

COpA - Centro Odivelense para Alimentação

Proposta de uma cozinha comunitária como meio de
integração social na vertente Sul de Odivelas

Marcela Melo da Silva Andrade
Licenciada

Orientação Científica:
Professora Doutora: Bárbara Massapina
Professor Doutor: José Luís Crespo

Júri:
Presidente Doutor Arquitecto: Jorge Nunes
Vogal Doutor: Paulo Almeida

Documento Definitivo
Lisboa, FA.Ulisboa, setembro de 2020

COpA - Centro Odivelense para Alimentação

Proposta de uma cozinha comunitária como meio de
integração social na vertente Sul de Odivelas

Marcela Melo da Silva Andrade
Licenciada

Orientação Científica:
Professora Doutora: Bárbara Massapina
Professor Doutor: José Luís Crespo

Júri:
Presidente Doutor Arquitecto: Jorge Nunes
Vogal Doutor: Paulo Almeida

Agradecimentos

Agradeço primeiramente a Deus por ter me capacitado a chegar até aqui, por toda Sua sabedoria, direcionamento e discernimento.

À minha família; meu irmão Leonardo, minha mãe Patrícia e meu pai Marco. Primeiramente, pela oportunidade de estudar arquitetura e também, pelo apoio incondicional, incentivo e presença durante toda a minha jornada acadêmica e profissional. Obrigada pela paciência, compreensão e principalmente pelo amor que sempre me dão. Sou muito grata por tudo o que me ensinaram, em especial, sobre excelência e perseverança.

Aos meus avós maternos e paternos: Nericinor e Silvia; Ezilda e Renato; aos meus padrinhos Cecília e Prosperino; e meu primo Guilherme e Savana por toda contribuição, curiosidade e encorajamento, que me motivaram ao longo dos meus estudos.

Aos meus orientadores por toda experiência compartilhada, pelos ensinamentos, disponibilidade e direcionamento transmitidos nesses meses de Trabalho Final de Mestrado. Obrigada por todo o processo de orientação, exemplar e pela força, que me proporcionaram grande aprendizado e ainda maior interesse pela profissão.

Ao meu namorado David, pela parceria, acompanhamento, convívio e trocas durante a investigação acerca do tema, e da criação de conteúdo para esse projeto. Também, por sua presença e seu afeto, mesmo à distância.

Aos meus professores, amigos e colegas da Universidade de Lund, Suécia, com quem ampliei e modifiquei minha visão sobre arquitetura, design e especialmente novos meios, métodos e abordagens para explorá-los. Nunca aprendi tanto em tão pouco tempo.

Às minhas amigas da FAUL, Carolina e Patrícia, que me acompanharam durante o mestrado. Obrigada pela convivência, ideias, colaboração e por todas as conversas e momentos de distração que tivemos.

Aos meus amigos da Faumília (FAU) Fefe, Felob e Gui; com quem descobri e desenvolvi, em conjunto, o amor pela arquitetura e suas multidisciplinaridades.

Obrigada por nossa relação, sinergia, companheirismo e acessoria, da universidade para todas as áreas da vida.

Aos meus amigos do “Auê” (FAU), em especial Gabriela, presente desde os tempos de estudo no Brasil, pela amizade, convivência e ajuda; com quem partilhei muitos projetos, noites viradas e momentos especiais.

Ao Atelier Aires Mateus, pela proficiência, elegância e poética em fazer arquitetura, e pelos ensinamentos dos meus colegas, transmitidos no decorrer dos meses de estágio.

A todos vocês o meu sincero obrigada!

Resumo

Com a análise da Vertente Sul de Odivelas entende-se a necessidade de potencializar as suas áreas urbanas fragmentadas. Com a oportunidade existente do Parque Rio da Costa é possível gerar uma continuidade da área verde no bairro constituindo a proposta de intervenção urbana dos Corredores Verdes.

O projeto arquitetônico proposto, é inserido nesta proposta urbana, onde se procura uma consolidação do bairro multicultural, sem que este perca sua característica identitária das hortas familiares de subsistência.

Para o desenvolvimento deste trabalho é explorado o papel ambiental e social da produção alimentar na cidade e da comensalidade nos indivíduos até os tempos atuais. Pretende-se estabelecer mais espaços qualificados e polivalentes para a agricultura familiar e criar um centro comunitário em apoio a essa prática e promoção da integração da vizinhança em torno da cozinha e da mesa.

Palavras chave: Integração, Comunidade, Hortas Urbanas, Multiculturalidade, Centro Comunitário, Comensalidade.

Abstract

The analysis of the Southern Area of Odivelas neighbourhood, the need of potencializing its fragmented urban areas is clear. Through the existing Rio da Costa Park it is possible to create a continuity of the green area inside the neighbourhood which constitutes in the urban proposal called Green Corridors.

The architecture project is inserted in this urban proposal, where the search for establishment of the multicultural neighbourhood, keeping its identity such as the familiar vegetable gardens.

For the development of this work, the environmental and social role of food production in the city and of commensality in the community is explored, during history. It is intended to establish more generous spaces for agriculture and to create a community center in support of this practice and promoting the integration of the neighborhood around the kitchen and table.

Key-words: Integration, Community, Vegetable Gardens, Multiculturality, Community Center, Comensality.

Índice

Agradecimentos	III
Resumo	V
<i>Abstract</i>	VII
Índice Geral	IX
Índice de Figuras	XIII
Lista de Abreviaturas	XXIII
1 - Introdução	01
1.1. Enquadramento	02
1.2. Objetivos	04
1.3. Metodologia	04
1.4. Estrutura do PFM	06
2 - A Cidade e a Alimentação	07
2.1. A Cidade	09
2.2. O Sistema Alimentar	10
2.3. A Produção Agrícola na Cidade	11
2.4. A Alimentação na Cidade	15
3 - O Indivíduo e a Comensalidade	19
3.1. O Indivíduo	20
3.2. A Comunidade	22
3.3. A Comida	24
3.4. A Comensalidade	26
4 - O Território de Odivelas	29
4.1. Caracterização Geral do Município	30
4.2. Histórico de Odivelas	32

4.3. Condição de Subúrbio	34	6.3.6. A Sala de Refeições	89
4.4. Vertente Sul de Odivelas	30	6.3.7. O Auditório	90
4.5. Multiculturalidade	37	6.3.8. O Centro de Formação	91
4.6. A tradição das hortas	41	6.3.9. O Depósito	92
4.6.1. Parques Urbanos com Áreas de Hortas Incluídas	44	6.3.9.1. Compostagem	92
4.6.1.1. Parque Urbano da Quinta da Granja	45	6.3.10. A Sala Multiuso	94
4.6.1.2. Parque Hortícola do Vale de Chelas	46	6.3.11. A Casa de Apoio	94
5 - Projetos de Referência	47	6.3.12. As Estufas	94
5.1. Nest We Grow	48	7 - Considerações Finais	95
5.2. Noma 2.0	50	Bibliografia	97
5.3. Green House as a Home	52	Anexos	103
5.4. Cozinha Comunitária das Terras da Costa	53		
5.5. Reabilitação do Castelo dos Mouros	55		
6 - A Intervenção	57		
6.1. Os Corredores Verdes	58		
6.2. Os Corredores Verdes em Odivelas	61		
6.2.1. As Hortas Comunitárias	65		
6.2.2. As Bacias de Retenção	69		
6.3. COpA - Centro Odivelense para Alimentação	73		
6.3.1. O Programa	79		
6.3.2. A Implantação	80		
6.3.3. Os Volumes	82		
6.3.4. A Materialidade	84		
6.3.5. A Cozinha	88		

Índice de Figuras

Nota: Imagens que não apresentam fonte foram tiradas ou criadas pela autora.

Fig.1 - O planeta como um organismo vivo, cada elemento da biosfera do planeta é um recurso constantemente renovado. **8**

Fonte: Gumuchdjian e Rogers, 1995, p. 28.

Fig. 2 - Cidades como metabolismo linear consomem e poluem em alto grau. **9**

Fonte: Gumuchdjian e Rogers, 1995, p. 30.

Fig. 3 - Cidades como metabolismo circular minimizam novas entradas de energia e maximizam a reciclagem. **9**

Fonte: Gumuchdjian e Rogers, 1995, p. 30.

Fig. 4 - Poster da campanha britânica incentivando a produção agrícola para todos como forma de melhor alimentar a população durante a guerra. **12**

Fonte: <https://dig-for-victory.org.uk/> acessado em 15 de novembro de 2019.

Fig. 5 - Exemplo de poster da campanha britânica em que os espaços verdes públicos e jardins privados se tornaram hortas urbanas. **12**

Fonte: <http://www.arquiteturapaisagista.utad.pt/paper004/> acessado em 4 de março de 2020.

Fig. 6 - O modelo concêntrico de Cidade Jardim proposto por Ebenezer Howard. **13**

Fonte: <https://www.vitruvius.com.br/revistas/read/arquitextos/04.042/637> acessado em 15 de junho de 2020.

Fig. 7 - Maquete da Broadacre City, realizada por Frank Lloyd Wright e seus colegas de trabalho. **14**

Fonte: <https://www.vitruvius.com.br/revistas/read/arquitextos/08.095/148> acessado em 15 de junho de 2020.

Fig. 8 - A Pirâmide de Maslow ilustra a ordem das prioridades humanas. **21**

Fonte: <https://blog.opinionbox.com/piramide-de-maslow/>

acessado em 2 de março de 2020.

Fig. 9 - Quadro de David Teniers, “El rey bebe”, 1650/1660. A imagem mostra o convívio social ao redor da mesa. **26**

Fonte: <http://oqueeuandei.blogspot.com/2012/01/janela-de-david-teniers.html> acessado em 3 de março de 2020.

Fig. 10 - Salão de refeição do Folkehuset Absalon, uma casa comunitária no centro de Copenhague que realiza jantares comunitários todos os dias. **28**

Fonte: <https://www.visitcopenhagen.com/copenhagen/planning/absalon-gdk1079905> acessado em 15 de julho de 2020.

Fig. 11 - Vista da Grande Lisboa e seus municípios. **30**

Fonte: Pereda, 2015, p. 27.

Fig. 12 - Vista de Odivelas e suas freguesias. **30**

Fonte: Pereda, 2015, p. 27.

Fig. 13 - Gráfico da pirâmide etária do Concelho de Odivelas. **31**

Fonte: https://www.cm-odivelas.pt/cm-odivelas/uploads/document/file/414/diagnostico_social.pdf acessado em 15 de maio de 2020.

Fig. 14 - Quadro das Famílias Clássicas, segundo o tipo de Família (Censo 2011). **31**

Fonte: INE, 2012, p.51.

Fig. 15 - Quadro de Crimes Investigados de 2013 a 2015. **32**

Fonte: INE, 2012, pg 53.

Fig. 16 - As encostas da Verente Sul ocupadas ilegalmente. **34**

Fig. 17 - A escadaria que possibilita o acesso as moradias das encostas. **34**

Fig. 18 - Vista superior da vertente sul de Odivelas e seus respectivos bairros. **36**

Fonte: CMO, 2012, p.23.

Fig.19 - Linha d’água de Odivelas e seu tratamento heterogêneo. **37**

Fig. 20 - O estado degradado das passagens ao longo da linha d’água. **37**

Fig. 21 - A linha d’água é depósito de lixo e mantém-se desintegrada da área pública. **38**

Fig. 22 - Mapa da área de concentração de população APAL na Grande Lisboa. **38**

Fonte: INE, 2012, p.4.

Fig. 23 - Dirigentes estrangeiros segundo a naturalidade (%). **38**

Fonte: INE, 2012, p.8.

Fig. 24 - Conjunto de fotografias de hortas familiares retiradas na vertente sul de Odivelas. **41**

Fig. 25 - Tipos de horta e seus requisitos, segundo a CML. **44**

Fonte: Castro, 2015, p. 10.

Fig. 26 - Parque Urbano da Quinta da Granja. **46**

Fonte: <https://evoralandscapearchitecture.wordpress.com/2015/02/05/parque-urbano-da-quinta-da-granja-o-campo-na-cidade/> acessado em 5 de setembro de 2020.

Fig. 27 - Vista superior dos talhões do Vale de Chelas. **46**

Fonte: <http://www.cm-lisboa.pt/viver/urbanismo/planeamento-urbano/planos-de-urbanizacao/planos-de-urbanizacao-revogados/plano-de-urbanizacao-do-vale-de-chelas-proposta-de-revogacao> acessado em 15 de julho de 2020.

Fig. 28 - Fachada frontal do edifício. **47**

Fonte: https://www.archdaily.com.br/br/765181/nest-we-grow-college-of-environmental-design-uc-berkeley-plus-kengo-kuma-and-associates/54c9af6ae58ece457a000212-nest-we-grow_003-jpg acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 29 - Espaço interior do centro comunitário e sua estrutura em madeira. **49**

Fonte: <https://www.archdaily.com.br/br/765181/nest-we-grow-college-of-environmental-design-uc-berkeley-plus-kengo-kuma-and-associates>

/54c9b0cfe58ece457a000216-portada_nest-we-grow_048-jpg?next_project=no acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 30 - Materialidade da fachada com fechamento plástico em policarbonato. **49**

Fonte: https://www.archdaily.com.br/br/765181/nest-we-grow-college-of-environmental-design-uc-berkeley-plus-kengo-kuma-and-associates/54c9afbce58ece9901000222-nest-we-grow_020-jpg?next_project=no acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 31 - Deck de acesso ao edifício e vista do complexo formado por volumes distintos. **50**

Fonte: https://www.archdaily.com.br/br/902505/noma-big/5ba45c3df197cc5b93000071-noma-big-photo?next_project=no acessado em 12 de outubro de 2019.

Fig. 32 - Cozinha e passagens iluminadas pelas janelas zenitais. **51**

Fonte: https://www.archdaily.com.br/br/902505/noma-big/5ba45c3df197cc5b93000071-noma-big-photo?next_project=no acessado em 12 de outubro de 2019.

Fig. 33 - A integração da cozinha e a diferença de materialidade em seu interior. **51**

Fonte: <https://www.archdaily.com.br/br/902505/noma-big/5ba45bbaf197cc72a000007d-noma-big-photo> acessado em 12 de outubro de 2019.

Fig. 34 - Cada ambiente se localiza em uma estufa distinta. **53**

Fonte: <https://www.archdaily.com/902060/greenhouse-as-a-home-bias-architects/5b9a588ef197ccc03d00064c-greenhouse-as-a-home-bias-architects-photo> acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 35 - O espaço e atmosfera da segunda estufa possibilita a realização de concertos. **52**

Fonte: <https://www.archdaily.com/902060/greenhouse-as-a-home-bias-architects/5b9a56cff197ccc03d000641-greenhouse-as-a-home-bias-architects-photo> acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 36 - Culturas hidropônicas convivem com a cozinha. **53**

Fonte: <https://www.archdaily.com/902060/greenhouse-as-a-home-bias-ar>

[chitects/5b9a56cff197ccc03d000641-greenhouse-as-a-home-bias-architects-photo](https://www.archdaily.com/902060/greenhouse-as-a-home-bias-architects-photo) acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 37 - Vista aérea do projeto e seu entorno. O volume no novo edifício se assemelha em escala e reflete a informalidade da região. **54**

Fonte: <https://www.archdaily.com.br/br/776053/cozinha-comunitaria-das-terras-da-costa-ateliernob-plus-projecto-warehouse/56297d10e58ece22ae00004c-community-kitchen-of-terras-da-costa-ateliernob-plus-projecto-warehouse-photo> acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 38 - O espaço permeável visualmente possibilita a integração das atividades nos diferentes ambientes. **54**

Fonte: <https://www.archdaily.com.br/br/776053/cozinha-comunitaria-das-terras-da-costa-ateliernob-plus-projecto-warehouse/56297e6fe58ece22ae000052-community-kitchen-of-terras-da-costa-ateliernob-plus-projecto-warehouse-photo> acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 39 - A diferença de uso do mesmo ripado de madeira na fachada. **54**

Fonte: <https://www.archdaily.com.br/br/776053/cozinha-comunitaria-das-terras-da-costa-ateliernob-plus-projecto-warehouse/56298009e58ece22ae00005b-community-kitchen-of-terras-da-costa-ateliernob-plus-projecto-warehouse-photo> acessado em 10 de outubro de 2019.

Fig. 40 - Vista aérea do projeto. **55**

Fonte: <https://www.parquesdesintra.pt/pontos-de-atracao/intervencao-de-restauro-e-novas-instalacoes-de-acolhimento-ao-visitante/> acessado em 10 de maio de 2020.

Fig. 41 - Entrada do Centro de Apoio aos visitantes, evidencia a interação entre o antigo e o novo. **56**

Fonte: <https://www.parquesdesintra.pt/pontos-de-atracao/intervencao-de-restauro-e-novas-instalacoes-de-acolhimento-ao-visitante/> acessado em 10 de maio de 2020.

Fig. 42 - Vista Lateral do Centro de Apoio aos visitantes. O projeto possui as funções alocadas, em sua maioria em volumes distintos. **57**

Fonte: <https://www.parquesdesintra.pt/pontos-de-atracao/intervencao-de-restauro-e-novas-instalacoes-de-acolhimento-ao-visitante/> acessado em 10 de maio de 2020.

Fig. 43 - Mapa Geral dos Corredores Verdes.	60		
Fonte: https://www.lisboa.pt/fileadmin/cidade_temas/ambiente/estrutura_ecologica/corredores_verdes/mapa_geral.pdf acessado em 20 de agosto de 2020.			
Fig. 44 - Diagrama que representa Odivelas atualmente.	61		
Fig. 45 - Mapa de equipamentos a comparar a parte Norte e Sul.	62		
Fig. 46 - Diagrama que representa Odivelas com a intervenção do projeto urbano dos Corredores Verdes.	63		
Fig. 47 - Mapa da intervenção urbana “Corredores Verdes” e os diversos equipamentos e atividades presentes nesse parque público.	66		
Fig. 48 - Localização das hortas no parque urbano.	67		
Fig. 49 - Encosta da Vertente Sul de Odivelas atualmente, vista debaixo.	67		
Fig. 50 - Encosta da Vertente Sul de Odivelas vista de um caminho pedonal existente por entre a mata.	68		
Fig. 51 - Planta de encosta na vertente Sul utilizada para terraços de produção e áreas de lazer.	69		
Fig. 52 - Funcionamento da bacia de retenção com chuva.	71		
Fonte: http://www.urbanisten.nl/wp/?portfolio=river-as-tidal-park acessado em 20 de maio de 2020.			
Fig. 53 - Capacidade da quadra relativa a variação da chuva.	71		
Fonte: http://www.urbanisten.nl/wp/?portfolio=river-as-tidal-park acessado em 20 de maio de 2020.			
Fig. 54 - A água de Roterdam beirada por suas margens artificiais em cinza.	72		
Fonte: http://www.urbanisten.nl/wp/?portfolio=river-as-tidal-park acessado em 20 de maio de 2020.			
Fig. 55 - Projeto de naturalização das margens do rio incluindo a presença direta da natureza como margem.	72		
			Fonte: http://www.urbanisten.nl/wp/?portfolio=river-as-tidal-park acessado em 20 de maio de 2020.
		Fig. 56 - A passarela de Odivelas que atravessa o parque urbano e CRIL.	73
		Fig. 57 - A situação atual da rampa de acesso a passarela pela margem Sul.	74
		Fig. 58 - Novo acesso da passarela em estrutura de madeira.	75
		Fig. 59 - A passarela com as novas intervenções através dos bancos e canteiros verdes para espécies autóctenas.	75
		Fig. 60 - O High Line antes da possível demolição.	76
		Fonte : https://www.thehighline.org/photos/historical/?gallery=5146&media_item=2744 acessado em 10 de junho de 2020.	
		Fig. 61 - Após a intervenção, vista de cima da paginação do parque.	76
		Fonte : https://www.thehighline.org/photos/by-photographer/?gallery=5135&media_item=2320 acessado em 10 de junho de 2020.	
		Fig. 62 - Diferentes mobiliários e possíveis atividades e interações entre as pessoas.	76
		Fonte : https://www.parquesdesintra.pt/pontos-de-atracao/intervencao-de-restauro-e-novas-instalacoes-de-acolhimento-ao-visitante/ acessado em 10 de junho de 2020.	
		Fig. 63 - A vista da passarela sobre o parque urbano. Os bancos permitirão melhor usufruto desse ambiente.	77
		Fig. 64 - Planta da passarela e seu novo acesso.	78
		Fig. 65 - Corte da passarela em sua acesso pela parte Sul, com nova estrutura em madeira de entrada.	78
		Fig. 66 - Corte da passarela acima do parque urbano Rio da Costa. Durante esse percurso a passarela oferece mais espaços de interação visual com o parque.	78

Fig. 67 - Os programas inseridos nos volumes do projeto.	80
Fig 68 - Quadro do programa e suas respectivas áreas.	81
Fig. 69 - Diagrama da lógica de implantação. Os fluxos relevantes são os da passarela ao interior do parque 1, a rua comercial 2 e ao metro 3.	81
Fig. 70 - Diagrama dos volumes e a estratégia arquitetônica de deslocar as águas do telhado de alguns edifícios do projeto.	82
Fig. 71 - Transição entre o espaço público e privado.	82
Fig. 72 - Casas construídas em Urtigosa, Martingança, Monte Real e Leiria que possuem uma subtração do volume para gerar um ambiente de acesso a entrada.	83
Fig. 73 - Processo de montagem e colagem da Madeira Laminada.	84
Fig. 74 - As lâminas são coladas de maneira que suas fibras fiquem paralelas entre si.	84
Fig. 75 - Axonometria da composição do edifício em camadas, evidenciando a estrutura, e fachadas.	86
Fig. 76 - O edifício da cozinha abriga o forno, a cozinha comunitária, um pequeno depósito e o bar e cafeteria. Escala: 250.	87
Fig. 77 - O edifício da refeitório com mobiliário flexível para alimentação. A bancada de apoio serve para a disposição da comida. Escala: 250	88
Fig. 78 - O auditório é flexível e pode abrir-se para o pátio, para antecâmara e para o deck frontal. Escala: 250.	89
Fig. 79 - Os dois pavimentos do Centro de Formação que inclui a Administração, Cozinha Incubadora e Centro de Informação. Escala: 250	90
Fig. 80 - A cozinha incubadora em uso no meio do agitado Mercado da Ribeira.	90

Fonte: <https://www.timeout.pt/lisboa/pt/coisas-para-fazer/vista-o-avental-e-descubra-os-workshops-de-cozinha-na-academia-time-out-em-setembro> acessado em 25 de agosto de 2020.

Fig. 81 - Planta do Depósito e do Centro de Compostagem. Escala: 250.	91
Fig. 82 - Planta da Sala Multiuso. Escala: 250.	93
Fig. 83 - Planta não atualizada - O edifício de Apoio consiste na Recepção e Banheiros Femininos e Masculinos. Escala: 250.	93
Fig. 84 - Planta não atualizada - As três estufas são iguais e posicionadas com fachada voltada para o Sul em área mais aberta. Escala: 250.	94

Lista de Abreviaturas

CML - Câmara Municipal de Lisboa.

CMO - Câmara Municipal de Lisboa.

CRIL - Circular Regional Interior de Lisboa.

GEOTA - Grupo de Estudos de Ordenamento do Território e Ambiente.

INE - Instituto Nacional de Estatística.

MLC - Madeira Lamelada Colada

ONU - Organização das Nações Unidas.

PALOP - Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa.

PDM - Plano Diretor Municipal.

