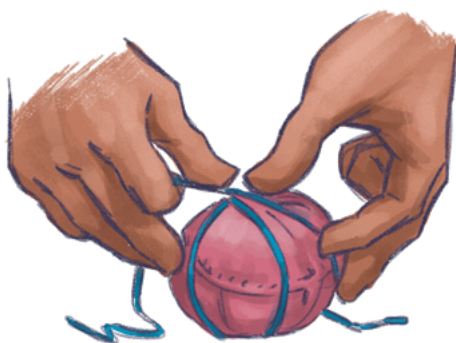
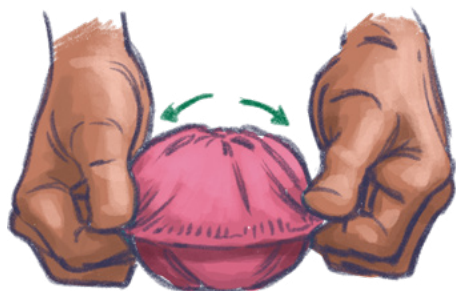
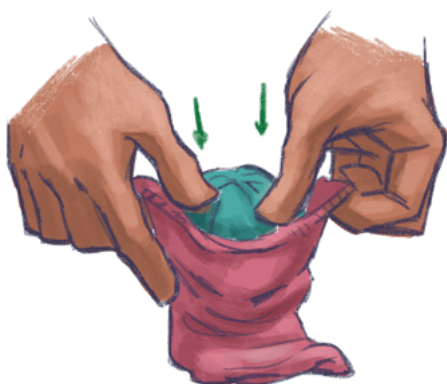
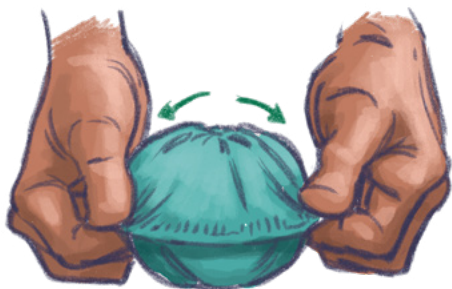


FORME A BOLINHA. Insira a sacola com areia dentro de uma das meias. Modele a areia para formar uma bola compacta. Use o fio ou linha para amarrar a meia logo acima da bolinha de areia, garantindo que a areia fique segura e não se mova.



REFORCE AS BOLAS DE MEIA.

Envolva a parte de baixo da bola de meia, com o que ficou sobrando. Coloque essa bola na outra meia e repita o processo.



FINALIZE. Dê duas voltas com o fio ou linha gorssa, amarre e corte os excessos. Sua bolinha de malabares reciclada está pronta para ser usada! Faça quantas e de diversas cores!



COMO FAZER CLAVES DE MALABARISMO

MATERIAIS NECESSÁRIOS



3 garrafas pet de 1 litro.



3 pedaços de cabo de vassoura medindo 45 cm.



3 Parafusos para madeira (4x4mm).



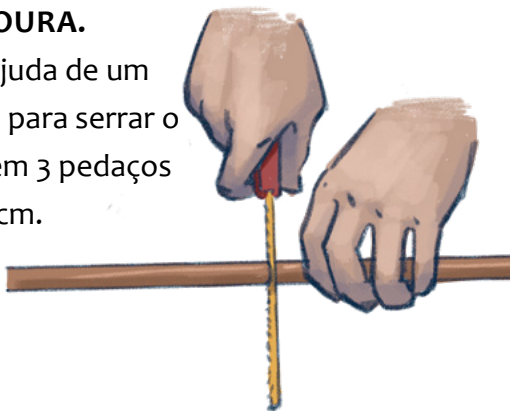
Fita isolante preta ou coloridas.

PREPARE AS GARRAFAS PET. Após higienizar e retirar rótulos, serre a parte da rosca.



SERRE O CABO DE VASSOURA.

Peça ajuda de um adulto para serrar o cabo em 3 pedaços de 45 cm.



SERÁ
PRECISO USAR
FERRAMENTAS COMO
SERRA, CHAVE DE
FENDA... SE VOCÊ FOR
CRIANÇA, CHAME UM
ADULTO PARA
AJUDAR!



MONTANDO A CLAVE.

Insira o cabo de 45 cm na garrafa. Prenda a extremidade do cabo no fundo da garrafa usando um parafuso. Utilize a fita isolante para o arremate final, entre o cabo e a boca da garrafa.



DECORE SUA CLAVE. Após a montagem, utilize as fitas coloridas para decorar. Deixe a imaginação fluir e use a sua criatividade!



FINALIZE. Agora que terminou a decoração, é hora de treinar! Teste suas chaves e, caso seja necessário, reforce com fita isolante!



COMO FAZER PÉS DE LATA

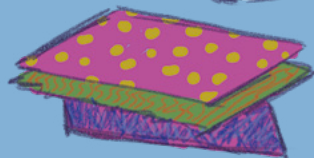
MATERIAIS NECESSÁRIOS



2 Latas de leite.



Barbante.



Retalho de tecido ou tinta,
1 tubo de cola branca ou de
isopor.

PREPARE AS LATAS.

Utilize a chave phillips e o martelo para fazer dois furos no fundo da lata (um em cada lado, deixando espaço suficiente para colocar os pés). Verifique se não há nenhuma ponta nos furos que possa machucar.



PRENDA O BARBANTE. Atravesse o barbante pelos furinhos e amarre as pontas na parte de dentro da lata.



DECORE AS LATAS. Solte a criatividade: com tecido, recortes, E.V.A ou tinta, o material que for mais acessível pra você!



SERÁ
PRECISO USAR
FERRAMENTAS COMO
MARTELO, CHAVE
PHILIPS OU PREGO...
SE VOCÊ FOR CRIANÇA,
CHAME UM ADULTO
PARA AJUDAR!



FINALIZE. Coloque a tampa e prontinho: a perna de lata já está pronta pra você usar! Agora que você fez, convide sua família para brincar com você.

DIVIRTA-SE!!



AGRADECIMENTOS

Neste circo de sonhos que é a vida,
cada gesto de ajuda é uma estrela a brilhar.
A cada um que nos acompanha neste projeto,
nossos agradecimentos queremos expressar.

Às cidades do Maranhão e Pará, que nos acolheram,
um salve caloroso, repleto de gratidão.
Vocês são o palco onde nossa arte floresce,
e juntos, fortalecemos essa jornada de união!

Aos que com malabares dançam,
e aos que nos bastidores fazem tudo acontecer,
vocês são verdadeiros ARTISTAS,
que com paixão, fazem o circo viver.

Aos nossos parceiros, que acreditam na reciclagem,
transformando o velho em novo com habilidade,
vocês mostram que cada ato consciente,
é um passo rumo à sustentabilidade.

E a você que agora segura esta cartilha,
muito obrigado por embarcar nesta aventura.
Que essas páginas tragam inspiração,
e que sua criatividade não tenha censura.

Por fim, mas não menos importante,
agradecemos ao universo, que nos permitiu sonhar.
Que a Caravana “O Circo Tá na Rua“ continue,
levando arte e esperança por onde passar!



CARAVANA CIRCO NA RUA

A Alegria do Circo nos Trilhos do Trem





**Lei de
Incentivo
à Cultura**
Lei Rouanet

PATROCÍNIO



**INSTITUTO
CULTURAL
VALE**

REALIZAÇÃO



MINISTÉRIO DA
CULTURA



www.ocircotanmarua.com.br

@ocircotanmarua