1 - Introdução

**“O mundo rural foi considerado obsoleto,
como qualquer coisa que vai desaparecer.”**

Gonçalo Ribeiro Telles¹

O presente trabalho pretende dar continuidade ao tema iniciado na Unidade Curricular de Projeto VI no 9º semestre do curso de Mestrado Integrado em Arquitetura. Pretende-se intervir no Vale de Odivelas, em Odivelas, às margens da Circular Regional Interior de Lisboa (CRIL), tendo os espaços agrícolas de produção e um centro comunitário de apoio como forma de integração social e urbana dessa zona fragmentada da cidade.

Através da proposta urbana denominada Corredores Verdes é possível desenvolver melhores conexões e uma integração coesa entre as zonas segregadas desse território, ligando-os por meio desse parque público linear e seus “braços”. Ele é desenvolvido para capacitar diferentes usos e características, que funcionam como melhoria urbana ambiental e oferecem atividades e serviços que trazem melhor qualidade de vida à população local.

O projeto arquitetônico se desenvolve por meio de um Centro Comunitário Alimentar denominado COpA (Centro Odivelense para Alimentação), que serve de apoio às atividades da horta e de incentivo à integração das diversas culturas existentes através da cozinha e do comensalismo. Ele auxilia e educa os agricultores locais e propõe um espaço de vivência e coexistência entre as diferentes culturas e nacionalidades existentes, tendo o ato de cozinhar e se reunir para refeições comunitárias como catalizador da transformação de uma sociedade atualmente dividida.

1.1. Enquadramento

Estamos em um momento de muitas incertezas, tempos de mudanças climáticas, pandemias e crises econômicas. No período de 2021 a 2024 serão revistos profundos déficits de energia, água e comida, juntamente com as alterações climáticas. A área de terra diminui a medida que os mares avançam enquanto o calor, secas e tempestades afetam com mais frequência e intensidade a terra que permanece. Os oceanos se tornam cada vez mais ácidos e não removem o gás carbônico, e espécies-chaves como as abelhas e os plânctons, estão a desaparecer. Além disso, o esgotamento de minerais, incluindo os fosfatos, essenciais para um solo fértil ameaçam a vida na Terra.

¹ Gonçalo Ribeiro Telles - arquiteto paisagista, ecologista e político português. Foi responsável pela criação de reservas agrícolas e ecológicas como bases do Plano Diretor Municipal.

As cidades devem estar mais preparadas, resistentes e resilientes, adaptáveis às novas realidades climáticas extremas, demandas e necessidades. A desigualdade social, a falta de investimentos em serviços públicos e, também os hábitos rotineiros, como os alimentares, estão entre as questões relevantes de serem debatidas.

As cidades permanecem dependentes do campo e continua-se necessário percorrer longas distâncias com o uso acentuado de transportes e técnicas maléficas de conservação de alimentos. Desse modo, cria-se uma grande pressão ambiental gerada através do aumento de poluentes, resíduos e degradação ecossistêmica que afeta a saúde e a qualidade de vida da população.

Visto esse cenário de crise ambiental e na busca de soluções sustentáveis para os problemas atuais e futuros, é de grande importância a existência dos espaços agrícolas em territórios urbanos. Esta relação possui benefícios que vão além do campo ambiental, se estendem à economia, saúde e educação o que contribui para um sistema alimentar mais sustentável, uma cidade mais autônoma e cidadãos mais saudáveis.

Atualmente, essa separação entre o campo e a cidade está a desaparecer lentamente em favor de um espaço híbrido como os territórios urbanos a incorporar elementos agrícolas. As áreas rurais dentro do tecido urbano são melhores espaços produtivos para servir à cidade circundante. A possibilidade de uma agricultura local dentro de uma distribuição e logística mais sustentável se articula melhor à demanda urbana dos seus habitantes. Assim, uma cidade de atividades sobrepostas pode solucionar os problemas.

Além disso, como as grandes cidades são caracterizadas por uma intensa variedade de religiões, culturas e classes, elas se tornam catalizadoras de processos que desafiam significados e práticas da cidadania, de sentimento de pertença e de coesão social. Ela pode desempenhar portanto, um papel muito importante na integração social de uma população étnica e culturalmente muito diversificada. Através da integração de um conjunto de valores ético-políticos que une os cidadãos mesmo com diferença cultural e religiosa, podem vir a constituir um lugar privilegiado de reivindicação e

mudança. (Castells e Borja², 2000).

A cidade que cresce às custas da destruição de recursos naturais, do desprezo aos valores culturais e dinâmicas sociais, avançando no território sem olhar ao necessário equilíbrio energético, à sustentabilidade ecológica e integração social, está condenada.

1.2. Objetivos

O objetivo do trabalho desenvolvido consiste em investigar o tema da alimentação na cidade, desde a produção agrícola até a comensalidade, como forma de nutrir a conexão entre os indivíduos, e entre eles e os alimentos. Assim, em especial, tem-se como propósito:

1. Resgatar a identidade do bairro e seu passado agrícola através do incentivo às atividades de cultivar e cozinhar o alimento como um instrumento importante para manutenção das características regionais.
2. Ampliar e qualificar os espaços de cultivo na Vertente Sul de Odivelas.
3. Criar um equipamento urbano de apoio e incentivo à produção agrícola local, para beneficiar os agricultores do bairro.
4. Proporcionar um espaço de integração das diferentes nacionalidades existentes em Odivelas como maneira de proporcionar mais trocas e partilhas de culturas através dos costumes alimentares.
5. Enfatizar a importância da partilha alimentar como atividade agregadora de pessoas e motora do sentimento de comunidade.

1.3. Metodologia

O trabalho de investigação inerente ao presente documento, basea-se em um modelo de investigação acerca do tema escolhido e pesquisa bibliográfica aplicada na concepção e criação do projeto urbano e arquitetônico.

Numa primeira fase, efetuou-se a recolha e análise bibliográfica sobre as

² Castells e Borja - Manuel Castell e Jordi Borja são autores do livro "As Cidades como Atores Políticos". Ele discute as cidades como protagonistas das dinâmicas entre a sociedade e os governos.

temáticas abordadas no relatório através de leitura e análise de livros e textos e da participação em visitas guiadas, seminários e debates da exposição “Agricultura e Arquitectura: do Lado do Campo” em outubro de 2019 co-produzida pelo CCB/Garagem Sul e Trienal de Arquitectura de Lisboa.

A partir de uma base mais fundamentada para o início da concepção do projeto, foram realizados estudos de casos de referência, a visar a materialização e concretização das ideias para o trabalho.

Em uma terceira fase, foram realizadas diversas visitas à Odivelas com a combinação de técnicas de recolha de informação: entrevistas espontâneas, conversas, encontros informais, observação e registros diretos do local no seu funcionamento diário de dia e de noite.

A quarta fase corresponde ao estudo do passado do território para entender melhor a sua complexidade. A recolha, análise documental e cartográfica a fim de se compreender o processo de evolução ao longo do tempo e o contexto em que se encontra o específico local.

Na quinta fase foi realizada a pesquisa de dados estatísticos e comprovativos como os Censos, para a conhecimento da população local, e sua caracterização.

Com base nos resultados encontrados nas fases anteriores descritas e nas ideias conceituais desenvolvidas na disciplina de Projeto VI e Seminários, propõe-se um programa base que se servirá como estratégia de intervenção urbana e arquitetônica a partir de esboços sobre o terreno escolhido. Essa etapa constituiu a sexta fase.

Após a realização do projeto, além de seus produtos gráficos e físicos como maquetes, obtem-se uma conclusão subjetiva acerca do tema e objetivos explorados ao longo desse período.

1.4. Estrutura do PFM

A presente proposta de Projeto Final de Mestrado (PFM) se estrutura em 5 capítulos que abordam a temática e suas questões, e um capítulo a respeito da intervenção projetual arquitetônica e urbana.

O capítulo 1 corresponde a “Introdução” e apresenta a situação de intensa urbanização mundial além das consequências da separação entre o campo e a cidade para a saúde do meio ambiente e dos seres humanos. Nesse sentido, as cidades precisam ser revistas e reinventadas.

O capítulo 2 “A Cidade e a Alimentação” discute sobre o funcionamento interno das cidades e sua relação com a produção e alimentação desde a antiguidade até os dias atuais.

No capítulo 3 “O Indivíduo e a Comensalidade”, são apresentadas as necessidades básicas particulares do indivíduo humano e a sua dependência para com a comunidade que o cerca. Direciona-se o olhar para a comida em relação ao indivíduo e também ao coletivo, sua relevância e impacto na formação e no dia a dia da sociedade.

O capítulo 4 diz respeito ao “Território de Odivelas” e o caracteriza em termos técnicos e qualitativos em busca da definição mais precisa do local e suas questões. Entre elas a multiculturalidade e a produção familiar agrícola no local.

O capítulo 5 aborda as referências arquitetônicas que serviram de estudo e análise para a conceitualização e concretização desse projeto. Através de imagens e textos é possível explorar as qualidades de cada projeto e como podem ser importantes para o desenvolvimento do trabalho em questão.

O capítulo 6 apresenta o projeto urbano e arquitetônico pretendido durante esse período de estudo. Ele apresenta as propostas, seu embasamento, justificativas e escolhas projetuais através de textos e imagens.

2 - A Cidade e a Alimentação

“É a ligação à terra que faz uma cultura. Ninguém diz, “é o nosso urbano”, toda a gente diz “é a nossa terra”.”

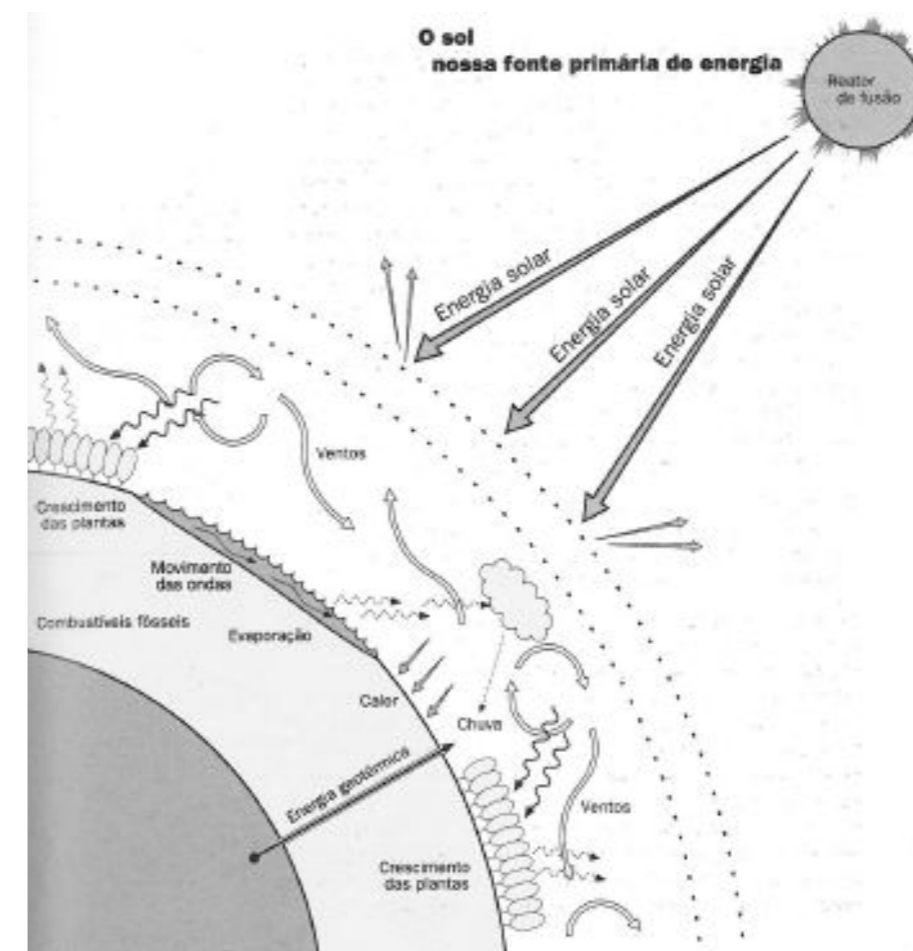
Gonçalo Ribeiro Telles

2.1. A Cidade

A cidade é definida como uma área político-administrativa urbanizada, que se diferencia de vilas através de vários critérios como população, densidade populacional ou estatuto legal. A população de uma cidade varia entre as poucas centenas de habitantes até a dezena de milhão de habitantes e são as áreas mais densamente povoadas do mundo.

A cidade também pode ser entendida como o lugar que concentra uma oferta de serviços incluindo culturais, religiosos, de infraestrutura ou consumo; e que reúne os mais diversos fluxos e atividades humanas. Segundo Leonardo Benevolo³ (1999), esta sobreposição de funções se deve às diferentes atividades de seus habitantes ao longo do tempo, que passam a se justapor no ambiente urbano para adaptar a estrutura às necessidades e interesses diversos.

Segundo Richard Rogers⁴ (1995), as cidades devem ser analisadas como sistemas ecológicos que funcionam como organismos vivos que absorvem



³ Leonardo Benevolo - arquiteto e historiador da arquitetura italiana estudou o surgimento e história das cidades para entender a arquitetura e o urbanismo moderno.

⁴ Richard Rogers - arquiteto britânico que defende a lógica do planejamento sustentável das cidades para proteger a ecologia do planeta.

Fig. 1 - O planeta como um organismo vivo, cada elemento da biosfera do planeta é um recurso constantemente renovado.

e emitem resíduos. Entretanto, as cidades sempre dependeram de fontes externas de recursos, como alimentos e bens, e após o seu consumo parcial, produzem grande quantidade de resíduos. Elas se transformam em parasitas da paisagem: enormes organismos drenando o mundo para o seu sustento, consumidores de grande quantidade de energia, e causadores de poluição. Poluição essa que origina graves problemas ambientais e comprometem a qualidade de vida das gerações atuais e principalmente futuras.

Kenneth Boulding⁵, (1966) argumentava que as cidades deveriam viver com limitações de recursos a serem consumidos de fora. Elas deveriam ser pensadas, portanto, como um sistema fechado, pois a vida na terra é inteiramente derivada de um sistema fechado e de recursos finitos.

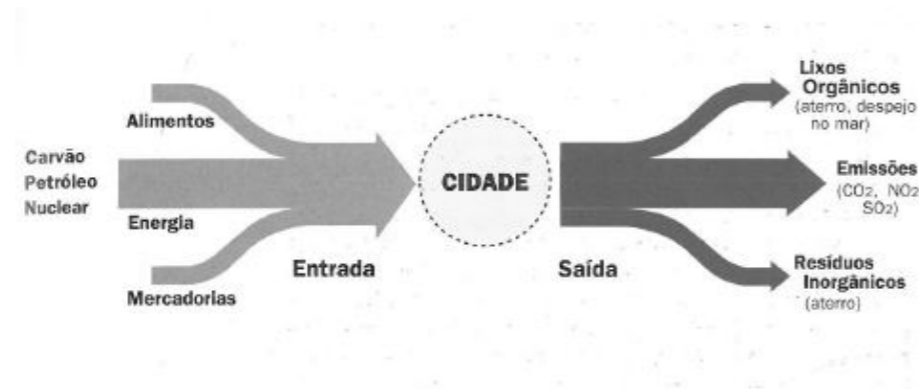


Fig. 2 - Cidades com metabolismo linear consomem e poluem em alto grau.



Fig. 3 - Cidades como metabolismo circular minimizam novas entradas de energia e maximizam a reciclagem.

As cidades atuais se constituem em sua maioria, num metabolismo de caráter linear no qual os recursos entram, são consumidos e liberados. Não há reutilização da maioria dos resíduos produzidos. Desse modo, as cidades deixam um rastro que se estende desde as áreas que proporcionam os recursos das cidades até as que fornecem locais para o destino final do

lixo e poluição.

Segundo Herbert Girardet⁶ (2001), a solução se encontra na busca de um metabolismo circular, onde o consumo é reduzido pela implementação de eficiências e onde a reutilização dos recursos é maximizada. O núcleo urbano se tornaria portanto, mais eficiente e reduziria seu impacto no meio ambiente.

Entretanto, enquanto isso não ocorre para a maioria dos casos, as metrópolis se expandem cada vez mais rapidamente no território mundial e o número de pessoas a residir em área urbana aumenta exponencialmente. Esse estilo de vida urbano gera maior consumo e aumenta a necessidade de viabilidade e duração dos alimentos. O alimento precisa percorrer longas distâncias através do uso acentuado de transportes e a técnicas nocivas de conservação da comida que resultam na perda da sua qualidade. Desse modo, acaba por existir uma grande pressão ambiental gerada através do aumento de poluentes, resíduos e degradação da natureza, que afeta a saúde e a qualidade de vida da população não apenas das cidades mas também do campo.

2.2. O Sistema Alimentar

O ciclo que constitui todos os materiais, processos e infraestruturas relacionados com a agricultura, comércio, transporte e consumo dos produtos alimentares é chamado de Sistema Alimentar segundo o Programa O Futuro da Comida da Universidade de Oxford (2008). Ele deve garantir que o alimento esteja sempre disponível, seja acessível, de qualidade elevada e diverso. Mas não apenas isso, o Sistema Alimentar deve ser sustentável em todas as suas escalas assegurando um fornecimento e destino seguro do alimento, de modo que não prejudique a natureza e as gerações futuras.

Para ajudar a resolver esse problema uma solução seria a implantação de sistemas circulares, no qual a utilização dos recursos é maximizada internamente. O processo de uso e reutilização minimiza a entrada de matéria prima, maximiza a reciclagem, aumenta a eficiência interna dos processos e diminui a poluição e o impacto negativo no meio ambiente.

⁵ Kenneth Boulding - economista, educador, pacifista e filósofo estadunidense, um dos criadores da Teoria Geral dos Sistemas que enfatizava a necessidade de avaliar os problemas como um todo integral.

⁶ Herbert Girardet - estudioso, escritor e consultor de ecologia urbana co-fundador do World Future Council com objetivo de construir um futuro saudável e sustentável para as próximas gerações.

Assim, uma cidade de atividades sobrepostas pode solucionar os problemas de logística, segregação e poluição (Rogers, 1955).

Também, a existência de espaços agrícolas em territórios urbanos contribui para a existência de um Sistema Alimentar mais sustentável. A possibilidade de uma agricultura local, distribuição e logísticas mais sustentáveis, maior consciência alimentar, e maior reaproveitamento, se articula melhor a demanda urbana dos habitantes da cidade. Essa ação atinge portanto, as áreas do meio ambiente, economia, saúde e educação e contribui para uma cidade mais autônoma e cidadãos mais saudáveis.

Por isso, em muitos países, a separação entre cidade e campo está a desaparecer lentamente em favor de um espaço híbrido com territórios urbanos a incorporar cada vez mais elementos rurais. A produção dentro do próprio tecido urbano proporciona melhores espaços produtivos para servir a cidade circundante.

2.3. A Produção Agrícola na Cidade

A agricultura urbana é uma modalidade de agricultura com características específicas, integradas no sistema econômico e ecológico da cidade. Adaptadas ao ambiente em que se insere, essa prática difere da agricultura rural por hortas urbanas, jardins agrícolas, arborização urbana com árvores de fruto, ou pomar; cultivo de quintas agroflorestais, plantas medicinais entre outras possibilidades.

A prática agrícola está intimamente ligada ao aparecimento das cidades. O processo de sedentarização do homem fez os povos estabelecerem locais fixos para criação de animais e produção de alimento em solo fértil. Houve uma relação simbiótica entre a paisagem produtiva e o sistema de assentamento humano, para o pleno funcionamento de ambos. De acordo com Gonçalo Ribeiro Telles (2003), as cidades geralmente se opuseram a imagem do campo, mas sempre dependeram e conviveram próximo, como dependentes entre si. A ruralidade e o cultivo, ainda que não estivesse no interior da cidade se localizava logo ao seu redor.

Mais adiante, na Grécia e Roma antiga, as cidades começaram a ser

construídas para que o alimento fosse retirado em um raio fixo de distância da residência dos seus habitantes. Os moradores possuíam uma residência na cidade e uma propriedade no campo, essa, específica para o cultivo. Realizavam a agricultura de subsistência e o seu excedente era vendido para o restante da população. Desse modo, havia um limite máximo que a cidade poderia se estender até atingir essa área destinada a produção.

Após a expansão do Império Romano, entretanto, as duas civilizações começaram a se diferenciar na maneira como se sustentavam. Devido a grande concentração e densidade urbana, havia menos espaço fértil destinado a produção e assim, as civilizações romanas, passaram a se abastecer a partir da importação dos alimentos através da navegação.

Essa divisão entre a produção de alimentos e as moradias se intensificou com o avanço das ferrovias no período industrial e o transporte de alimentos através dos territórios se tornou cada vez mais fácil e rápido. Desse modo, o Sistema Alimentar das cidades se tornou mais complexo envolvendo continentes muito distantes. Houve uma descida considerável na produção agrícola urbana, e a cidade e o campo se distanciaram cada vez mais.



Fig. 4 - Poster da campanha britânica incentivando a produção agrícola para todos como forma de melhor alimentar a população durante a guerra.

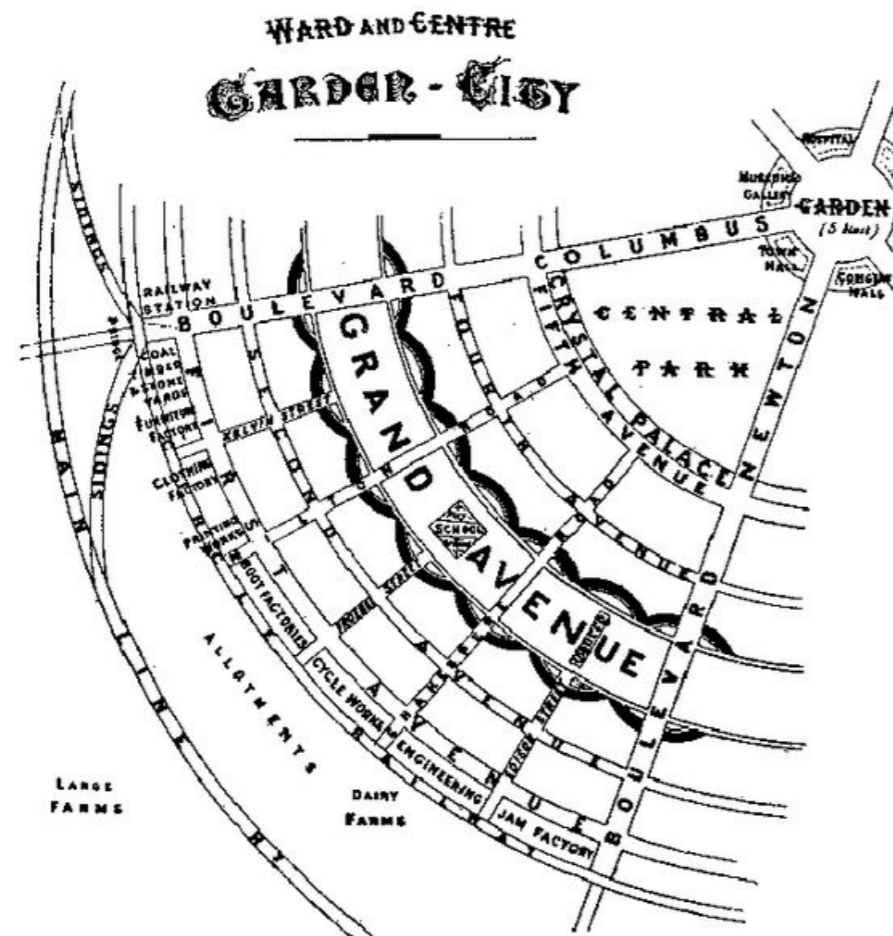
Fig. 5 - Exemplo de poster da campanha britânica em que os espaços verdes públicos e jardins privados se tornaram hortas urbanas.

Durante a Segunda Guerra Mundial, porém, foi realizada na Inglaterra uma das maiores iniciativas para a agricultura urbana. O movimento “Dig for Victory” foi criado pelo Ministério Britânico da Agricultura, no qual as famílias eram encorajadas a cultivar sua própria comida em tempos de

rígida racionalização alimentar. Espaços abertos de todas as cidades foram transformados em loteamentos de produção agrícola, desde os jardins particulares até parques públicos. Essa campanha tinha como objetivo garantir que as pessoas tivessem o suficiente para comer e a moralidade se mantivesse alta, sem atos de vandalismo ou roubos motivados pela fome (Cardoso, 2012).

Todavia, mesmo antes desse período, arquitetos e urbanistas já estudavam e propunham a inserção do espaço verde no desenho das cidades. Em 1898, Ebenezer Howard⁷ promoveu em “Amanhã: Um caminho Pacífico para uma reforma Social” um plano ideal de uma comunidade residencial com qualidade de vida urbana superior.

A solução de Howard para o problema da desruralização e crescimento urbano estava na criação de pequenas cidades planejadas onde a vida urbana seria combinada com a natureza típica do meio ambiente rural. A agricultura urbana teria lugar no centro da cidade, em um grande terreno circular para produção; e ao redor da cidade na forma de um cinturão verde produtivo. O terreno não seria apenas particular dos moradores mas



⁷ Ebenezer Howard - um urbanista inglês que planejou o conceito de cidades utópicas em que pessoas viviam harmonicamente juntas com a natureza.

Fig. 6 - O modelo concêntrico de Cidade Jardim proposto por Ebenezer Howard.

também alugados a indústrias privadas.

Logo depois da Segunda Guerra em 1955, Frank Lloyd Wright⁸ continuou esse trabalho e pesquisa acerca da inserção do espaço produtivo na cidade, porém de modo mais integral e menos segregado. A chamada “Broadacre City”, entre muitas novas dinâmicas, usaria a tecnologia para descentralizar a cidade e oferecer espaço de cultivo de um acre para todos



Fig. 7 - Maquete da Broadacre City, realizada por Frank Lloyd Wright e seus colegas de trabalho.

os seus habitantes. O espaço verde e o espaço construído eram vistos como parte integrante da mesma paisagem.

No século XX, influenciada por essas teorias, ressurgiu também na prática, a agricultura urbana em cidades da Alemanha e Dinamarca através da criação de hortas urbanas com fins comunitários. Mas em Portugal, a consciência da importância da existência das hortas urbanas veio a crescer somente a partir de 1960 com a ajuda de figuras como o arquiteto paisagista Gonçalo Ribeiro Telles. Ele sustenta a integração da ruralidade nas cidades portuguesas, por razões históricas e culturais, defendendo o fato de que foi a partir da agricultura que a cidade portuguesa nasceu e ela é portanto, a base da cultura nacional.

Atualmente, o desenvolvimento da atividade agrícola na cidade é associado a estratégias de planejamento sustentável para preservar e expandir as

⁸ Frank Lloyd Wright - arquiteto, escritor e educador estadunidense. Um dos conceitos centrais em sua obra é o de que o projeto deve se harmonizar com a natureza.

áreas verdes urbanas e assegurar benefícios ecológicos e ambientais da produção do alimento. A inserção de qualidades das áreas rurais nas cidades como o ar mais limpo, o contato com a natureza, bons ambientes para práticas recreativas e desportos são atrativos que vem mobilizando cada vez mais adeptos. Ademais, essa prática beneficia muitas outras questões ainda mais essenciais para a população das cidades.

A agricultura urbana tem sido frisada como solução para o complemento ao orçamentos das famílias, através da redução dos custos com a alimentação e da redução da insegurança alimentar. E para toda a sociedade, as áreas de cultivo urbanas surgem também como um instrumento para integração social, permitindo o convívio e a troca de saberes entre os vizinhos. Desenvolve-se um sentimento de identidade local, pelos produtos produzidos, e unidade da comunidade.

Desse modo, é necessário estender a todo o território uma política de planejamento que possibilite a biodiversidade, o equilíbrio ecológico e a polivalência dos espaços. Segundo Gonçalo Ribeiro Telles (1997), os espaços verdes da cidade do século XXI, mais do que áreas residenciais implantadas como ilhas no interior do edificado, devem organizar-se em corredores que, percorrendo a cidade, permitam a existência de percursos e espaços de lazer, recreio e desporto livre, se integrando nas paisagens tradicionais. Constitui-se então, uma estrutura contínua que garantirá a sustentabilidade ecológica e física de toda a região.

Esse espaço verde deve ser, portanto, polivalente quanto a proteção, recreio e produção. Trata-se da concretização da ideia de “*continuum naturale*”⁹ e sua penetração no contínuo edificado numa concepção global de paisagem. A criação da paisagem exige uma política urbanística onde o espaço natural e o espaço edificado tenham valor idêntico para que a vegetação seja concebida como uma obra de arquitetura paisagista que se apoia numa participação interdisciplinar¹⁰.

2.4. A Alimentação na Cidade

O consumo da comida em geral, se estende para além da necessidade fisiológica, pois ela dota de aspecto simbólico e assume um forte caráter

cultural. O consumo exerce um fator facilitador de relações, além do prazer alimentar causado nas pessoas, individualmente. Isso ocorre, em grande parte, devido aos processos de produção, preparo e consumo do alimento que envolvem os cidadãos e determinam suas funções. Comer é um ato tanto social como político e envolve costumes, diálogos e sabores.

Na antiguidade, mesmo nas cidades, cada membro de uma família ou organização social era responsável por uma etapa do processo alimentício desde a colheita até o preparo do alimento. Por fim, todos consumiam juntos, em comunhão, o que foi feito por eles. O ato de comer era uma celebração de uma conquista e um momento especial dotado de valor simbólico (Flandrin; Montanari¹¹, 1996).

Em virtude das mudanças agrícolas que tornaram o alimento mais acessível, o comer perdeu grande parte dos seus significados originais atrelados ao processo de cultivo e preparo da comida e, o ato fisiológico ganhou mais peso. Em decorrência da praticidade, comer se tornou uma atividade menos valorizada e apreciada. Diminuiu-se a conscientização da comida sobre sua procedência, seu sabor e suas repercussões, o que decorre no afastamento do indivíduo com o seu próprio alimento. A negligência com a alimentação elevou os níveis de ansiedade por comida e foi capaz de desenvolver mais casos de obesidade e outras doenças relacionadas a dieta.

Segundo o secretário geral da ONU, António Guterres, 820 milhões de pessoas passam fome no mundo enquanto mais de 2 bilhões de homens, mulheres e crianças estão acima do peso ou obesos. Ainda Guterres disse que “é inaceitável que a fome esteja aumentando em um mundo que desperdiça mais de 1 bilhão de toneladas de alimentos todos os anos”.

A Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO) afirmou que nas últimas décadas, devido à globalização, urbanização e crescimento de renda, menos tempo é gasto no preparo das refeições e os consumidores dependem cada vez mais de supermercados. Dados da FAO indicam que a obesidade e outras formas de desnutrição afetam quase uma em cada três pessoas.

⁹ *Continuum Naturale* - sistema contínuo de ocorrências naturais que constituem o suporte da vida silvestre e da manutenção do seu potencial genético.

¹⁰ o conteúdo desse capítulo adveio da exposição “Agricultura e Arquitectura: do Lado do Campo” em outubro de 2019 co-produzida pelo CCB/Garagem Sul e Trienal de Arquitectura de Lisboa.

¹¹ Fladrin & Montanari - Jean-Louis Fladrin e Massimo Montanari são historiadores europeus do comportamento humano e autores do livro “História da Alimentação”.

O consumo alimentar nas cidades; um meio cada vez mais alienado quanto à relevância do alimento para a sociedade, cultura, história e saúde individual; é portanto uma grande preocupação atual. Essa questão traz consequências graves para a sociedade e para a saúde do planeta e contribui para a degradação do valor simbólico da comida a cada geração.

Segundo o Painel Intergovernamental sobre Mudanças Climáticas (IPCC) da ONU uma melhor gestão do solo pode contribuir para frear essa mudança o que ajudaria a liberar milhões de quilômetros quadrados de terra até 2050 e cortar de 0,7 a 8 gigatoneladas anuais de dióxido de carbono. A FAO destacou em 2019, no dia Mundial da Alimentação, a necessidade de dietas saudáveis e sustentáveis como ação urgente no combate a erradicação da fome e obesidade.

A consciência alimentar é protagonista na busca pela solução de problemas de saúde e ambientais, mas também de problemas sociais. Para isso, as cidades devem ser incluídas em mais etapas do Sistema Alimentar, educando e aproximando seus habitantes do seu próprio alimento, desde a produção ao descarte e reuso. A produção agrícola no território urbano é uma maneira de promover a reaproximação lúcida do ser humano com a comida.

3 - O Indivíduo e a Comensalidade

“We should look for someone to eat and drink with before looking for something to eat and drink.”

Epicurus, filósofo grego.

3.1. O indivíduo

A palavra indivíduo deriva do latim e significa “individuum”, indivisível. Não de modo material mas sim de unidade substancial indivisível. Na biologia, é definida como um organismo, conjunto de órgãos; e na filosofia, como um ser particular em relação a um todo universal. É relevante que essa unidade é dotada de identidade, a diferenciando de todas as outras demais unidades. E em conjunto compõe uma escala da sociedade, visto que esta é formada por um grupo deles.

Apesar de cada indivíduo humano ser singular, único, em todo o universo, ele não conseguiria sobreviver isoladamente de outros indivíduos. Segundo Aristóteles, o homem é, portanto, um animal político. Só consegue sobreviver dentro de uma “pólis” que pode significar comunidade, cidade ou cidade-Estado.

O indivíduo só consegue chegar à vida adulta devido a cooperação de outros indivíduos dentro da família ou comunidade em que nasceu e foi criado. Assim, todos dependem de diferentes maneiras e graus uns dos outros.

Muitos estudos foram feitos acerca das necessidades individuais do ser humano, entre eles do psicólogo americano Abraham Harold Maslow. A Pirâmide de Maslow define cinco categorias de necessidades humanas na qual se baseiam as necessidades mais básicas relacionadas com a sobrevivência do indivíduo. Segundo Maslow, um indivíduo só pode satisfazer uma necessidade de um nível superior quando a do nível inferior estiver sanada. A pirâmide se divide em necessidades Básicas que incluem Fisiológicas e Segurança e em necessidades Psicológicas que correspondem as necessidades Sociais, de Estima e de Realização Pessoal.

Entre as necessidades Sociais encontra-se a necessidade psicológica de se relacionar com as demais pessoas. As relações mais próximas (e básicas) geralmente são com os pais, família mais íntima. Mas também está presente nessa categoria, a vontade de relacionar-se com grupos como a vizinhança, criar laços e se sentir pertencente. A necessidade de filiação é vista como uma vontade de dar e de receber afeto.



Fig. 8 - A Pirâmide de Maslow ilustra a ordem das prioridades humanas.

Quando essas necessidades não são satisfeitas, geralmente há queixas pela falta de relações afetivas com outras pessoas, pelo não pertencimento a um grupo, por não poder prestar ajuda a colegas ou por não receber ajuda de companheiros ou qualquer grupo social.

O “Relatório Europeu da Fundação para Melhorar a Vida e as Condições de Trabalho” de 2006 contribui para a compreensão de como a satisfação de vida individual e o sentimento de pertença e identificação são conceitos e realidades que se interligam e que são imprescindíveis para um entendimento de um bem-estar pessoal inerente à satisfação e qualidade de vida. Esse bem-estar particular engloba três dimensões importantes: a satisfação global de vida; a felicidade e o sentimento de pertença.

O modelo aceito do bem-estar pessoal diz respeito a um componente afetivo; emoções positivas e negativas, e a uma componente cognitiva relacionada com a satisfação de vida. A satisfação de vida é por sua vez, diretamente influenciada por referências específicas e dominantes da vida de cada pessoa, como a família, os amigos, os vizinhos, o trabalho, a escola e o ambiente envolvente (Diener *et al.*¹², 1985).

¹² Diener, Emmons, Larsen, & Griffin - Ed Diener, Robert Emmons, Randy Larsen e Sharon Griffin são estudiosos dos conceitos de bem estar e satisfação de vida e autores do artigo “The Satisfaction Life Scale”.

3.2. A Comunidade

A comunidade é um conjunto de indivíduos, agrupados geralmente por habitarem o mesmo lugar, mas sem necessariamente possuírem relacionamentos pessoais uns com os outros. Entretanto, o seu imaginário foi construído na sociedade de modo que o conceito de comunidade é visto como um “lugar” cálido, confortável e aconchegante que proporciona segurança, confiança e entendimento.

Sarason¹³ (1974), descreveu o sentimento psicológico de comunidade como, “o sentimento de que fazemos parte de uma rede de relacionamento de suporte mútuo, sempre disponível e da qual podemos depender” (Sarason, 1974, p. 1). O sentimento de comunidade ultrapassa portanto, o individualismo e mantém-se na reciprocidade e dependência do relacionamento com os outros e nas expectativas que temos deles (Pretty, Andrewes & Collet¹⁴, 1994, p. 347).

Para McMillan e Chavis¹⁵ (1986), o sentimento de comunidade baseia-se em quatro elementos essenciais: fazer parte de, influência, integração e satisfação das necessidades e compartilhamento de ligações emocionais. Eles seriam traduzidos em um só sentimento entre todos os membros: o de pertencimento, no qual cada membro aprecia o outro membro e o grupo no total e tem a certeza e segurança de que as necessidades dos membros serão alcançadas através desse vínculo vivido.

Segundo Gusfield¹⁶ (1975), as comunidades das sociedades modernas desenvolvem-se em harmonia pelos interesses em comum e pelos espaços físicos partilhados. Quando há um elevado sentimento de comunidade as pessoas se movimentam e contribuem em discussões para participarem na busca de soluções dos seus próprios problemas.

Uma coletividade de pessoas pode ou não significar uma comunidade. Porém, todas as pessoas buscam naturalmente esse espaço de convívio, de reconhecimento e de liberdade. A nível individual, quanto maior o sentimento de comunidade, maior será a participação nos processos da comunidade, maior será o capital investido e o suporte social percebido

¹³ Sarason - Seymour Sarason foi considerado um dos maiores pesquisadores americanos em educação, psicologia e comunidade.

¹⁴ Pretty, Andrewes & Collet - Grace pretty, Lisa Andrewes e Chris Collet são autores do artigo “Sentimento de comunidade, qualidade e satisfação de vida”, investigaram o sentimento de pertencimento e suas consequências para a comunidade e para o indivíduo.

¹⁵ McMillan e Chavis - David McMillan e David Chavis são pesquisadores da Universidade de Vanderbilt, sobre a evolução da teoria da comunidade e a relação dos elementos que a compõe com o senso de comunidade.

¹⁶ Daniel Gusfield - autor do artigo “Comunidade: uma resposta crítica”.

através das relações de vizinhança. Desse modo, maior será a satisfação, nível de bem-estar pessoal, e sentido de justiça; e menor será a solidão, isolamento e violência interpessoal (Dalton, Elias, & Wandersman¹⁷, 2001).

A construção desse laço pelos moradores permite também que a comunidade atinja sua capacidade máxima, criando melhor qualidade de vida geral, sentimento de pertença a região, afinidades e conexões, devido ao apoio mútuo e a maior confiança em seus membros. A nível comunitário, identifica-se uma maior colaboração, força comunitária, mobilização e participação em torno de mudanças sociais.

Um forte sentimento de comunidade reflete portanto, em maior sensação de proteção e segurança nos bairros ou grupos, maior preocupação a respeito das questões ambientais, maior colaboração, ajuda mutua e maior voluntariado. Além disso, o estudo mostrou que esse sentimento está associado a um baixo índice de doenças mentais, suicídios, abusos sexuais de crianças, diminuição da criminalidade, melhor qualidade ambiental nos bairros e fortalecimento das pessoas como indivíduos.

Segundo Amaro¹⁸ (2007), o sentimento descrito ajuda também o governo, as instituições e organizações a identificar as urgências e carências de um grupo; analisar o estado de saúde da sua população; planejar e averiguar operações sociais, económicas e de saúde; programar novas comunidades e fortalecer as atuais. Desse modo, pode-se concluir que o sentimento de comunidade deve ser o foco de todos os interesses para fortificar e compor uma comunidade, nascendo de um propósito coletivo que estima a diversidade cultural, mas também a singularidade (Sarason, 1974).

Prezza e Constantini¹⁹ (1998) indicam que o sentimento de comunidade é maior numa pequena localidade em comparação a uma grande cidade, onde o sentimento de pertença é percebido de forma menos intensa. Assim, verifica-se que o sentimento de comunidade está ligado a qualidade das relações sociais e ao suporte social recebido. Deste modo, quanto maior a assistência entre os membros, maior a qualidade das relações sociais, a auto-estima dos indivíduos, a satisfação de vida e, conseqüentemente, maior o sentimento em debate. O processo então é cíclico e auto fomentador.

3.3. A Comida

A Comida é central para a criação de um senso de identidade. A maneira como as pessoas comem ajuda a estabelecer sua diversidade, hierarquia e organização, e ao mesmo tempo, pertencimento ou exclusão a quem come diferentemente. Também é central a construção do indivíduo biologicamente, psicologicamente e socialmente pelo tipo de comida escolhida em sua dieta alimentar.

A relação do ser humano com a comida é complexa, e se realiza em quatro dimensões: a biológica e a cultural, na sua função nutricional e a sua função simbólica; a individual e a coletiva, na sua função psicológica na sua função social. Assim como as pessoas precisam de comidas específicas, devido as suas ações no metabolismo, também precisam de comidas carregadas de simbolismo, mesmo que não racionalmente relevantes, pois o nosso próprio organismo humano é consciente e partilha representações. Os sociólogos e etnólogos afirmam que os indivíduos são fruto do ambiente em que estão imersos e portanto, são construídos também pelos costumes sociais.

O homem inventou a cozinha porque identidade e identificação são vitais e de grande importância simbólica. O ato de cozinhar aumentou o valor da comida, modificou o uso do tempo e da vida social. Ao redor do fogo, as pessoas começaram a se juntar a principio para se aquecer, mas também para preparar a comida, distribuí-la aos demais e digerí-la. Começou a surgir uma nova relação em torno da comida, cada vez mais frequente que se tornou uma importante atividade.

Incorporar uma comida é introduzir todas ou algumas de suas muitas propriedades. Segundo o ditado alemão “você é o que você come”, esta inclusão é a base da formação de identidade. A comida absorvida oferece não somente a energia a ser consumida pelo corpo, mas também as substâncias formadoras do próprio organismo e da sua composição bioquímica.

Incorporação também é a base da identidade coletiva e da diferenciação

¹⁷ Dalton, Elias, & Wandersman - James Dalton, Maurice Elias, e Abraham Wandersman são pesquisadores americanos autores do artigo “Community psychology: Linking individuals”.

¹⁸ Amaro - Joao Paulo Amaro é psicólogo português e autor do artigo “Sentimento Psicológico de Comunidade: uma revisão”.

¹⁹ Prezza e Constantini - Miretta Prezza e Stefano Constantini são pesquisadores italianos sobre a relação entre o senso de comunidade e a satisfação de vida.

entre outras culturas. A comida e a cozinha são um componente central ao senso de coletividade e pertencimento. Em algumas situações de migração ou minoria cultural, certos hábitos culinários se mantêm mesmo se a própria linguagem cultural for esquecida.

Não somente o consumidor incorpora as propriedades da comida, mas simultaneamente, a absorção de uma comida incorpora o consumidor em um sistema culinário e portanto, em um grupo que o pratica. Além disso, qualquer prática culinária é ligada a uma visão de mundo, pois o homem se alimenta em uma cultura e essa cultura vê o mundo de uma maneira específica.

O cozimento é o processo de transformar a comida crua antes de ser consumida. É um processo prático, transformando através de mudanças físicas e químicas, com o calor; que modificam o sabor, a textura e a digestão. Foi uma técnica descoberta para neutralizar potenciais toxinas e alguns componentes perigosos presentes na comida.

Entretanto, além da parte prática, a transformação também envolve a imaginação. O alimento passa do campo natural para o campo cultural e é cercado por um imaginário. Isso envolve não apenas os tipos de comida permitidos para serem consumidos mas também o horário e a circunstância social desse consumo.

Segundo Fischler²⁰ (1988), a comida ajuda a dar aos consumidores o seu lugar no mundo e seu significado, embora, isso diminua com a industrialização e homogeneização alimentar. Atualmente, a maioria da população não sabe a origem do que consome, o seu modo de produção, e o preparo da comida já é, em grande parte, feito previamente nas fábricas, fora das residências. A culinária tradicional foi modificada frente a praticidade e economia; a comida da modernidade é cada vez menos identificada pela sua aparência, consistência e cheiro, devido as embalagens plásticas que a reduzem a símbolos e ilustrações. Além disso, a tecnologia tem se tornado cada vez mais poderosa transformando as comidas, e implantando sabores artificiais. A alimentação moderna tem perdido seu valor original, sua história e sua identidade.

²⁰ Fischler - Claude Fischler e sociólogo americano e professor de sociologia investiga o papel da comida na construção da identidade dos indivíduos.

3.4. A Comensalidade

Para o filósofo grego Epicurus, comer em conjunto com outras pessoas é um símbolo do modo de vida social do ser humano, regado por normas sociais e não somente por necessidades fisiológicas como a fome. O termo comensalidade deriva do latim “mesa” e significa comer junto, na mesma mesa. Alguns pesquisadores abrangem o alcance desse termo ao compartilhamento da mesma comida, mesmo que em momentos e lugares diferentes, sem a presença física da mesa necessariamente.

Na cultura europeia, as pessoas se sentam em mesas grandes as quais abrigam os familiares, residentes e visitantes. Até hoje, entretanto, em nações distintas se come assentado no chão ou outros lugares, por isso, a importância da comensalidade vem do seu sentido figurado relativo ao



Fig. 9 - Quadro de David Teniers, “El rey bebe”, 1650/1660. A imagem mostra o convívio social ao redor da mesa.

“comer em conjunto”, independente do local.

O costume de compartilhar o alimento varia ao longo da história nas diferentes sociedades em resposta às mudanças culturais e sociais. Porém, para a maioria delas a troca de comida foi e é fundamental para os sistemas de motivações e reciprocidade social responsáveis pelo estabelecimento da humanidade. É portanto reconhecida como um elemento fundador da

civilização humana segundo Fladrin e Montanari (1996).

A comida é um material mediador de relações humanas e à mesa se desenvolvem ordem, hábitos de etiqueta e higiene, além do seu processo de preparo encorajar as pessoas a trabalharem juntas. Uma imagem forte e positiva da comida produzida em conjunto por uma determinada comunidade ajuda a promover também uma identidade local e a fomentar a economia alimentícia da região.

Além disso, a maioria das pesquisas realizadas no campo de psicologia social, clínica, nutrição e saúde coletiva destacam os benefícios proporcionados em três áreas: consumo, escolhas alimentares e bem estar mental e social. A presença de outras pessoas a mesa encoraja o desenvolvimento de maior auto-consciência alimentar e a possibilidade de escolhas pessoais mais saudáveis. Fazer uma refeição na companhia de outras pessoas evita situações catalizadoras de compulsões alimentares, associadas a realizar as refeições a sós. Esses momentos são geralmente desenvolvidas quando o indivíduo está sozinho e experimenta sentimentos negativos relacionados a comida. Segundo Fischler (1988), o contexto de normas sociais regulariza o consumo individual e encoraja as pessoas a possuírem uma relação mais saudável com a comida.

Principalmente para as crianças e adolescentes, as refeições compartilhadas com os familiares também estão associadas a maior consumo de legumes e vegetais, frutas e outros nutrientes importantes. Para os idosos, comer com companhia suprime a forte experiência solitária e de isolamento social.

Para os participantes da comunidade, a mesa pode ser o local de iniciação de amizades, troca de conversas, estabelecimento de planos e até discussões essenciais para a dinâmica e funcionamento do próprio grupo. Também, possibilita o conhecimento de diferentes dietas e estilos alimentares, repercutindo na ampliação do repertório alimentar individual e abrindo as portas para um consumo mais equilibrado em quantidade e qualidade.

O colapso de sistemas tradicionais e normativos e a grande valorização da individualidade provocaram mudanças radicais no estilo de vida pessoal

das cidades. O significado de comer caiu na esfera privada e repercutiu na criação de novos hábitos como atitudes mais individualizadas que se refletem nas escolhas alimentares e sociais de cada um. O modo de vida contemporâneo, tornou as relações de comensalidade menos frequentes. As praticidades trazidas pela tecnologia fizeram um grande número de pessoas comer na frente da televisão, telemóvel ou computador para “otimizar” o horário da refeição.

Ademais, devido à globalização, as práticas alimentares tem-se homogeneizado igualando os gostos e hábitos alimentares modernos ao redor do mundo. Esse fator coloca em risco a comensalidade como lugar de sociabilidade, troca e enriquecimento cultural, visto que facilita a homogeneidade dietética.

Apesar disso, muitos países onde o convívio em comunidade vem sido incentivado através de projetos de *co-living*, é possível notar exemplos de retomada da prática do comensalismo de uma comunidade. No centro de Copenhague, Dinamarca, uma antiga igreja foi reformulada para receber um centro comunitário que realiza jantares para a vizinhança, a preços acessíveis, todos os dias. É considerado pelos moradores do bairro como a sala de jantar fora de casa, na qual através das longas mesas compartilhadas, as pessoas praticam esse hábito com frequência.



Fig. 10 - Salão de refeição do Folkehuset Absalon, uma casa comunitária no centro de Copenhague que realiza jantares comunitários todos os dias.

4 - O Território de Odivelas

4.1. Caracterização Geral do Município

O concelho de Odivelas está localizado na parte norte da Grande Lisboa. Com 26,54km² de área Odivelas possui 144.549 habitantes (Censo 2011), subdividido em 4 freguesias. Limitado a nordeste pelo município de Loures, a sudeste por Lisboa e a oeste por Amadora e Sintra, o concelho foi criado em 1998 em consequência da secessão de sete freguesias da então zona sudoeste do concelho de Loures.

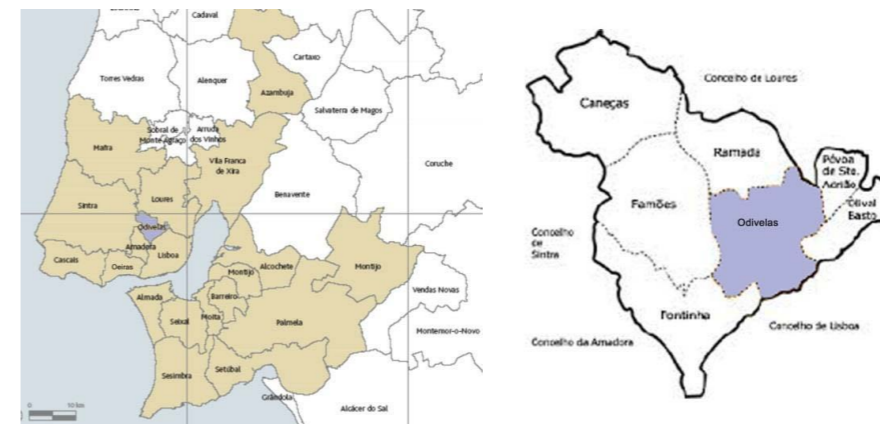


Fig. 11 - Vista Grande Lisboa e seus municípios

Fig. 12 - Vista de Odivelas e suas freguesias

No contexto da Grande Lisboa Odivelas verificam-se situações bastante heterogêneas em termos demográficos de Odivelas, decorrentes de processos evolutivos distintos. Nas últimas duas décadas o concelho registrou surtos de crescimento da população residente que repercutiu em sua grande problemática de ocupação ilegal e desorganizada, fruto da especulação imobiliária ocorrente na capital.

Em Odivelas os grupos etários se dividem de modo que a maioria da população está incluída na classe economicamente ativa (58%). Depois os idosos com 65 ou mais anos são a classe predominante (16%), seguidos pelas crianças (15%) e por último os jovens (11%). Esse fator confirma a tendência de envelhecimento da população com 46,6% de aumento de acordo com o censo de 2011. O índice de envelhecimento, o número de idosos por cada 100 jovens aumentou de 81 para 123 idosos segundo o INE em 2015.

Em relação às estruturas familiares, as famílias odivelenses são globalmente idênticas a generalidade das famílias que residem em áreas urbanas metropolitanas. Predomina a família nuclear moderna, constituída por



Fig. 13 - Gráfico da pirâmide etária do Concelho de Odivelas.

um casal com ou sem filhos, que possuem um modo de vida urbano. Os agregados com 3-5 elementos são os mais representativos, surgindo em segundo lugar as famílias unipessoais (1 pessoa).

Tipos de família	Concelho Odivelas		Grande Lisboa		
	Famílias Clássicas		Famílias Clássicas		
	Nº	%	Nº	%	
Sem núcleo	14275	24,72	243585	29,15	
Com 1 Núcleo	Casal "de direito" sem filhos	12338	21,37	165283	19,78
	Casal "de direito" com filhos	16386	28,38	214820	25,71
	Casal "de facto" sem filhos	3081	5,34	42121	5,04
	Casal "de facto" com filhos	3964	6,86	52517	6,28
	Pai com Filhos	830	1,44	13610	1,63
	Mãe com Filhos	5634	9,76	86706	10,38
Com 2 Núcleos	1197	2,07	16260	1,95	
Com 3 ou mais Núcleos	39	0,07	751	0,09	
Total	57744	100,00	835653	100,00	

Fig. 14 - Quadro das Famílias Clássicas, segundo o tipo de Família (Censo 2011)

Segundo a análise do ganho mensal médio nos concelhos da Grande Lisboa, entre 2011 e 2012 (INE) observa-se que Odivelas constitui o segundo menor valor. Esse dado é de grande relevância pois indica a situação de menos favorecimento e condições econômicas da população local, repercutindo na falta de vínculos empregatícios, trabalho informal e eventuais furtos e roubos no concelho.

Analisada a tipologia dos crimes ocorridos no concelho de Odivelas constata-se que a criminalidade recaiu principalmente sobre o patrimônio privado,

de 2013 a 2015 como se pode analisar no gráfico abaixo. Entretanto, os crimes contra a vida em sociedade aumentaram 16,7%.

Categoria Criminal	Contra as Pessoas	Contra o Património	Contra a Sociedade	Contra o Estado	Crimes contra animais de companhia ³⁰	Legislação Avulsa	TOTAL
2011	903	2 692	350	88		367	4400
2012	857	2 552	365	80		185	4040
2013	849	2 409	288	61		135	3742
2014	858	2 234	371	96		178	3737
2015	891	1973	489	70	9	166	3598

Fig. 15 - Quadro de Crimes Investigados de 2013 a 2015.

4.2. Histórico de Odivelas

O concelho fazia parte da envolvente rural que a cidade de Lisboa apresentava até os anos 60. Por estar localizado estrategicamente na entrada da capital, teve seu processo de urbanização intensificado com o crescimento industrial no século XIX. Nesse momento surgiram as Vilas Operárias que iniciaram modos de vida semirurais com a instalação de prédios e pequenos quintais e hortas para uso dos seus habitantes.

Essas instalações familiares provinham do interior de Portugal, onde a tradicional agricultura de subsistência, estabeleceu, a princípio, uma organização em moldes de aldeia. Os moradores, conhecidos entre si, com a prática das hortas familiares, fomentavam não apenas a sobrevivência do seu agregado, mas também o convívio social dentro da "nova" comunidade.

Por ser banhada por muitas linhas d'água da bacia hidrográfica de Sacavém, era atraente pois apresentava bons solos e áreas férteis que proporcionavam riqueza e viabilidade da atividade agrícola. Portanto, pela proximidade com a capital e fertilidade das terras, várias famílias nobres e burguesas também estabeleceram propriedades nessa região desenvolvendo estruturas agrícolas que empregavam os naturais dessa terra, os denominados Saloios.

Nos anos 50, o sector agrícola perdeu sua importância e aumentou-se o fluxo de migrações para a capital. Sem infra-estruturas e desenvolvimento planejado, a área foi afetada pelo fenômeno da urbanização acelerada e

intensificou seu caráter de subúrbio negligenciado. Entre 1950 e 1970, a população passou de 6.772 para 51.395 habitantes. Esse crescimento da povoação transformou o concelho em vila e posteriormente em cidade em 1990.

Após o 25 de Abril, com a liberação política, as novas correntes migratórias das ex-colônias, tensões sociais e a existência de um mercado de habitação deficiente, contribuíram para a proliferação e consolidação de bairros ilegais em todo o país, em particular, na área metropolitana de Lisboa. Entre o final da década de 70 e o início dos anos 90 houve então um grande aumento populacional em Odivelas, acompanhado de construção desenfreada de habitações, muitas das quais sem as condições mínimas de habitabilidade.

Finalmente, no fim da década de 90, criou-se um plano de acessibilidade que ajudou a integrar o concelho aos núcleos urbanos vizinhos. Através da instalação de transporte coletivo, férreo e rodoviário, o deslocamento dos habitantes foi facilitado, mas o município tornou-se um bairro-dormitório, ainda dependente do centro da capital.

No início do século XXI, a preocupação com a qualificação do território gerou a instalação de novos polos de serviço e comércio gerando mais empregos e qualidade de vida local. Grandes centros comerciais e de serviço se instalaram no concelho, atraindo fluxo também de concelhos vizinhos e da capital.

Esse processo de urbanização resultou em, a nível morfológico, uma matriz espacial do bairro densa e polarizada. A sul, o traçado tortuoso de ruas estreitas, de becos, de casas, barracas e anexos, formam uma malha labiríntica apertada onde se amontoa a população majoritariamente de origem imigrante e recém chegados que buscam no bairro um lugar para habitar. A norte, predomina um padrão ortogonal de ocupação espacial, de ruas pavimentadas e de casas cercadas por pequenos jardins onde residem os nacionais retornados da África, os migrantes internos e uma pequena burguesia. Esta malha urbana fragmentada entre as áreas Norte e Sul tende a favorecer a organização socio espacial diferenciada e a segregação cultural.

4.3. Condição de Subúrbio

O crescimento não controlado das cidades atuais está assentado nos interesses imobiliários e na infraestrutura viária. O resultado dessa lógica é a fragmentação do território, isolando os bairros que perdem sua integração social, sentido de lugar, sentimento de pertencimento e comunidade pelos moradores. Com a expansão urbana, contraditoriamente, as áreas periféricas não são assumidas como partes integrantes das cidades, mas marginais.

Os subúrbios são geralmente bairros degradados, com pouca infraestrutura e condição de habitabilidade ocupados por classes mais baixas. Nos centros urbanos, se concentram as classes mais altas o que intensifica o fenômeno da segregação social. No subúrbio também se concentra uma grande quantidade de imigrantes devido ao menor custo do estilo de vida.

A elevada procura de habitação na cidade de Lisboa não foi acompanhada por uma oferta equivalente em quantidade e a custos aquisitivos acessíveis.



Fig. 16 - A escadaria que possibilita o acesso as moradias das encostas.

Fig. 17 - As encostas da Vertente Sul ocupadas ilegalmente.

Neste contexto, os terrenos da encosta Sul do Concelho de Odivelas sofreram, desde a década de 40, uma elevada procura para construção não planeada, não programada e ilegal e, conseqüentemente, sem a respetiva dotação de infraestruturas ou equipamentos. O resultado é um espaço urbano desordenado com debilidades do ponto de vista das edificações e problemas sociais e ambientais decorrentes da instabilidade das vertentes.

Odivelas se encontra fragmentada e sem identidade, com poucos espaços públicos de qualidade, com conjuntos edificados sem articulação e continuidade. O ecossistema natural se encontra poluído, com o aumento da ocupação não produtiva dos solos férteis, do aumento das superfícies impermeáveis e da perda da biodiversidade.

Há ainda uma disparidade interna social entre os núcleos residenciais, o que evidencia a falta de investimento em infraestrutura no concelho. Assim, o município apresenta grande desigualdade e segregação, onde a CRIL é um elemento de barreira física e social relevante para a dinâmica local.

Desse modo, é relevante pensar num modelo de desenvolvimento sustentável que ajude a solucionar não apenas os problemas ambientais, mas também territoriais e sociais. O planejamento e gestão do ambiente urbano apresentam-se como os maiores desafios e oportunidades para um futuro de cidades mais sustentáveis e inclusivas.

4.4. Vertente Sul de Odivelas

O território do projeto em questão, se localiza mais especificamente no Sul de Odivelas e abarca os bairros do Vale do Forno, Encosta da Luz, Quinta do Zé Luís, Serra da Luz e Quinta das Arrombas. Eles se constituem como Área Crítica de Recuperação e Reconversão Urbanística e se localiza entre a Circular Regional Interna de Lisboa (CRIL) e o limite norte do Concelho de Lisboa.

Oficialmente classificado como um bairro de gênese ilegal, a Vertente Sul de Odivelas surge da ocupação espontânea de terrenos privados e do Estado, que se inicia nos finais do século XIX, com a construção das primeiras barracas por pequenos grupos de imigrantes internos. Esse terreno possui entretanto, uma topografia acidentada com um declive acentuado e muitas linhas d'água em direção ao vale, configurando um local perigoso para o assentamento residencial.

A área de intervenção também manifesta problemas de mobilidade. A falta de transporte público abrangente por meio do sistema de autocarro, e de

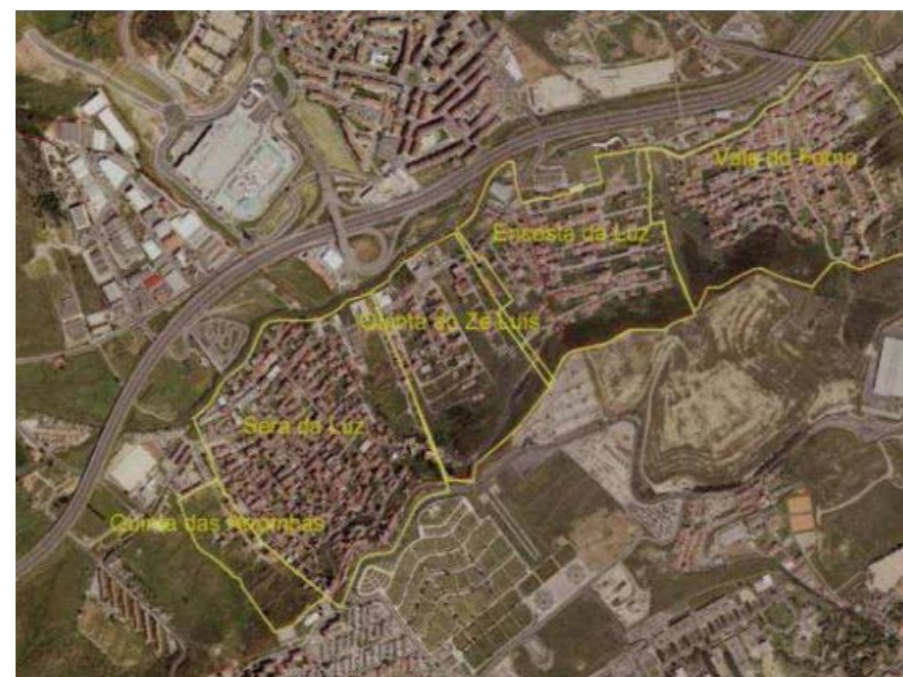


Fig. 18 - Vista superior da vertente sul de Odivelas e seus respectivos bairros.

vias inadequadas para tal deslocamento dificultam a utilização do transporte público na área da Vertente Sul. As condições inadequadas da rede viária, a falta de lugares para estacionamento nas imediações e o crescimento desordenado destes bairros, dificultam também a utilização fluída do transporte individual. Assim, há um grande volume de congestionamento de trânsito e predominam as deslocações a pé, devido a proximidade entre o local de residência e o local de trabalho.

A insegurança na Vertente Sul também cresceu em virtude de atos de pequena e média criminalidade assim como processos de recomposição social, da chegada de novos residentes ao bairro e da degradação crescente da condição de vida. Os crimes contra a vida em sociedade aumentaram 16,7% de 2011 a 2015 segundo dados da Divisão Policial de Loures.

Além disso, a falta de limpeza urbana e recolha seletiva implica no agravamento do ambiente urbano e gera efeitos negativos na saúde pública. A inúmeras linhas d'água da Vertente Sul funcionam como depósito de lixo e se encontram poluídas.

Até a década de 60 não havia infraestrutura básica e até hoje os espaços públicos existentes são de má qualidade e se encontram em estado de degradação. Além disso há pouca oferta de equipamentos sociais nessa área destinados as famílias e integração na sociedade. Esse fator gera

Fig.19 - Linha d'água de Odivelas e seu tratamento heterogêneo.

Fig. 20 - O estado degradado das passagens ao longo da linha d'água.



Fig. 21 - A linha d'água é depósito de lixo e mantém-se desintegrada da área pública.

poucas oportunidades de apropriação das ruas dos bairros como espaço de convívio e de interconhecimento.

A exclusão social é agravada face a dificuldade de inserção da população no mercado, sobretudo dos jovens menos qualificados, em meio de escassez de oportunidades de emprego e readaptação dos mercados. O território se encontra assim, muito vulnerável e apresenta fraquezas urbanísticas, ambientais, sociais e econômicas.

4.5. Multiculturalidade

Odivelas é um dos maiores e mais antigos núcleos de população migrante

existentes na área metropolitana de Lisboa. Isso se dá, devido a proximidade ao centro de Lisboa e o fácil acesso as rodovias principais e a rede de transporte públicos regional. As populações migrantes, na sua maioria com baixos recursos econômicos, buscam maior acesso ao emprego e a outros serviços (educação, saúde, equipamentos sociais, recreativos e desportivos) e custos aquisitivos de residência mais acessíveis do que na capital. Os portugueses migrantes que habitam em Odivelas, vem em sua maioria de diferentes regiões do interior do país.

Com a democratização e finalizada a guerra colonial, devido ao processo de descolonização e independência das ex-colônias, massas de imigrantes de cidadãos denominados PALOP e retornados das guerras vieram para o território nacional instalando-se em bairros da periferia. No período de 1975 a 1980 a população estrangeira passou de 32.000 pessoas para 58.000 pessoas, verificando-se um aumento exponencial na imigração.

A segunda leva de imigrantes veio em 1986 no momento de adesão de Portugal a União Europeia, em que vieram remessas de fundos monetários



Naturalidades		%
Países lusófonos	Angola	13,5
	Brasil	13,5
	Cabo Verde	2,7
	Guiné-Bissau	13,5
	Moçambique	8,1
Ásia	São Tomé e Príncipe	2,7
	Índia	24,3
	Paquistão	10,8
Europa	Timor	2,7
	Ucrânia	2,7
	Alemanha	5,4
Total		100,0

Fig. 22 - Mapa da área de concentração de população APAL na Grande Lisboa.

Fig. 23 - Dirigentes estrangeiros segundo a nacionalidade (%).

nos anos posteriores para os planos de modernização das cidades portuguesas, atraindo principalmente comunidades massivas da Europa do Leste e do Brasil.

O Censo de 2011, indica que a maioria da população estrangeira se concentra na coroa periférica de Lisboa, que já reúne mais da metade dos estrangeiros residentes em todo o país (51,6%). No concelho de

Odivelas residem 12.802 pessoas estrangeiras com estatuto legal. Esse número corresponde a 8,9% da população residente no município e coloca Odivelas no terceiro lugar (8,9%) do conjunto dos novos concelhos que compõem a área da Grande Lisboa, apenas precedidos dos concelhos de Amadora (9,7%) e de Cascais (9,6%). O gráfico pode mostrar que a maioria dos estrangeiros provém do Brasil seguido por asiáticos, de Guiné-Bissau, Angola e Cabo Verde.

Durante a década de 90 os cidadãos PALOP residiam em alojamentos não clássicos, geralmente em barracas, e cerca de 2.300 indivíduos dos PALOP, correspondendo a 60% da população residente nessas áreas, constituem guetos. Os guetos são grupos polarizados fechados que tendem a não se integrar ao restante dos habitantes do bairro de origens distintas. Esse processo impede o estabelecimento de qualidade de vida e partilha das diferenças e experiências de troca que poderiam proporcionar um convívio enriquecedor e saudável para o bairro.

Devido a grande presença de estrangeiros, em Janeiro de 2005, foi instalado o Centro Local de Apoio à Integração de Imigrantes (CLAI). Essa ação é resultado de um protocolo de cooperação entre o Município de Odivelas e o Alto Comissariado para a Imigração e Minorias Étnicas encontrando-se atualmente a funcionar na Loja do Cidadão de Odivelas, localizada no Centro Comercial Strada Outlet na Estrada da Paiã, Casal da Troca em Odivelas.

O CLAI têm como principal função prestar informações, acompanhar os processos de legalização dos imigrantes, permitir a estreita ligação com o Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF), o Alto Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural - ACIDI / Centro Nacional de Apoio ao Imigrante (CNAI), bem como outras entidades que intervêm junto da população imigrante. Visam ainda responder às necessidades que se colocam aos cidadãos imigrantes, nas áreas da regularização da situação migratória, nacionalidade, habitação, trabalho, segurança social, retorno voluntário, saúde, educação, formação profissional, entre outras.

Todavia, a multiculturalidade de Odivelas resulta em um fenômeno negativo de desintegração social, na qual as diferentes nacionalidades se isolam

por suas diferenças culturais. O seu oposto, a integração social, consiste na inclusão e na participação de todos os indivíduos em uma sociedade. De acordo com a Organização das Nações Unidas (ONU), a integração social visa criar uma sociedade inclusiva, dotada de mecanismos que acolham a diversidade e permitam que os mais diferentes indivíduos – independentemente do gênero, classe social, idade, crenças, nacionalidade – participem ativamente da vida política, econômica e social.

A falta da integração acarreta, portanto em uma grande variedade de problemas sociais e econômicos, gerando ainda maiores barreiras e diferenças sociais. Nem todas as pessoas desfrutam de equidade de oportunidades, pois a intolerância em inserir pessoas de diferentes nacionalidades nos estabelecimentos comerciais locais é grande.

As políticas de intervenção, devem se orientar, portanto, para a melhoria das condições socio urbanísticas dos espaços degradados e marginalizados principalmente para a promoção da convivência entre os diferentes grupos étnicos que partilham o espaço em prol de uma construção identitária e comunhão agregadora para Odivelas.

Deve haver uma cidadania ativa, que obriga o reconhecimento da comunidade assim como do indivíduo e das suas múltiplas redes sociais e pertencas culturais e identitárias, as quais pretendem ser articuladas no tecido social e político da cidade. A representação e participação coletiva e individual são capazes de colaborar para uma cidadania urbana mais democrática e justa.

4.6. A tradição das hortas

As terras do Norte do Tejo são na sua maioria policultivadas e isto significa trabalho e cuidados agrícolas por todo ano, exigindo uma comunhão da terra e das pessoas. “Junto a capital, fixam-se os mouros forros e com eles a cultura acarinhada da horta - o carácter das populações saloias reflecte ainda a sua longínqua origem: as aldeias abrigam um povo laborioso, de hábitos especiais, fechado, que alimenta a cidade mas resiste à sua influência” (Amaral²¹, 1998, pg 131).



Fig. 24 - Conjunto de fotografias de hortas pessoais retiradas na vertente sul de Odivelas.

Apesar do forte passado rural de Odivelas, onde sua produção agropecuária possuía como objetivo a venda, atualmente há poucos espaços agrícolas de produção que se destinam a atividade econômica. Em grande modo, essa situação decorre do grande fluxo de pessoas do interior do país e de outros países com costumes tradicionais de hortas de subsistência.

Durante as visitas realizadas aos bairros da vertente Sul, foi possível identificar a presença de hortas em quase todas as unidades familiares. Segundo os moradores locais, esses espaços para agricultura se destinam para o consumo do próprio núcleo familiar residente no local. São portanto uma produção de subsistência relacionada à prática do cultivo em si e aos

benefícios do consumo de comida local.

O “novo” conceito de Horta Urbana foi adotado pela Câmara Municipal de Lisboa (CML) no regulamento executado pela Comissão de Agricultura Urbana. A partir disso, pretende-se projetar mais áreas dedicadas as hortas urbanas e sustentar as existentes. A princípio as hortas se dividem em duas zonas já existentes no planejamento da cidade. As “Zonas Expectantes Municipais de Ocupação Temporária” dão lugar às “Hortas Dispersas” e as zonas do Plano Diretor Municipal (PDM) “de Produção e Recreio” equivalem as hortas sociais, hortas de recreio e hortas pedagógicas.

Apesar das diferenças de funções entre esses tipos de hortas, ambas garantem qualidades em comum como incremento econômico familiar, mais valia econômica pela diminuição dos custos de manutenção das áreas verdes, integração social, benefícios para a saúde pública física e psicológica e mais valias ambientais pela manutenção equilibrada de espaços urbanos.

Mais detalhadamente, as hortas têm como objetivos gerais contribuir para maior sustentabilidade ambiental da cidade e abastecimento frescos dos centros urbanos através da:

- . manutenção de ecossistemas existentes;
- . melhoria do microclima através da melhoria da qualidade do ar e aumento da produção de oxigênio;
- . melhoria da qualidade dos solos por práticas de correção orgânica e mobilizações culturais adequadas, correto aproveitamento das águas do solo e melhoria dos sistemas hídricos pela permeabilidade do solo;
- . contribuição para a melhoria da saúde pública por meio da sensibilização e possibilidade de acesso a toda população ao consumo de produtos frescos e ainda pela ação terapêutica psicológica e física da horticultura;
- . valorização paisagística e ambiental pela organização espacial de áreas de uso indefinido, na sua maioria degradadas, que não teriam quaisquer ocupações;
- . valorização cultural, pela sensibilização geral a população aos sistemas de produção artesanais, aproximando as populações citadinas

²¹ Amaral - Francisco Keil do Amaral foi arquiteto e escritor português grande responsável por introduzir o ensaísmo modernista em Portugal.

ao espaço rural e proporcionar diferentes atividades recreativas a toda população urbana.

Cada tipo de horta, entretanto, possui suas prioridades e objetivos principais:

. As hortas Sociais e Comunitárias visam majoritariamente funcionar como terapia ocupacional pelo cultivo da terra, designadamente por populações temporariamente desempregadas ou faixas etárias não ativas profissionalmente. Funcionam portanto, como um acréscimo do bem estar físico, econômico e social pelas possibilidades de consumo e comercialização dos produtos frescos essenciais bem como a interação social entre a comunidade. Através dessa prática promovem a educação ambiental acerca da agricultura biológica, incluindo formação específica de práticas de cultura e tratamento de resíduos.

. As hortas de Recreio de uso individual e coletivo, contribuem prioritariamente para a melhoria social pela promoção das relações entre os indivíduos das diferentes comunidades, lutando contra o isolamento e individualismo característicos das comunidades urbanas atuais.

. As hortas Pedagógicas promovem a educação ambiental e articulam com as populações e instituições de interesse público da ligação do Homem a Terra, inerente ao mundo rural, bem como a educação da vontade de defesa do meio ambiente.

. As Hortas Dispersas por sua vez legitimam a ocupação para produção de terrenos expectantes, até a intervenção prevista para o espaço ser efetuada, mediante acordos de ocupação temporária. Valorizam portanto, os terrenos ecologicamente e visualmente além dos benefícios das demais.

As dimensões e parcelas dos equipamentos estão classificadas conforme o PDM e se descrevem na figura a seguir.

A proposta também desenvolve acerca dos deveres dos utilizadores. Entre eles se encontram:

- . cultivar obrigatoriamente a horta;
- . liquidar os encargos inerentes a utilização da horta quando existentes;



Fig. 25 - Tipos de horta e seus requisitos, segundo a CML.

. garantir o asseio, segurança e bom uso das áreas Hortícolas e avisar a CML de quaisquer irregularidades;

. colocar os resíduos sólidos produzidos nos contentores à disposição para o efeito ou, no caso de não existirem, assegurarem à sua conta o seu encaminhamento a local adequado fora da área Hortícola;

. utilizar meios adequados de cultivo e promover boas práticas ambientais, sendo que é exigida a prática da agricultura biológica após serem ministradas ações de formação a cargo da CML;

. respeitar o parcelamento definido pela CML quando existente.

Os produtos podem ser utilizados para consumo próprio ou no caso das Hortas Sociais e Comunitárias para esquemas corporativos de produção e escoamento de produtos frescos e mercados biológicos desde que fiscalizados e aprovados pela CML

4.6.1. Parques Urbanos com Áreas de Hortas Incluídas

Lisboa conta atualmente com 14 parques hortícolas – cerca de 85 mil m² de área agrícola; com áreas de grama, parque infantil, quiosque, equipamentos de *fitness*, pistas de ciclismo, entre outras valências. Além do terreno, o município fornece vedações, abrigos para armazenamento das alfaias, água para rega, formação e acompanhamento técnico.

Os concursos de candidatura para uso das hortas são publicados através

de aviso em Boletim Municipal e pode candidatar-se qualquer pessoa individual, que não seja titular de qualquer espaço de cultivo na área territorial do município de Lisboa, seja em terreno de natureza municipal ou privada, e que não integre qualquer agregado familiar em que algum membro o seja (considerado este através do critério da residência comum).

Como exemplo de alguns dos projetos realizados pela CML em Lisboa temos o Parque Urbano da Quinta da Granja e o Parque Hortícola do Vale de Chelas.

4.6.1.1. Parque Urbano da Quinta da Granja

Largo da Revista Militar, Avenida do Colégio Militar, Lisboa

Esse parque urbano está integrado no Corredor Verde Periférico de Lisboa situado entre as Avenidas do Uruguai e dos Lusíadas, em Benfica, no cimo de uma pequena elevação.

Nos finais do século XVII, a Quinta era propriedade de D. Inácia da Cunha e continha um edifício de dois pisos, no cimo de uma pequena elevação em meio a um grande jardim. Atualmente, esta casa encontra-se inteiramente reabilitada e é um espaço de formação, de treino de competências sociais e de emprego temporário para portadores de Síndrome de Asperger.

A Quinta reúne atividades que representam de vários aspectos que marcaram o modo de vida tradicional de uma quinta agrícola: o lagar, a coleção de utensílios e maquinaria agrícola e a coleção de cangas. Para além disso foi criado um parque hortícola, conjunto de hortas urbanas integradas numa unidade homogênea e delimitada.

O local é um espaço de natureza que apetece apreciar o verde, o silêncio e realizar atividades de estar ou caminhar. O parque oferece um espaço de lazer e de contacto com a natureza, no meio da cidade e possui um pequeno quiosque com esplanada, passadeiras para caminhar pelo parque e uma ciclovia.

4.6.1.2. Parque Hortícola do Vale de Chelas

Avenida do Santo Condestável, Lisboa

O Parque Hortícola do Vale de Chelas se localiza nas Freguesias de Marvila e Areeiro e surgiu da necessidade de requalificar e dotar essa área com condições para a prática da agricultura urbana, atividade já desenvolvido no local, mas de forma desorganizada.

Esse parque faz parte da Estrutura Ecológica Municipal e concilia produção agrícola com atividades de recreio. Ele possui cerca de 3,3 hectares de horta formado por 224 talhões com casa de arrumos e acesso a produtos agrícolas. Aliado a horta foram inseridos equipamentos e áreas de recreio e infantis para dar maior apoio ao parque.



Fig. 26 - Parque Urbano da Quinta da Granja.



Fig. 27 - Vista superior dos talhões do Vale de Chelas.

5 - Projetos de Referência



Fig. 28 - Fachada frontal do centro comunitário.

Os critérios de escolha para os projetos de referência foram específicos de acordo com cada caso. Desse modo, cada referência foi selecionada não pela sua totalidade, mas por qualidades específicas como programa, materialidade, organização espacial entre outras.

5.1. *Nest We Grow*

*Faculdade de Projeto Ambiental UC Berkeley
+ Kengo Juma & Associates / Takinoue, 2014*

O projeto Nest We Grow foi desenvolvido pelo arquiteto Kengo Kuma & Associates em parceria com a Faculdade de Projeto Ambiental UC Berkeley no ano de 2014 em Takinoue, Japão. Em resposta a um concurso internacional, o prédio consiste em um espaço público com objetivo de trazer a comunidade em conjunto para armazenar, preparar e saborear sua produção de alimentos. Procurou-se fazer o uso de materiais locais e técnicas renováveis de construção além de avaliar o impacto da implantação de ações comunitárias modestas no território.

O programa foi decidido de acordo com o ciclo de vida dos alimentos locais que se constitui por: cultivo, colheita, armazenamento, cozimento/refeições e compostagem. Todas essas atividades foram divididas em partes pelo prédio, mas é possível interagir entre si devido aos amplos vãos e permeabilidade visual existente.

A estrutura de madeira imita a experiência vertical de uma floresta japonesa, onde o alimento é pendurado para crescer e secar. No centro do edifício, no ninho local que atribui o nome do projeto, há um espaço dedicado a degustação em conjunto de chá e o usufruto da lareira em conjunto.

A fachada e telhado são constituídos por telhas onduladas de plástico transparente, policarbonato que permitem a entrada natural da luz e aquecem o espaço nos meses mais frios. As aberturas são compostas por painéis de correr que se adaptam a diferença climática das estações.

O projeto foi escolhido para servir de referência devido a sua adaptação programática aos costumes típicos da comunidade local e ao uso da transparência e permeabilidade visual na estética interna e integração dos

ambientes. Ademais, a madeira também foi escolhida como material para a estrutura da construção (ArchDaily Brasil, 2019).



Fig. 29 - Espaço interior e sua estrutura em madeira.



Fig. 30 - Materialidade da fachada com fechamento plástico em policarbonato.

5.2. Noma 2.0 Bjarke Ingels Group / Copenhagen, 2018



Fig. 31 - Deck de acesso ao edifício e vista do complexo formado por volumes distintos.

O Noma é um restaurante projetado pelo escritório BIG, situado em Copenhagen, Dinamarca. A ideia principal foi dividir as funções do restaurante em edifícios separados mas conectados entre si. No centro desses espaços localiza-se a cozinha onde os chefs, a partir dessa posição, possuem uma visão de todo o restaurante. Desse modo, os convidados também acompanham o que acontece nos bastidores.

A materialidade diverge em cada edifício, de acordo com sua atividade, como tijolos e madeira mas os caminhos são cobertos de vidro para que se acompanhe as mudanças do clima, do dia e das estações.

O projeto foi escolhido como referência devido à intenção de aplicar o programa dividido em edifícios distintos porém integrados entre si. Além do uso da madeira em diferentes tratamentos que proporcionam texturas e sensações distintas a cada espaço e uso. A localização central da cozinha também será utilizada no projeto a ser desenvolvido, como coração das atividades, representando sua relevância (ArchDaily Brasil, 2019).

5.3. Green House as a Home BIAS Architects / Twaian, 2018

O projeto Green House as a Home foi desenvolvido pelo escritório BIAS Architects em Taiwan como uma instalação provisória para o evento da Taoyuan Agriculture Expo 2018. Seu objetivo é fazer as pessoas transitarem entre diferentes zonas climáticas criadas por estufas com distintos usos de estrutura e material construtivo enquanto a distribuição de água e energia é controlado tecnicamente.



Fig. 32 - Cozinha e passagens iluminadas pelas janelas zenitais.



Fig. 33 - A integração da cozinha e a diferença de materialidade em seu interior.



Fig. 34 - Cada ambiente se localiza em uma estufa distinta.

Desse modo, as pessoas podem andar entre os diferentes bioclimas e realizar atividades específicas em cada deles como cozinhar, participar de refeições comunitárias, concertos entre outras (ArchDaily Brasil, 2019).



Fig. 35 - O espaço e atmosfera da segunda estufa possibilita a realização de concertos.

Fig. 36 - Culturas hidropônicas convivem com a cozinha.



5.4. Cozinha Comunitária das Terras da Costa *ateliermod + Colectivo Warehouse / Costa da Caparica, 2015*

O projeto foi criado pelo atelier de arquitetura, Atelier Mob em parceria com o Colectivo Warehouse. Ele se localiza na Costa da Caparica no bairro de Terras da Costa, majoritariamente de gênese ilegal e habitado por comunidades de origem africana e cigana.

As residências existentes surgiram como apoio à atividade agrícola local, entretanto o sistema público de infraestrutura básica não seguiu o desenvolvimento do bairro que até hoje permanece isolado e invisível.

Nessa intervenção, a população decidiu que uma cozinha comunitária seria um projeto inicial para o desenvolvimento das condições de vida locais abrigo também ambientes de estar e pontos de distribuição de água e anti-incêndio.

O projeto possui uma planta em formato de J que configura um ambiente de permeabilidade visual e construção de um pequeno pátio aberto possibilitando melhor integração das atividades e dos usuários. Ele é construído em madeira reaproveitada por um sistema modular que configura cheios e vazios e diferentes níveis de transparência (ArchDaily Brasil, 2019).



Fig. 37 - Vista aérea do projeto e seu entorno. O volume no novo edifício se assemelha em escala e reflete a informalidade da região.

A cozinha comunitária foi escolhida como referência para o trabalho em função do seu impacto e utilidade social e do uso da madeira para as fachadas. Além disso, a permeabilidade visual, que possibilita a integração das atividades mesmo que estejam a ocorrer em diferentes espaços, como no projeto anterior.



Fig. 38 - O espaço permeável visualmente possibilita a integração das atividades nos diferentes ambientes.



Fig. 39 - A diferença de uso do mesmo ripado de madeira na fachada.

5.5. Reabilitação do Castelo dos Mouros / Sintra, 2019



Fig. 40 - Vista aérea do projeto.

O projeto de revalorização e restauro do Castelo dos Mouros foi iniciado em 2009 e teve como objetivo a valorização global e restauro do monumento além da construção e das novas instalações para acolher o visitante.

Entre os desafios dessa área com grandes tesouros arqueológicos também se incluía a construção de novas estruturas no patrimônio edificado já existente e na ligação entre o antigo e o novo.

A ideia base do projeto foi a reversibilidade, refletida em um conjunto de edificações sobre estacas e interligadas por passadiços acima do solo, construídos sobre rampas, para permitir completa acessibilidade, remetendo também as torres medievais de assalto a castelos. Desse modo, as estruturas arqueológicas que estão no solo e no subsolo ficam visíveis.

O programa se constitui em bilheteria, loja, cafeteria, esplanada, instalações sanitárias e os edifícios foram construídos com madeira de acácia, espécie invasora proveniente das limpezas florestais efetuadas nas propriedades geridas pela “Parque de Sintra”.

O projeto serviu de referência para este trabalho final de mestrado devido a

utilização do ripado de madeira para materialidade das fachadas e por sua proviniência de madeira de limpeza da horta (Parques de Sintra, 2013).



Fig. 41 - Entrada do Centro de Apoio aos visitantes, evidencia a interação entre o antigo e o novo.



Fig. 42 - Vista Lateral do Centro de Apoio aos visitantes. O projeto possui as funções alocadas, em sua maioria em volumes distintos.

6 - A Intervenção

“Há 50 anos, o que era contínuo na paisagem era o sistema natural. As cidades eram pontos. Hoje é o contrário. O contínuo na paisagem é o construído. Temos que estabelecer corredores. Não há plano de desenvolvimento sustentável sem agricultura.”

Gonçalo Ribeiro Telles

O projeto realizado apresenta uma alternativa ao atual modelo de alimentação desenvolvido ao redor do mundo. Ele incentiva a atividade agrícola de subsistência com uma infraestrutura local e adaptada às características e as necessidades do território de Odivelas; e incentiva a conexão dos habitantes entre si através do cultivo na terra e das refeições comunitárias.

O projeto urbano tem como intenção estabelecer o desenvolvimento do território de maneira mais eficiente, com utilização dos recursos providos pelo solo, a conservação e valorização dos espaços de importância ecológica, nomeadamente os de produção agrícola, em prol da biodiversidade em meio urbano. Além disso, visa à reabilitação do espaço não construído atribuindo novas funcionalidades como a agricultura urbana no terreno fértil da área.

Através de corredores verdes, a proposta urbana insere a área verde pública para gerar um ambiente misto e integrado no território de Odivelas. Isso possibilita o desenvolvimento de espaços verdes de lazer e de produção onde é possível ver a aproximação entre os moradores e entre as funções de produtor e consumidor.

O projeto arquitetônico cumpre uma função mais específica de oferecer suporte para a atividade agrícola local e principalmente espaço de convívio comunitário para os moradores. O Centro Odivelense para Alimentação é um centro comunitário com enfoque nas trocas proporcionadas através do alimento entre as culturas dos moradores locais.

Nele, é possível a aproximação com o Sistema Alimentar, de conhecimentos e experiências da produção ao consumo em comunidade. Sua intenção é ter força para reunir, curar e promover uma relação sensível da cozinha com a comunidade e da comunidade entre si, de modo sustentável.

6.1. Os Corredores Verdes

Nas últimas décadas, Portugal tem vindo, progressivamente, a tornar-se um país mais urbano, aumentando muito a ocupação de solo, anteriormente agrícola e florestal, com edificações de vários tipos. Entretanto, a integração

entre o natural e o construído nas cidades portuguesas tem sido feita de forma desarticulada. Esta tendência pode ser revertida através dos PDM, que procurem um ordenamento municipal que reserve espaços de valor e potencial ecológico, para garantir o funcionamento das estruturas ecológicas e melhorar a qualidade do ar, diminuir o ruído e criar espaços de lazer.

No século XIX, vários indivíduos e esforços iniciaram uma ideia e estratégia de planejamento denominada Corredores Verdes. Foi reconhecida a importância de redes e sistemas de corredores lineares na paisagem, formados por vegetação natural, associados ao recreio, conservação ou proteção, diversidade biológica, equilíbrio ecológico, vistas cênicas e históricas.

Segundo Little²² (1990) os corredores verdes são espaços livres lineares ao longo de corredores naturais, como frentes ribeirinhas, cursos de água, canais, linhas férreas convertidas em uso de recreio, que ligam entre si parques, reservas naturais, património cultural e áreas habitacionais.

Os corredores verdes possuem três grandes grupos de funções:

- Função Ecológica através da proteção de áreas naturais constituindo habitats para plantas e animais, ajudando na manutenção da biodiversidade. Também previne o isolamento das espécies, mantendo os processos demográficos naturais;

- Manutenção da vegetação ripícola (ao longo do curso de água), que produz matéria orgânica, alimento aos animais aquáticos;

- A vegetação do corredor funciona como filtro urbano, melhorando a qualidade do ar e da água. Promove ainda o transporte de matéria, organismos, energia além da função de proteção das áreas urbanas, intervindo positivamente nos processos hídricos, diminuindo o risco de erosão;

Uma rede de Corredores Verdes bem estruturada pode portanto ajudar as

comunidades bióticas a adaptarem-se às mudanças ambientais de longo prazo, mas também exercer um bem aos cidadãos como:

- Função Recreativa devido ao fornecimento de espaços para recreio, lazer e criação de vias de circulação alternativas (aos meios motorizados);

- Função Cultural contribuindo para a preservação do património histórico e cultural e valorizando a qualidade estética da paisagem.

Sendo o solo urbano bastante pressionado para a construção, os Corredores Verdes servem de barreira para o crescimento da “concretização”, proporcionando áreas de solo permeável, prevenindo catástrofes, tais como: cheias e deslizamentos. São também uma via de penetração do ar na cidade e fornecem espaços úmidos, aproveitando linhas de água existentes, ou mesmo através da construção de “espelhos de água”, contribuindo para uma diminuição do efeito de “ilha de calor urbano”.

Em Lisboa, o projeto de Corredores Verdes foi feito pela Câmara Municipal, por uma equipe coordenada pelo arquiteto Gonçalves Ribeiro Telles. Deste projeto está executado, parcialmente, o corredor verde que une a Baixa Pombalina a Monsanto, através do Parque Eduardo VII e Jardim Amália Rodrigues. Essa ligação tem 2,5 quilómetros de extensão e ocupa um espaço de 51 hectares.

O corredor tem duas pontes ciclopedonais, vários jardins e parques, um

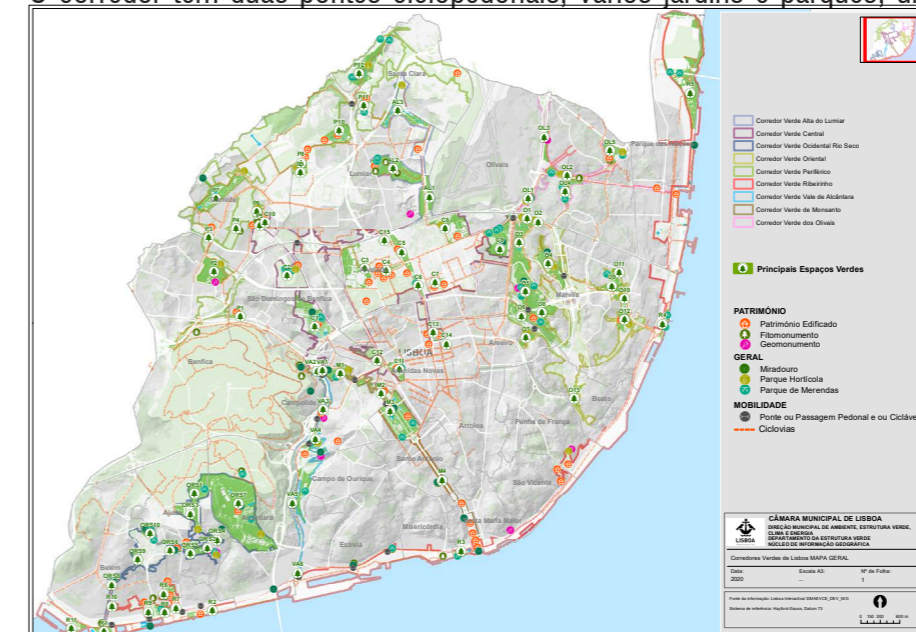


Fig. 43 - Mapa Geral dos Corredores Verdes

²² Charles E. Little - é americano escritor e pesquisador sobre o uso e manutenção da terra e presidente do Forum Americano da Terra.

parque hortícola, uma área “experimental de prado biodiverso de sequeiro”, searas, dois miradouros, três quiosques com esplanada, um parque juvenil, um skate parque e dois parques de manutenção física.

O projeto entretanto ainda não foi concluído, restam muitas áreas verdes desconectadas e incompletas, além de muitas zonas com um enorme potencial de uso e prolongamento. Por isso, o presente trabalho aproveita-se do conceito, intenção e pretende estabelecer um novo eixo dos Corredores Verdes em Odivelas.

6.2. Corredores Verdes em Odivelas

A análise do território permitiu o reconhecimento de algumas fraquezas no local exemplificadas no diagrama abaixo.

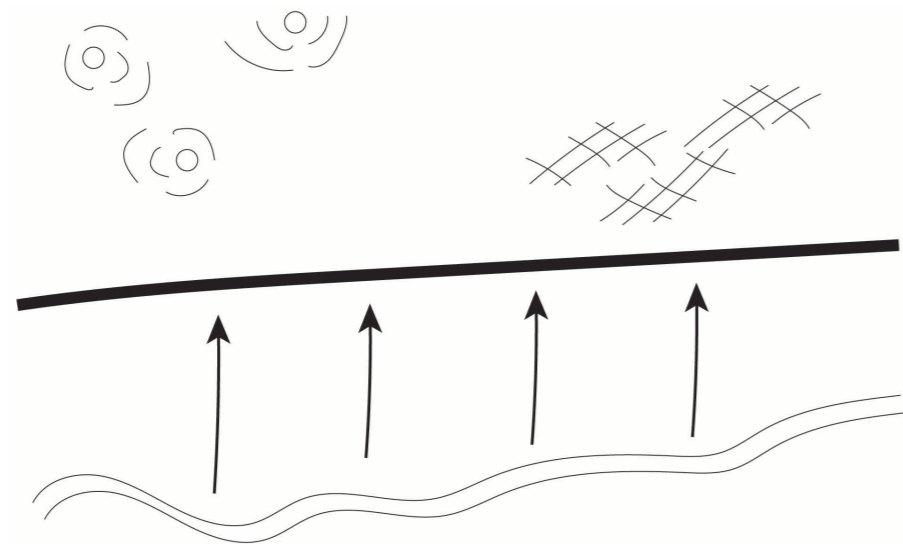


Fig.44 - Diagrama que representa Odivelas atualmente.

Odivelas atualmente se encontra separada entre a parte Norte e a parte Sul pela grande barreira da CRIL. As morfologias urbanas não se integram e o território permanece fragmentado. Assim, o tecido morfológico é distinto e desconectado. A falta de integração entre as tipologias dos bairros é intensificada com a desigualdade social existente resultando em uma sociedade também dividida e heterogênea.

Além disso, as linhas de água, existentes em grande quantidade no bairro, são poluídas e as poucas áreas verdes de lazer públicas presentes se

encontram em péssimas condições de manutenção e funcionam como depósitos de lixo.

Outro problema no local é a falta de equipamentos na margem Sul da CRIL, principalmente em comparação a margem Norte. Na margem Norte, há uma grande diversidade de equipamentos oferecendo mais suporte a população, o contrário do que ocorre na margem Sul, que carece de infraestrutura em termos quantitativos e qualitativos, como mostra o mapa a seguir.



Fig. 45 - Mapa de equipamentos a comparar a parte Norte e Sul.

Desse modo, o projeto tem como objetivo dissolver a percepção da barreira da CRIL, promovendo integrações lineares entre os diferentes bairros e morfologias. É criado um grande corredor verde no sentido Leste-Oeste da CRIL, e corredores menores no sentido Norte-Sul ao longo das linhas d'água que permeiam Odivelas. Esses corredores, juntos, constituem um grande parque urbano público que tem como objetivo unir o tecido urbano e integrar as pessoas pelas suas múltiplas atividades.

Para atrair esse movimento e criar uma relação dinâmica entre a área verde e o ambiente construído são instalados diversos equipamentos, especialmente na Vertente Sul. Desse modo, essa região passa a ser suprida de infraestrutura necessária através da criação de escolas, parque esportivo, um centro comunitário, estabelecimentos de restauração, parques infantis, hortas comunitárias e pavilhões de uso múltiplo, como virá a ser detalhado na próxima página. Dentro do projeto urbano, entretanto,

as hortas comunitárias são o enfoque de estudo e objetivo principal deste Trabalho Final de Mestrado.

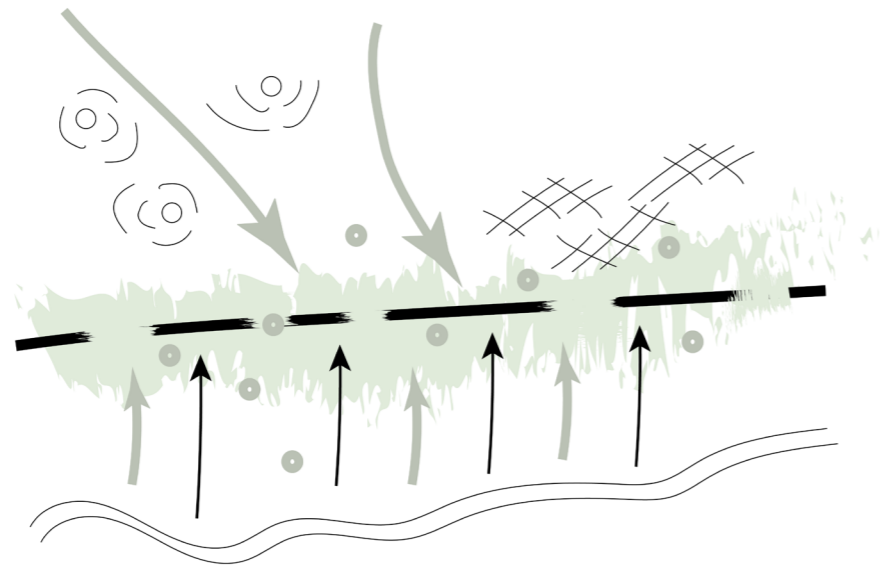


Fig. 46 - Diagrama que representa Odiveiras com a intervenção do projeto urbano dos Corredores Verdes.



Fig. 47 - Mapa da intervenção urbana "Corredores Verdes" e os diversos equipamentos e atividades presentes nesse parque público. Escala: 1/5000

6.2.1. As Hortas Comunitárias

As hortas comunitárias foram escolhidas dentre as muitas opções de produção agrícola propostos pela CML devido a promoção da atividade comunitária, ao abastecimento próprio familiar e a geração de atividades de lazer.

No projeto do parque urbano, elas foram distribuídas em proximidade e interação com o tecido construído e também com proximidade às linhas d'água. O objetivo é que durante o período das cheias, sua irrigação possa advir completamente da água em curso das linhas d'água



Fig. 48 - Localização das hortas no parque urbano.

As encostas da Vertente Sul de Odivelas, constituintes de zonas preservadas destinadas a área verde foram escolhidas para a aplicação do projeto mais detalhado de implantação dessas hortas, para demonstração da proposta. Isso porque o espaço se encontra subutilizado, em detrimento do seu potencial de enriquecimento da vegetação e do espaço público para o bairro.



Fig. 49 - Encosta da Vertente Sul de Odivelas atualmente, vista de baixo.



Fig. 50 - Encosta da Vertente Sul de Odivelas vista de um caminho pedonal existente por entre a mata.

Atualmente, a mata cresce desordenada no local e, devido à interrupção das ruas do tecido urbano, entre um lado e outro da encosta, a população local espontaneamente criou caminhos entre a mata interligando as ruas para continuar o fluxo pedonal.

A proposta se consiste então em primeiramente oficializar o trajeto já realizado pelos moradores através da construção de uma via generosa para uso livre pedonal. Acompanhando as curvas de nível da encosta, são criados terraços destinados a produção agrícola. As hortas comunitárias possuem uma dimensão mínima de 100 m² com casas de arrumo e vedações por plantas e arbustos de bordadura.

Além disso, nos terraços, para atrair as pessoas para o contato com as hortas e atividades locais, são estabelecidos equipamentos de lazer e apoio as mesmas. Uma infraestrutura de café e bar com esplanada, brinquedos infantis, anfiteatros, que funcionam como bacias de retenção, e áreas de estar que são estabelecidas nas encostas gerando mais uma extensão do parque urbano nesse corredor verde.

Essa encosta também possui uma linha d'água, então para gerar direcionamento e escoamento da água entre o espaço construído, foi escavado na terra um fluxo natural para a linha d'água, destinado a criação de um riacho na época da cheia. Esse espaço é preenchido com plantas de espécies filtrantes adaptadas a presença de água.

Os anfiteatros e alguns espaços públicos criados possuem também a

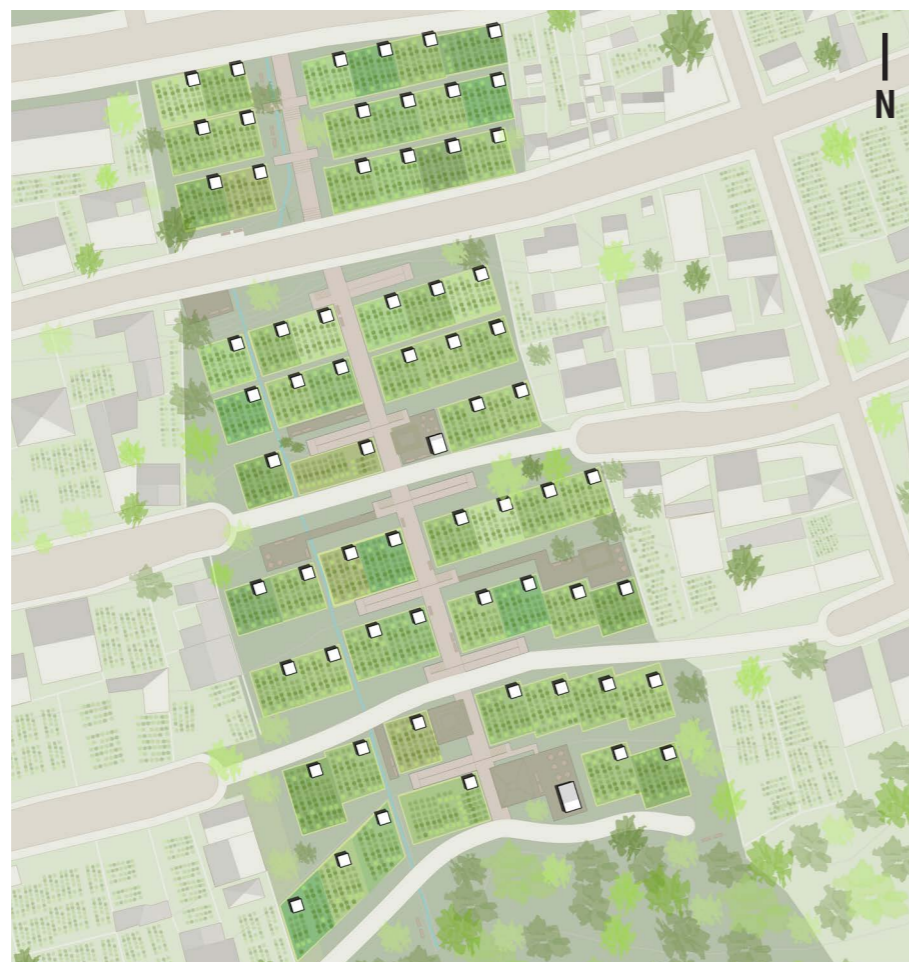


Fig. 51 - Planta de encosta na vertente Sul utilizada para terraços de produção e áreas de lazer.

função de reter água nos períodos de chuva intensa para evitar inundações nos espaços circundantes como praças, ruas e calçadas, necessários para o uso frequente e deslocamento. A pesquisa e aplicação sobre as bacias de retenção serão detalhadas no sub capítulo a seguir.

Desse modo, as encostas da margem Sul de Odivelas se transformam em uma nova vertente do Corredor Verde, oferecendo qualidades paisagísticas e funcionais ao bairro. A diferença de níveis é o principal atrativo para a criação dos novos espaços públicos e para um interação mais dinâmica devido a sua permeabilidade visual. Em meio às habitações, as encostas de produção se tornam uma espaço público mais íntimo que funciona como uma praça de bairro relacionadas diretamente a convivência existente em uma horta familiar caseira.

6.2.2. As Bacias de Retenção

Dentre os desafios contemporâneos das cidades atuais, a questão hídrica é uma urgência. O rápido e enorme crescimento urbano não foi acompanhado

por um aumento proporcional na proteção contra inundações, tampouco por um aumento da qualidade paisagística na relação entre rios e cidades. Rios e córregos continuam sendo concretados, os espaços públicos ao longo de cursos d'água são desqualificados e por isso as enchentes e alagamentos continuam sendo um problema.

O rápido processo de urbanização dos subúrbios, somado a uma condição de alta precipitação nos meses de chuva em Lisboa, resulta numa infraestrutura de drenagem obsoleta, que não é capaz de gerenciar a quantidade de chuvas no ambiente construído. Somado a isso, as linhas d'água de Odivelas possuem grande quantidade de resíduos e servem atualmente como depósito de lixo impedindo o fluxo e infiltração adequado das águas da chuva.

Entretanto, países como a Holanda obtiveram um papel de destaque na formação do território e na urbanização devido ao seu território banhado por rios. As águas deixaram de ser vistas apenas sob a ótica da funcionalidade, passando por uma abordagem mais integrada com os processos naturais e as questões paisagísticas, sociais, de lazer, de recreação, que fazem parte das necessidades humanas.

Além da solução tradicional que se consiste em canalizar e aumentar o diâmetro da tubulação dos rios; a gestão hídrica pode atualizar essa estrutura através de um novo paradigma, redesenhando o tecido urbano para armazenar água, com a união entre o espaço aberto e o subterrâneo. Isso pode ser realizado de diferentes maneiras: através de ajardinamento das linhas de água abertas, construção de áreas de retenção e espelhos d'água.

As bacias de retenção podem ser relacionadas a outras funções urbanas como áreas verdes e de lazer. Esses espaços apresentam uma cota mais baixa e podem ser submersos em casos de chuvas intensas. O escoamento da área circundante é conectado a essa bacia por drenos abertos ou sistemas de drenagem de águas pluviais. Com a chuva, as partes mais baixas enchem primeiro e a água permanece ali por mais tempo. As bacias de retenção oferecem grandes benefícios como:

. tornar a água mais visível na cidade o que contribui para a melhora do aspecto estético da paisagem.

. podem ser combinadas a outras funções urbanas e portanto

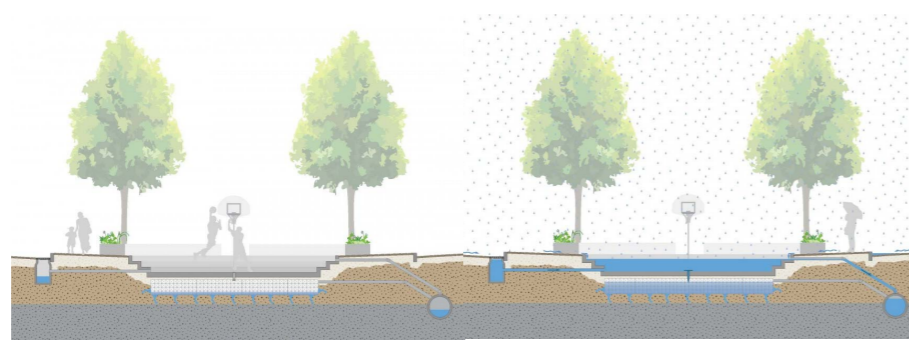


Fig. 52 - Funcionamento da bacia de retenção com chuva.

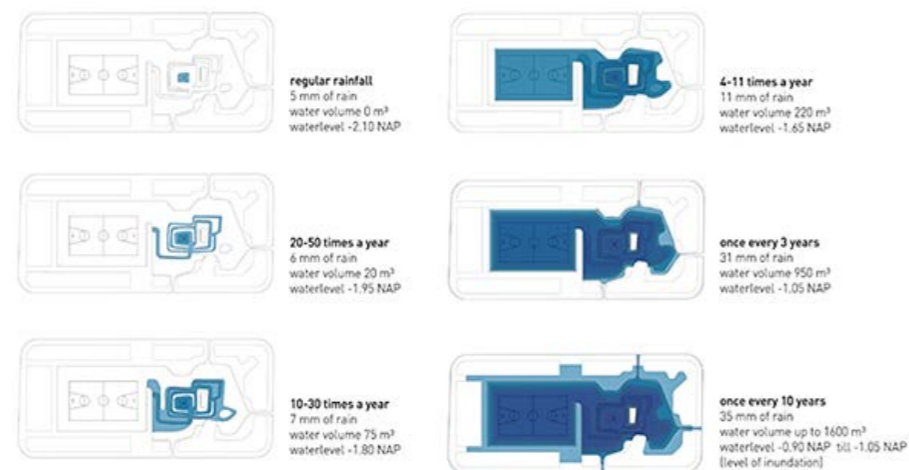


Fig. 53 - Capacidade da quadra relativa a variação da chuva

gerarem espaços com múltiplos propósitos.

. permitem a captação de grande volume de água, preservando as áreas de fluxo das cidade para uso de pedestres e veículos.

Dentre os projetos em curso na Holanda, dois destacam-se pela sua aplicabilidade dentro do contexto do projeto. São eles: “Water Squares” e “The River as a Tidal Park”. O projeto Water Squares, na cidade de Rotterdam, Holanda se consiste em quadras esportivas para uso da população, mas que também funcionam como área de detenção de águas, em caso de enxurradas. O desenho e pintura das quadras enfatizam o caráter multifuncional, através de uma pintura em tons de azul, como uma piscina, para que a população as reconheçam como tal.

O projeto “The River as a Tidal Park” (O Rio como um Parque das Marés, em tradução livre), busca redesenhar a transição entre o rio e a cidade. A



Fig. 54 - A água de Rotterdam beirada por suas margens artificiais em cinza.



Fig. 55 - Projeto de naturalização das margens do rio incluindo a presença direta da natureza como margem.

ideia é trazer a natureza para as bordas, com a reconstrução de margens, da fauna e flora e das condições necessárias para que essa ocorra, como o alimento e abrigo para animais. Uma contraposição a realidade de 70% dos rios de Rotterdam que possuem suas margens artificiais em concreto.

A união entre a estrutura e a paisagem é uma característica de projetos contemporâneos, em que a paisagem pode ser interpretada como uma nova forma de desenhar a infraestrutura, englobando os ecossistemas naturais. Isso traz uma série de vantagens adicionais, como a qualidade da água, do ar, ameniza ruídos, e, conseqüentemente, oferece vantagens adicionais para os seres humanos.

Os benefícios para a saúde física e mental, como atividades esportivas ao ar livre e redução dos níveis de stress, e para as atividades sociais, como oportunidades de lazer e encontro, são inclusive alvo de estudos de economia ambiental. Os estudos colocam valores financeiros como argumentos, em termos de gastos em saúde e de valorização imobiliária dos lotes ao redor.

O projeto urbano “Corredores Verdes” inclui bacias de retenção e visa uma solução híbrida entre estruturas convencionais de drenagem e novas estruturas que funcionam como paisagismo ou lazer, e que podem ser eventualmente alagadas. Uma solução mais econômica e com menores transtornos para atualizar as estruturas de drenagem – e com ganhos adicionais em qualidade de vida para os cidadãos da margem Sul de Odivelas.

6.3. COpA - Centro Odivelense para Alimentação

O projeto de arquitetura do presente trabalho se constitui em um centro comunitário visado para fornecer educação, equipamentos, infraestrutura e espaços relacionados a produção alimentar sustentável. Esse novo equipamento do bairro oferece ambientes de convívio que suprem a carência de espaço público de diferentes valências e qualidades na freguesia. O centro deve poder proporcionar atividades sociais e ambientais ligadas ao processo, preparo, distribuição e consumo do alimento.

O equipamento se mantém através do aluguel de áreas como o Auditório, a Cozinha Incubadora e o Refeitório, para pessoas do bairro, empresas e a própria junta de freguesia realizarem festas, eventos, reuniões e treinamentos. Escolas de hotelaria da região e micro empresas são o foco do projeto para atrair chefes e maior dinâmica gastronômica para a



Fig. 56 - A passarela de Odivelas que atravessa o parque urbano e CRIL.

comunidade de Odivelas.

O terreno do projeto de arquitetura se localiza na Rua da Ribeira, face à área protegida da linha d'água entre os bairros da Encosta da Luz e da Quinta do Zé Luiz. Esse terreno possui um acesso a passarela que atravessa a CRIL em direção ao Pavilhão da Feira do Silvado, conectando a Vertente Sul à Vertente Norte.

Atualmente, em ambas as saídas Norte e Sul ela vai de encontro ao traçado de ruas e casas informais do bairro. Ela se encontra em mau



Fig. 57 - A situação atual da rampa de acesso a passarela pela margem Sul.

estado de conservação e sua rampa de acesso é local de depósito de lixo e estacionamento de carros. Como essa área está abandonada e há pouca permeabilidade visual, o espaço é visto com insegurança pelos moradores o que torna o trajeto ao longo da passarela pouco agradável.

A ideia do projeto é elaborar um conceito para a nova passarela, que pode ser vista como elemento de grande importância não apenas para estreitar a conexão Norte e Sul, dissolvendo a presença da barreira da CRIL, mas também para criar uma nova atração e área de estar em Odivelas.

Com objetivo mais sustentável, o projeto visa à manutenção da passarela existente, o aproveitamento da sua estrutura e função, porém uma adaptação e aperfeiçoamento do seu uso através de intervenções. A única

Fig 58 - Novo acesso da passarela em estrutura de madeira.

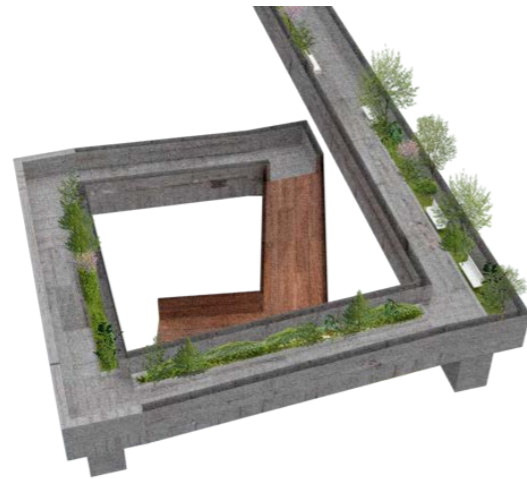
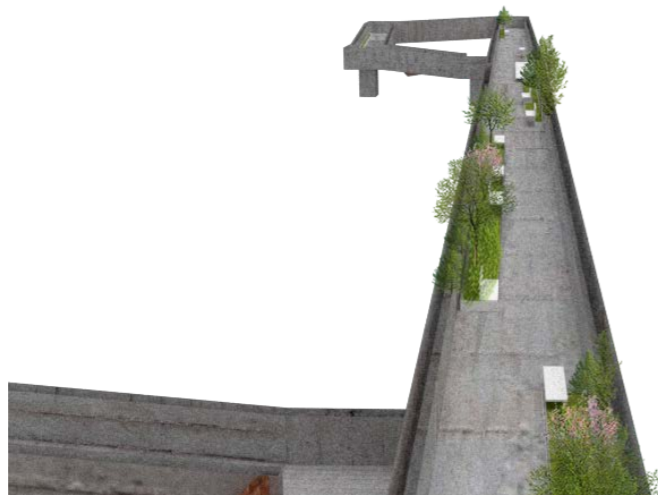


Fig 59 - A passarela com as novas intervenções através dos bancos e canteiros verdes para espécies autóctenas.



modificação estrutural realizada, para melhoria do acesso e fluxo entre a passarela e o novo projeto urbano dos Corredores Verdes e arquitetônico do COpA, se dá pela criação de uma nova entrada. Ela é acoplada a estrutura de concreto e é feita em madeira com objetivo de ser mais leve e se integrar diretamente a materialidade utilizada no projeto do centro comunitário.

O “High Line Park” em Nova Iorque, Estados Unidos, serve de referência para esse conceito. Ele foi construído projetado por James Corner Field Operations, Diller Scofidio + Renfro, e Piet Oudolf e sua primeira seção foi aberta ao público no ano de 2009.

O espaço era uma antiga linha suspensa de trem e estava em desuso completo, destinado a demolição. Entretanto, com a intervenção, o espaço foi modificado para adquirir características de um parque público urbano de formato linear. Ele adquire diferentes ambientes e qualidades para a realização de diversas atividades como andar por entre jardins, experimentar arte pública, performances, realizar refeições, e interagir entre as pessoas

e os vizinhos. O espaço é mantido por doações dos seus usuários que desfrutam dessa nova perspectiva acerca da própria cidade.



Fig. 60 - O High Line antes da possível demolição.

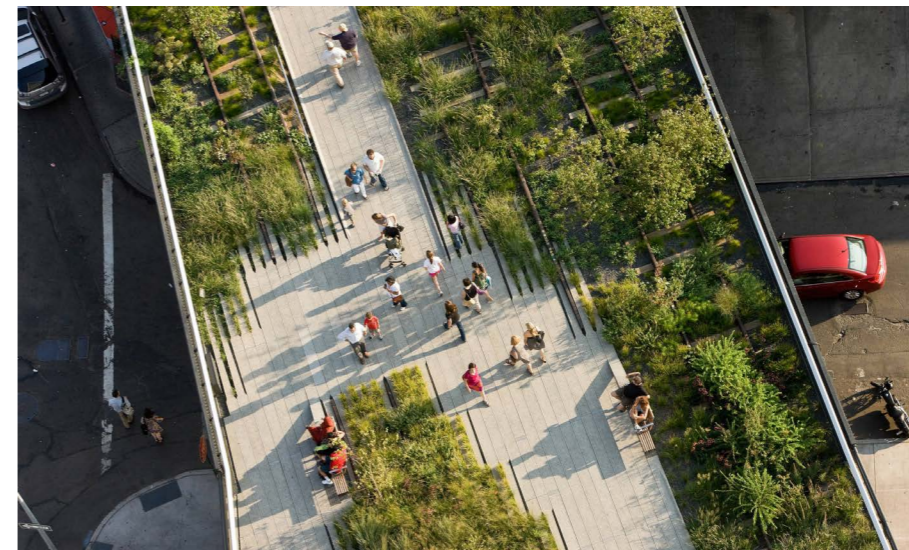


Fig. 61 - Após a intervenção, vista de cima do a paginação do parque.



Fig. 62 - Diferente mobiliários e possíveis atividades interações entra as pessoas

O projeto do COpA visa então a implantação de área verde com espécies autóctones²³, e a implantação de mobiliário urbano como e áreas de estar para tornar a passarela um local mais dinâmico e aprazível. A vegetação proporciona um espaço mais sombreado e interativo e os bancos incentivam a convivência entre os usuários e usufruto do próprio espaço e da vista para o parque urbano.

O percurso varia de acordo com o espaço circundante, adquirindo características distintas quando se encontra sobre a CRIL (mais arbustos) e sobre o próprio parque Rio da Costa (mais espaços de observação junto à copa das árvores, que permite uma experiência de interação e estudo da



²³ Espécies Autóctone - originárias do seu próprio território. Estão portanto adaptadas ao clima e ao solo e portanto, requerem menos manutenção e contribuem para o sustento dos animais locais.

Fig 63 - A vista da passarela sobre o parque urbano. Os bancos permitirão melhor usufruto desse ambiente.



Fig. 64 - Planta da passarela e seu novo acesso.

biodiversidade local). O trajeto se torna assim mais agradável e possibilita



Fig. 65 - Corte da passarela em seu acesso pela parte Sul, com nova estrutura em madeira para a entrada.

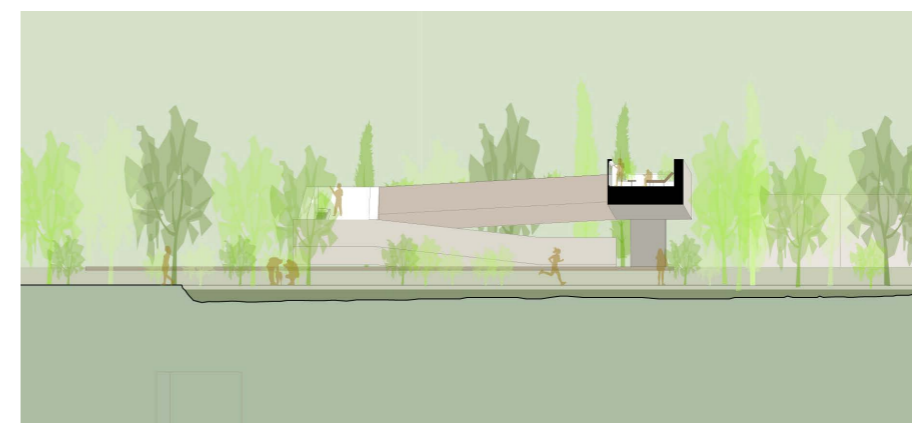


Fig. 66 - Corte da passarela acima do parque urbano Rio da Costa. Durante esse percurso a passarela oferece mais espaços de interação visual com o parque.

6.3.1. O Programa

O programa do centro comunitário iniciou-se em função dos atos de plantar, preservar, cozinhar, partilhar, educar e reutilizar de acordo com a análise da sua pertinência e necessidade para os cidadãos de Odivelas.

. Plantar:

- a. Horta
- b. Estufa

. Preservar

- a. Despensa
- b. Depósito

. Cozinhar

- a. Cozinha comunitária
- b. Cozinha incubadora

. Partilhar

- a. Sala de refeições comunitárias

. Educar

- a. Auditório
- b. Centro de formação

. Reutilizar

- a. Centro de Compostagem

+ Apoio

- a. Escritório
- b. Recepção
- f. Casas de banho

Essas atividades são portanto, complementares e buscam como um todo a sustentabilidade social, ecológica e econômica do local.

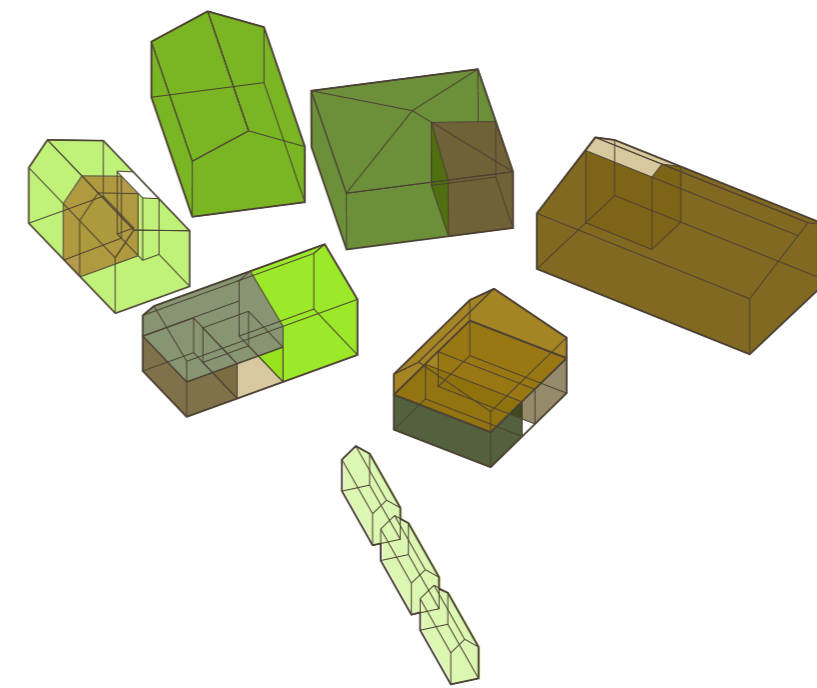


Fig. 67 - Os programas inseridos nos volumes do projeto.

. Plantar	hortas	152 m ²
	depósito	33 m ²
. Preservar	despensa	6 m ²
	cozinha	152 m ²
. Cozinhar	cozinha incubadora	38 m ²
	sala de refeições	148 m ²
	sala multiuso	82 m ²
. Partilhar	bar / cafeteria	30 m ²
	centro de formação	87 m ²
. Educar	auditório	170 m ²
	. Reutilizar	centro de compostagem
. Apoio	recepção	20 m ²
	administração	24 m ²
	balneários	48 m ²
	casas de banho	45 m ²

Fig. 68 - Quadro do programa e suas respectivas áreas.

6.3.2. A Implantação

Os volumes do edifício foram dispostos, primeiramente em função dos fluxos externos de passagem pedonal existentes e que deveriam ser estabelecidos no parque urbano, conforme a figura a seguir.

. A cozinha com o forno é disposta na posição central do terreno, entre os fluxos de passagem e depois, são posicionados os demais edifícios.

. A Sala de Refeições é posicionada mais próxima à passarela para torná-la mais visível e acessível aos pedestres.

. O Auditório é localizado ao longo do fluxo principal, mais próximo as atividades da rua existente na margem Sul.

. O Centro de Formações, se estabelece em uma área mais reservada e interna ao terreno do projeto.

. O Depósito e a Compostagem se localizam no meio do terreno configurando um pátio central de convívio no projeto.

. O Apoio como casas de banho e arrumos são adicionados próximo ao pátio central e as atividades mais comuns.

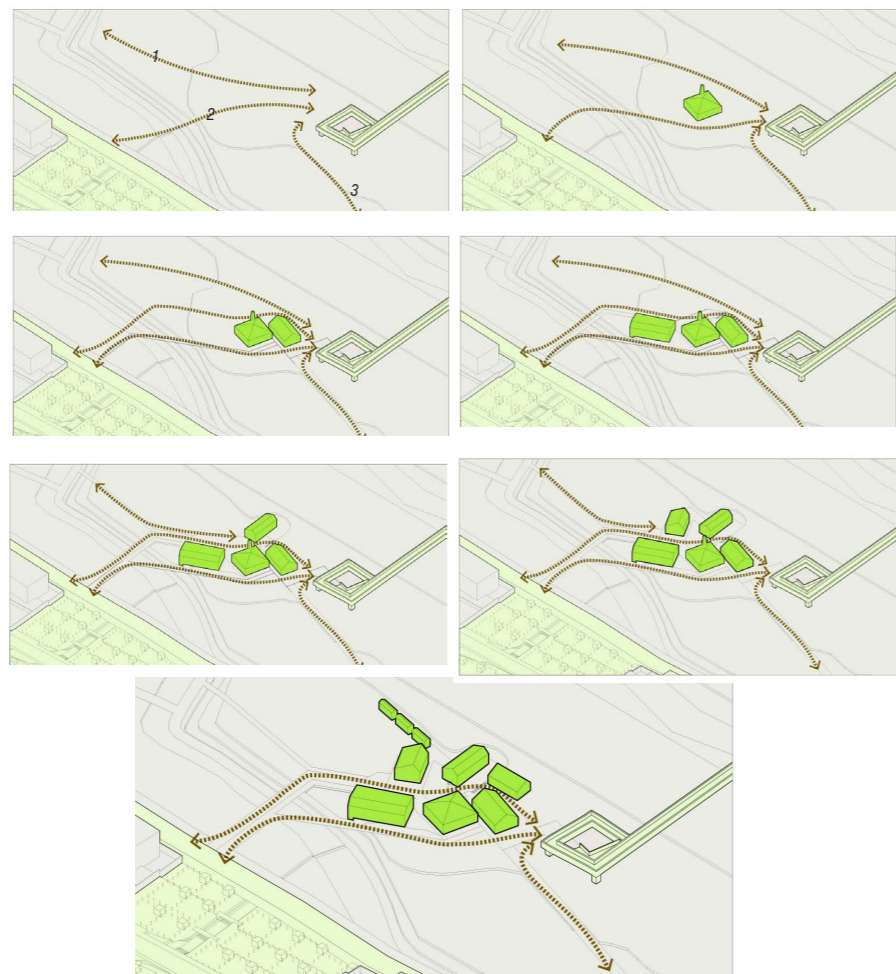


Fig. 69 - Diagrama da lógica de implantação. Os fluxos relevantes são os da passarela ao interior do parque 1, a rua comercial 2 e ao metro 3.

. As Estufas se localizam à face Sul próximo a área mais livre.

6.3.3. Os Volumes

A arquitetura dos volumes construídos segue a escala das edificações preexistentes na Vertente Sul de Odivelas, caracterizadas por edifícios baixos de no máximo 3 pavimentos. Sua disposição em ângulos variados é resultado de um jogo de movimentos, direcionado pelos fluxos, conforme já visto acima e pela insolação. A informalidade é proposital em virtude do caráter despojado existente na morfologia do bairro.

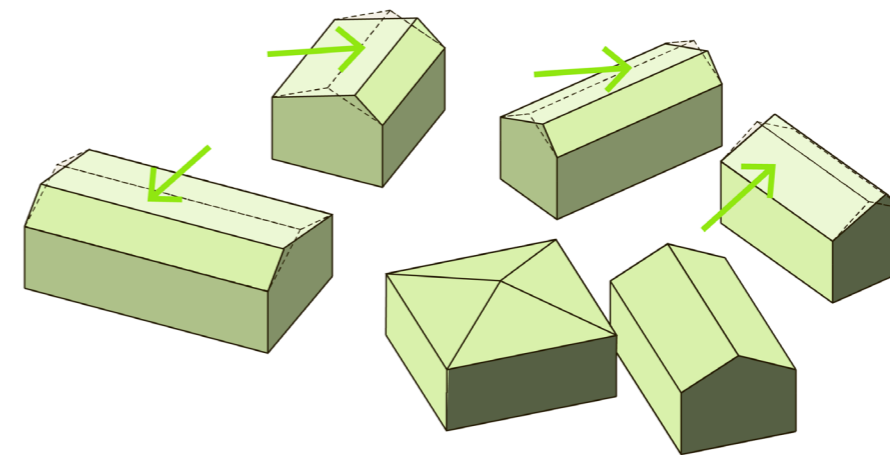


Fig. 70 - Diagrama dos volumes e a estratégia arquitetônica de deslocar as águas do telhado de alguns edifícios do projeto.

Os volumes possuem uma subtração na região do seu acesso e portanto, suas fachadas possuem entradas semi abertas e cobertas. Estabelece se assim, uma relação gradual entre o espaço público e privado, mais conforto para as entradas às diferentes áreas interiores ao edifício e um novo ambiente para socialização.

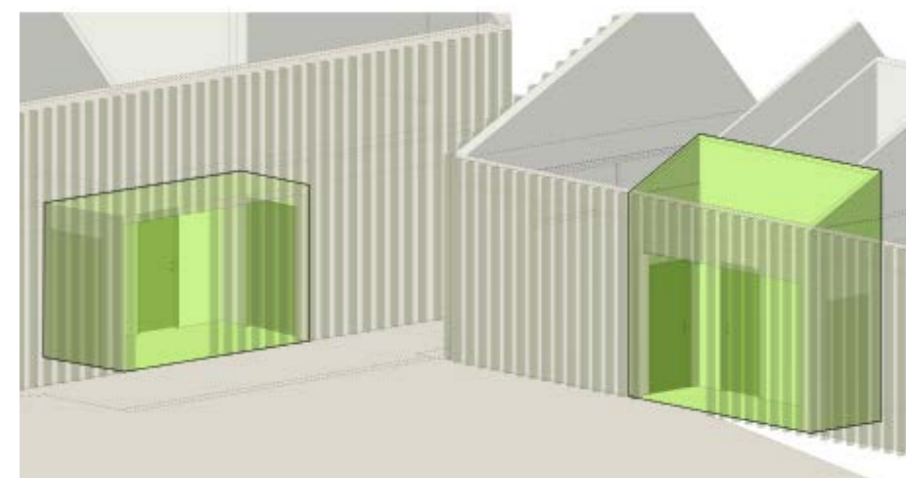


Fig. 71 - Transição entre o espaço público e privado.

A referência para essa decisão arquitetônica veio do estudo acerca da arquitetura popular portuguesa. Muitas construções no centro do país, ao redor de Lisboa possuem essa tipologia e permitiam um ambiente de interação familiar e uso do espaço aberto em dias de chuva.

Os telhados seguem a linha tradicional da arquitetura popular portuguesa se caracterizando pelas duas águas. Entretanto, sofrem modificações de inclinação e para favorecer a insolação solar ampliando a incidência no solo, onde há agricultura, e espaços abertos do centro comunitário.

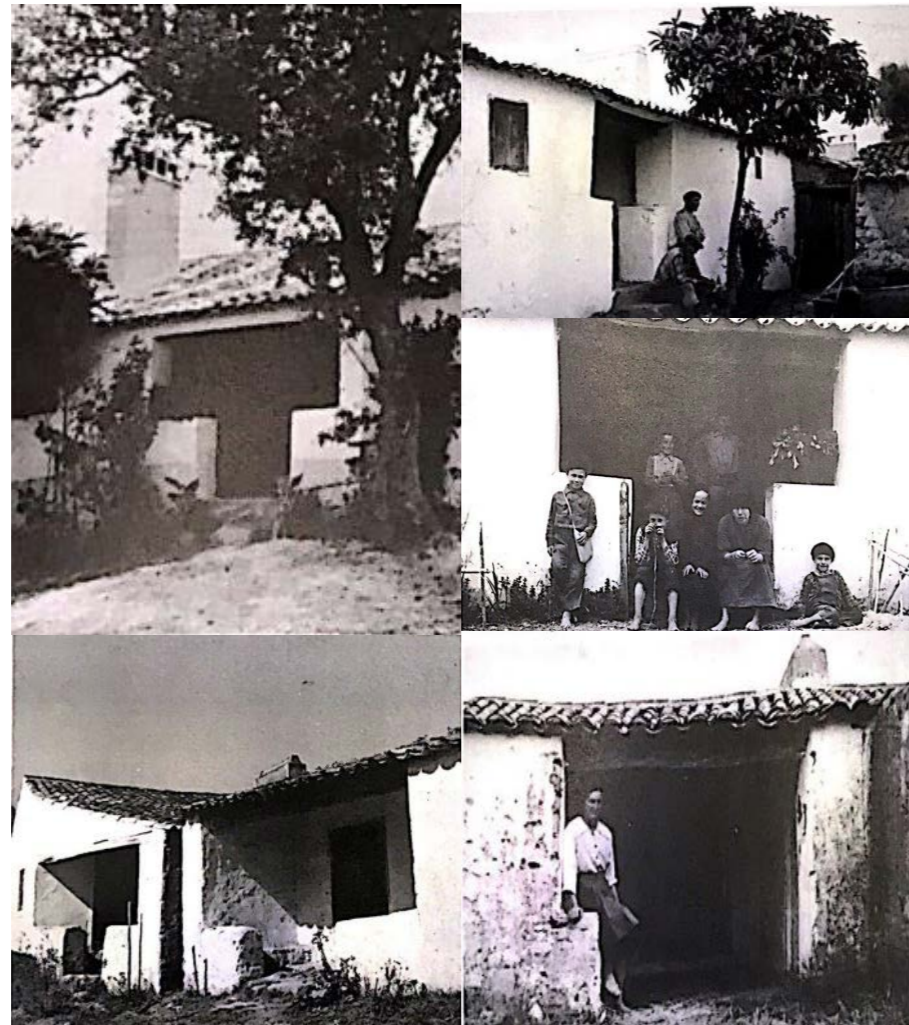


Fig. 72 - Casas construídas em Urtigosa, Martingança, Monte Real e Leiria que possuem uma subtração do volume para geral um ambiente de acesso a entrada.

6.3.4. A Materialidade

A madeira foi escolhida como material para a estrutura, para as fachadas e para os móveis. Essa madeira provém da limpeza das matas e áreas florestais em Portugal e é essencial para a prevenção de problemas como incêndios, quedas de árvores em linhas de energia, degradação das espécies além de favorecer uma maior rentabilização dessas áreas e terrenos.

A madeira utilizada é a Madeira Lamelada Cortada (MLC) de pinheiro. Ela é então cortada em formato de lâminas e colada uma a outra adquirindo maior resistência, devido a diferença de direção das fibras. Para que sejam eficientes, como elementos estruturais, é necessário que sejam coladas com adesivos de alta resistência que substituem as ligações usualmente feitas por elementos metálicos como braçadeiras e parafusos.



Fig. 73 - Processo de montagem e colagem da Madeira Lamelada.

A Madeira Lamelada Colada é fabricada em processo com grau de umidade ideal para que o comportamento de contração e inchamento seja mínimo, assegurando melhor estabilidade dimensional ao material.

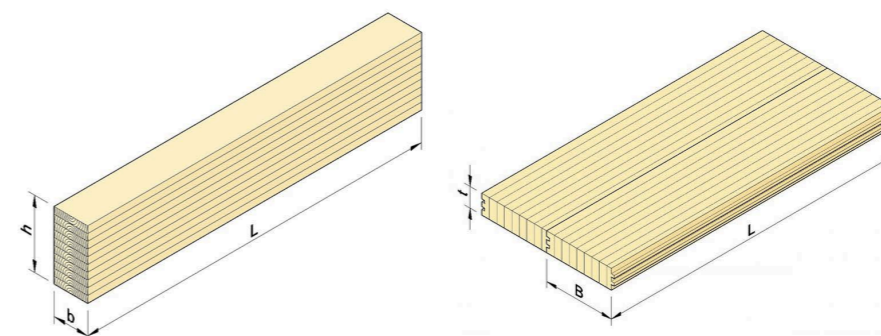


Fig. 74 - As lâminas são coladas, de maneira que suas fibras fiquem paralelas entre si.

Entre as vantagens da madeira estão:

. Dimensões singulares: graças a sua alta capacidade de carga e um baixo peso próprio, pode adquirir pequenas dimensões e grandes envergaduras. São destinadas a cobrir vãos de até 100 metros sem apoio intermediário;

. Resistência: possui resistência satisfatória a substâncias químicas diversas e mostra desempenho superior com relação a alterações de umidade como empenamento e torção;

. Flexibilidade: há também a possibilidade de obter secções de peças sem a limitação de precisar seguir a geometria do tronco das árvores;

. Alta resistência ao fogo: essas estruturas são mais seguras do que as de aço (quando desprotegido) contra o fogo. Isso ocorre porque uma camada carbonizada forma-se ao redor do núcleo, diminuindo a entrada de oxigênio e retardando a combustão;

. Estabilidade Dimensional: produzido em umidade de 12%, o que corresponde a uma umidade de equilíbrio de 20°C e 65% de umidade relativa. O comportamento de contração e inchamento se reduz ao mínimo;

. Menos necessidade de conexões: quando comparada às estruturas de madeiras feitas com peças maciças, uma vez que são dimensionadas prevendo grandes vãos;

. Leveza: essa característica facilita a manutenção, e as etapas de montagem e desmontagem. Uma viga de MLC possui a mesma resistência que uma viga de concreto (de mesmo volume), no entanto, o peso da peça em madeira chega a ser, aproximadamente, cinco vezes menor;

. Sustentabilidade: fornecedores sérios atuam com madeira produzida com madeira de reflorestamento ou de limpeza das matas.

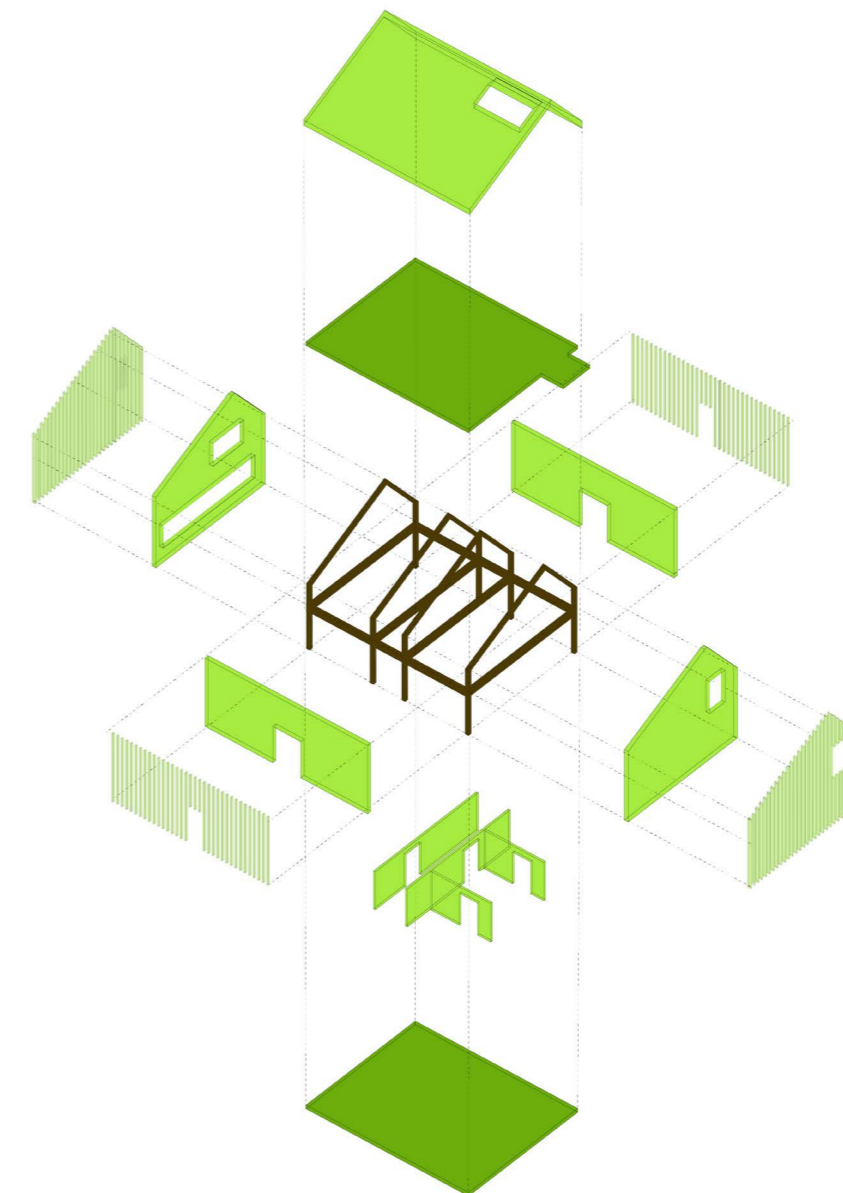


Fig. 75 - Axonometria da composição do edifício em camadas, evidenciando a estrutura, e fachadas.

6.3.5. A Cozinha

A cozinha possui formato quadrangular com uma área de 152 m². Esse edifício possui uma localização mais central que possibilita a visualização das demais atividades que ocorrem dentro e fora dos outros edifícios. Ela abriga o forno comunitário que se localiza na área de entrada e integra a cozinha comunitária onde ocorrem as atividades de cozimento dos alimentos. Há ainda uma despensa de apoio para armazenamento dos produtos necessários, além dos refrigeradores e congeladores dispostos dentro da cozinha. O espaço é amplo e dispõe de mobiliário para que mais de uma pessoa possa cozinhar ao mesmo tempo.



Fig. 76 - O edifício da cozinha abriga o forno, a cozinha comunitária, um pequeno depósito e o bar e cafeteria.
Escala: 1/250

Além da cozinha, há um bar/cafeateria localizado no mesmo edifício onde pequenas refeições são servidas através da cozinha própria, ali localizada. O lucro é destinado em parte aos trabalhadores da cafeteria e em parte ao orçamento necessário para manutenção do centro comunitário.

A cozinha possui grandes vãos de janelas e portas para permitir que todos que caminharem pelo local possam visualizar e ser atraídos por suas atividades internas. O café também possui uma grande abertura para que seja integrado ao ambiente e pátio exterior.

6.3.6. A Sala de Refeições

O edifício da sala de refeições possui área de 148 m². Ela se localiza próxima à saída da passarela para maior facilidade de acesso dos transeuntes locais. Também está ao lado da cozinha para facilitar o transporte do que é cozido e também se encontra ao lado do edifício de recepção para maior controle dos eventos comunitários lá realizados como festas e reuniões.

Além de destinado a alimentação o espaço é flexível e foi projetado para acomodar celebrações e reuniões dos moradores. As mesas grandes podem ser unidas ou separadas entre si e há dois balcões laterais ao longo das janelas para refeições solitárias ou passageiras. No centro há também dois móveis aparadores destinados ao apoio para a comida. No segundo piso há mais mesas e cadeiras que permitem maior apropriação do espaço e usufruto da iluminação zenital do telhado.

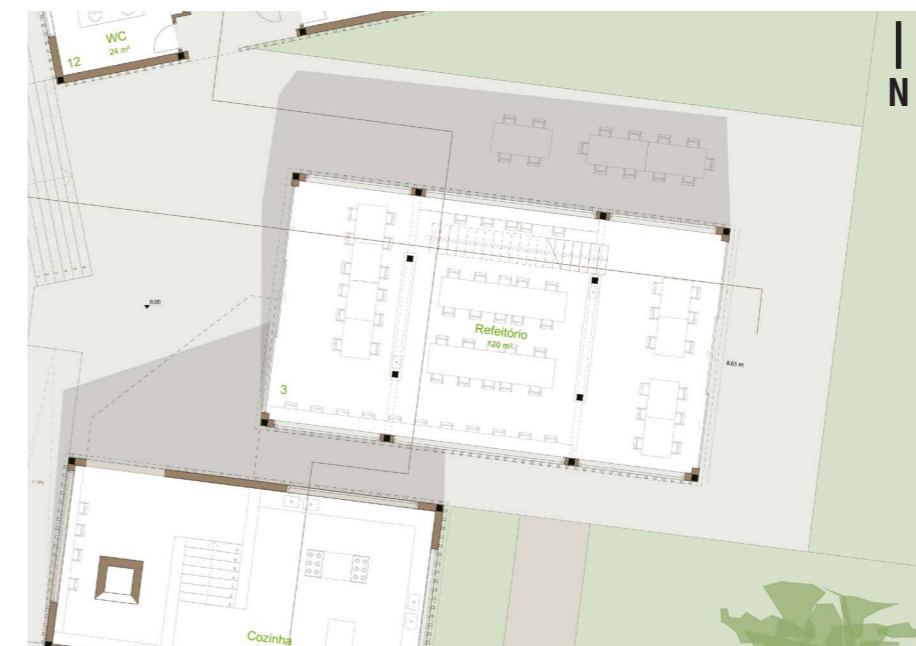


Fig. 77 - O edifício da refeição com mobiliário flexível para alimentação. A bancada de apoio serve para a disposição da comida.
Escala: 1/250

As fachadas do refeitório são, em sua maioria, abertas visualmente por grandes portas de correr e janelas que permitem que o espaço seja transparente e visualizado pelas outras construções e pelos pedestres.

6.3.7. O Auditório

O auditório possui área de 170 m². Ele se localiza mais ao sul da cozinha comunitária e com acesso direcionado para a abertura do bar/cafeateria para proporcionar mais apoio aos visitantes durante os eventos realizados no centro comunitário.



Fig. 78 - O auditório é flexível e pode abrir-se para o patio, para antecâmara e para o deck frontal.
Escala : 1/250

Sua entrada dispõe de uma antessala multiuso. Ela pode funcionar como galeria para pequenas exposições, ampliação do pátio externo ou do auditório interno de acordo com a atividade a ser realizada, além de espaço de espera para apresentações.

O palco de espetáculos também possui uma grande porta que se abre para o deck exterior permitindo apresentações e atividades compartilhadas e integradas entre o espaço aberto e fechado. Para servir de apoio, o edifício também conta com um apoio de casas de banho para usuários de mobilidade reduzida.

6.3.8. O Centro de Formação

O edifício do Centro de Formação tem área de 87 m². Ele tem como objetivo primordial a educação acerca do tema da produção agrícola e por isso contém o Centro de Informação, a Cozinha Incubadora e um apoio de



Fig. 79 - Planta não atualizada - Os dois pavimentos do Centro de Formação que inclui a Administração, Cozinha Incubadora e Centro de Informação.
Escala: 1/250

Administração e casas de banho, divididos entre o piso térreo e o piso 1. A construção é mais fechada visualmente que as demais com a presença de aberturas pontuais e iluminação zenital no primeiro piso, que desfruta da diferente ambientação criada pelo telhado irregular de duas águas. O acesso ao centro de informações se dá pela escada externa.

A cozinha incubadora teve como referência o “Mercado da Ribeira” localizado em Lisboa que, após ser reformado pelo “Time Out”, estabeleceu em seu interior, ilhas de cozinhas integradas ao espaço de restauração destinados à proximadamente 22 pessoas. O espaço denominado “Academia Times Out” é alugado para a realização de pequenos cursos e experiências gastronômicas com chefes renomados a fim de compartilhar o amor pela comida.



Fig. 80 - A cozinha incubadora em uso no meio do agitado Mercado da Ribeira.

6.3.9. O Depósito

O Depósito e o Centro de Compostagem se localizam no mesmo edifício e possuem área de 33 m². O edifício é localizado na extremidade oeste do projeto próximo a nova rua criada para facilitar o acesso de carros e outros meios de transporte que realizem processos de carga e descarga. Este é o local de despensa dos alimentos, onde eles aguardam o seu uso na cozinha, e para isso o espaço possui uma câmara frigorífica a fim de armazenar vegetais, frios e carnes além da zona de alimentos frescos, grãos e cereais.



Fig. 81 - Planta do Depósito e do Centro de Compostagem.
Escala: 1/250

O Centro de Compostagem foi fruto de um estudo a parte sobre essa prática em Lisboa, a ser desenvolvido a seguir.

6.3.9.1. Compostagem

A compostagem se consiste em transformar excedentes de matéria orgânica, como folhas e restos de comida, em material semelhante ao solo (a que se dá o nome de composto) e que pode ajudar a fertilizar as terras. Em vez de serem rejeitados no contentor do lixo os resíduos que sobram da preparação das refeições, especificamente das frutas e legumes, podem ser colocados no compostor cobertos com pequenos ramos, ervas e folhas a aguardar a ação da natureza agir de modo simples e natural.

O composto é o resultado desse processo de transformação biológica, onde obtém-se um fertilizante ou adubo que funciona no solo como corretor agrícola, nutrindo-o através da melhoria de suas propriedades físicas, químicas e a sua estrutura, evitando o consumo oneroso e poluidor dos fertilizantes químicos.

Essa atividade tem sido uma aposta recente e a autarquia começou a dar formação sobre o processo e distribuir contentores próprios para se começar a fazer compostagem em casa.

Os habitantes da Vertente Sul de Odivelas que não possuem compostor em sua casa, por falta de espaço são incentivados a se inscrever no programa do Centro Comunitário COpA e utilizar os compostores comunitários da sala de compostagem, com horários marcados para depositarem o material orgânico produzido pela família.

Fazer compostagem evita o encaminhamento para incineração de resíduos valorizáveis com vantagens econômicas e ambientais. Só em 2017 foram recolhidas diariamente em Lisboa mais de 600 toneladas de lixo comum, das quais 40% de biodegradáveis, eram encaminhados para incineração.

Assim, o COpA deseja fazer parte do projeto Lisboa Compostar que visa a formação em compostagem, a oferta de um compostor doméstico aos munícipes que não possuem espaço para o instalar e o apoio continuado da Câmara Municipal de Lisboa, que através de inscrição, manifestam o interesse em reduzir os seus resíduos domésticos, produzindo fertilizante que virá a ser utilizado no seu logradouro, quintal ou jardim.

6.3.10. A Sala Multiuso

No mesmo edifício do Depósito e do Centro de Compostagem se localiza no piso 1, a Sala Multiuso destinada a atividades diversas relacionadas a recreação ou ao aluguel para eventos. A sala possui 82 m² e visa suprir a necessidade de áreas de lazer, principalmente cobertas, na Vertente Sul de Odivelas.



Fig. 82 - Planta da Sala Multiuso.
Escala: 1/250

6.3.11. A Casa de Apoio

A Casa de Apoio possui um total de 70m² e abriga as casas de banho masculinas, femininas e seus balneários. Possui também um banheiro acessível e uma sala de Recepção. Ela se localiza próximo ao acesso da passarela, da Cozinha e da Sala de Refeições para oferecer suporte necessário aos visitantes e interessados em utilizar o cento comunitário. Para obter mais privacidade, devido ao uso, possui aberturas pontuais que garantem, entretanto a iluminação e ventilação necessárias.



Fig. 83 - O edifício de Apoio consiste na Recepção e Balneários Femininos, Masculinos e de mobilidade reduzida.
Escala: 1/250

6.3.12. As Estufas

O projeto possui três estufas com área de 15 m² de dimensão cada. Elas se localizam em um espaço mais aberto com fachadas voltadas o Sul para obter o máximo de insolação necessária. Se localizam também, próximas ao acesso de transportes criado através de uma nova rua.

Nelas, é possível o cultivo protegido de plantas que requerem um micro clima específico, sustentável durante todas as estações do ano.



Fig. 84 - As três estufas são iguais e posicionadas com fachada voltada para o Sul em área mais aberta.
Escala: 1/250

7 - Considerações Finais

O presente trabalho visa enfatizar a relevância de uma mudança no atual sistema de produção alimentar e na relação de vizinhança existente na maioria das áreas urbanas. É urgente a necessidade de requalificar e garantir um futuro sustentável ao meio ambiente e a convivência entre as pessoas.

Nesse meio, a comida e todo seu significado social possuem uma grande importância, mas é através do urbanismo e da arquitetura que essa temática pode adentrar na organização funcional das cidades refletindo assim, no modo de vida de seus habitantes.

O projeto dos Corredores Verdes e do Centro Odivelense para Alimentação tira partido da diversidade urbana e cultural do bairro, potencializando suas características únicas para uma não padronização da cidade. As intervenções buscam servir de apoio para a continuação da tradição local da horta familiar e para a inicialização das trocas culturais no bairro.

Desse modo, acredita-se que o projeto vem resgatar a identidade do bairro e seu passado agrícola, pelo incentivo ao cultivo através da ampliação e qualificação dos espaços de produção, presentes nos Corredores Verdes, que são extensão do parque Rio da Costa. O projeto também proporciona um espaço de integração das diversas nacionalidades presentes no bairro por meio da cozinha e de todo centro comunitário COpA. Nele os moradores poderão produzir, cozinhar e comer em comunidade partilhando não apenas suas culturas e costumes alimentares.

O alimento se torna assim, causa de atividades agregadoras e principalmente protagonista e motor de uma mudança urbana e social responsável por desenvolver o sentimento de comunidade em Odivelas.

Bibliografia

Amaral, Francisco, *Arquitetura Popular em Portugal*, v. 2, ed. 3, Lisboa, Associação de Arquitectos Portugueses, 1988.

Benevolo, Leonardo, *A cidade e o Arquiteto*, Lisboa, Edições 70, 2006.

CML, *Plano Diretor Municipal de Odivelas*, Diário da República, 2.ª série, n.º 171, setembro, 2015

CMO, *Diagnóstico Sócio Econômico da Vertente Sul de Odivelas*, Odivelas, CEDRU, 2012.

CMO, *Plano de Urbanização da Vertente Sul do Concelho de Odivelas*, Relatório da Proposta Familiar, Fase 1, Odivelas, maio, 2012.

Cardoso, Ana Carolina, *Arquitetura e o espaço Agrícola na cidade, Sustentabilidade participada: Um projecto para o vale de Carnide*, Dissertação de Mestrado, Lisboa, FAUTL, 2012.

Castro, João, *Iniciativas que Promovam Novas Práticas Urbanas de Sustentabilidade Econômica, Social e Ambiental*, Câmara Municipal de Lisboa, Departamento de Ambiente Urbano, Divisão de Estudos e Projectos, Lisboa, 2015.

Cavalcanti-Bandos, Melissa, **Faria**, Gilberto, *Sustentabilidade como um Conceito Sistêmico: a Contribuição de Kenneth Boulding*, São Paulo, Centro Universitário Municipal de Franca, 2020.

Choay, Françoise, *A natureza urbanizada, a invenção dos espaços verdes*, São Paulo, Projeto História, v.18, 1999.

Costa, Pedro, **Gary**, Suzel, **Leitão**, Nuno, **Marques**, Luis, **Pontes**, Saudades, **Ramalhete**, Filipa, *Corredores Verdes, Conceitos Bases e Algumas Propostas para a Área Metropolitana de Lisboa*, Lisboa, Grupo de Estudos de Ordenamento do Território e Ambiente, 2007.

Diener, Ed, **Emmons**, Robert, **Larsen**, Randy, **Griffin**, Sharon, The Satisfaction with Life Scale, *Journal of Personality Assessment*, v. 49, California, 1985, pp. 71-75.

Diez, Garcia, **Rosa**, Wanda, Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana, v.16, n.4, Campinas, *Revista de Nutrição*, outubro/dezembro, 2003, pp. 483-492.

Elliot, Shannon, *Landscape, Kitchen, Table: Compressing the Food Axis to serve a Food Desert*, Master Thesis, Tennessee University, 2010.

Elvas, Suzana, **Moniz**, Maria João, Sentimento de comunidade e satisfação de vida, v.18, n.3, Lisboa, *Análise Psicológica*, setembro 2010, pp. 451-464.

Fischler, Claude, Food, Self and identify, *Social Science Information* (International Social Science Council), v.27, n.2, 1988, pp. 275-293.

Flandrin, Jean-Louis, **Montanari**, Massimo, *História da Alimentação*, São Paulo, Estação Liberdade, 1998.

Gharib, Remah, Reinventing Productive Landscape, *Journal of Architectural Research*, v. 7, n.2, 2013, pp. 282-296.

Gumuchdjian, Philip e **Rogers**, Richard, *Cidades para um Pequeno Planeta*, São Paulo, Gustavo Gili, 1995.

Hertzberger, Herman, *Lições de Arquitetura*, ed. 3, São Paulo, Martins Fontes, 2015.

Instituto Nacional de Estatística, *Censo 2011, Resultados Definitivos*, Lisboa, 2012.

Laurent, Mélanie, **Dion**, Cyril, *Demain*, documentário, Paris, 2015. <https://leopardofilmes.com/filme/amanha?category=video&product=40> acessado em 20 de novembro de 2019.

Little, Charles, *Greenways for America*, Londres, The John Hopkins University Press, 1990

Maslow, Abraham, *Motivation and Personality*, Hong Kong, Longman Asia LTD., 1987.

McMillan, David, **Chavis**, David, Sense of Community: A Definition and Theory, *Journal of Community Psychology*, v. 14, 1986, pp. 6-23.

Peroni, Carolina; **Teixeira**, Bernardo, *Avaliação da Inserção Urbana de Bacias de Detenção de Águas Pluviais em dois condomínios Residenciais nos municípios de Araraquara e São Carlos*, v. 4, São Paulo, Periódico Técnico e Científico: Cidades verdes, 2016.

Poulaint, Jean; **Pacheco**, Rossana, O Espaço Social Alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares, v.16, n.3, Campinas, *Revista Nutrição*, julho/setembro, 2003, pp.245-256.

Space 10 & Agency, *Exploring the Brave New World of Share Living*, ed. 2, Imagine Magazine, 2018.

Takeda, Wakako, *Reconsidering individualisation of Eating: A cross-cultural analysis on determinants of commensality and solo-eating*, PhD Thesis, Australian National University, 2016.

Telles, Gonçalo Ribeiro, *Plano Verde de Lisboa*, Lisboa, Edições Colibri, 1997.

Webgrafia

<http://imperiroma.blogspot.com/2010/11/o-comercio-no-imperio-romano>. acessado em 27 de agosto de 2020.

http://www.adufpel.org.br/site/noticias/pandemia-refora-importancia-da-agricultura-familiar-e-da-soberania-alimentar?fbclid=IwAR2Jl8bWENLJO9t32r18bwBkjkQyGSnY90FDrk_fsXioaOkTFRVjQEAsjpg http://www.adufpel.org.br/site/noticias/pandemia-refora-importancia-da-agricultura-familiar-e-da-soberania-alimentar?fbclid=IwAR2Jl8bWENLJO9t32r18bwBkjkQyGSnY90FDrk_fsXioaOkTFRVjQEAsjpg acessado em 5 de janeiro de 2020.

<http://www.humanitat.com.br/pb/artigos/agua-e-o-planejamento-urbano-licoes-da-holanda-contemporanea-para-o-brasil/> acessado em 5 de janeiro de 2020.

http://www.pgdlisboa.pt/leis/lei_mostra_articulado.php?artigo_id=752A0006&nid=752&tabela=leis&pagina=1&ficha=1&nversao= acessado em 27 de agosto de 2020.

<https://absaloncph.dk/> acessado em 9 de junho de 2020.

<https://dig-for-victory.org.uk/> acessado em 20 de maio de 2020.

<https://franklloydwright.org/revisiting-frank-lloyd-wrights-vision-broadacre-city/> acessado em 10 de junho de 2020.

<https://informacoeseservicos.lisboa.pt/contactos/diretorio-da-cidade/parque-urbano-da-quinta-da-granja> acessado em 8 de junho de 2020.

<https://lisboaacompostar.cm-lisboa.pt/pls/OKUL/f?p=178:15:15012900851897::NO:::> acessado em 15 de dezembro 2019.

<https://sol.sapo.pt/artigo/64774/lisboa-ribeiro-telles-viu-hoje-nascer-o-corredor-verde-que-idealizou-ha-36-anos> acessado em 26 de agosto de 2020.

<https://veja.abril.com.br/mundo/onu-recomenda-novos-habitos-alimentares-para-combater-mudanca-climatica/> acessado em 15 de dezembro de 2019.

https://www.archdaily.com.br/br/928061/o-que-e-madeira-laminada-colada-mlc-ou-glulam?ad_medium=gallery acessado em 5 de janeiro de 2020.

<https://www.bl.uk/learning/timeline/item107597.html> acessado em 20 de maio de 2020.

<https://www.britannica.com/topic/garden-city-urban-planning> acessado em 10 de junho de 2020.

<https://www.futureoffood.ox.ac.uk/what-food-system> acessado em 2 de setembro de 2020.

<https://www.lisboa.pt/cidade/ambiente/estrutura-ecologica/parques-horticolas> acessado em 10 de dezembro de 2019.

https://www.lisboa.pt/fileadmin/cidade_temas/ambiente/estrutura_ecologica/corredores_verdes/mapa_geral.pdf acessado em 27 de agosto de 2020.

<https://www.parquesdesintra.pt/pontos-de-atracao/intervencao-de-restauro-e-novas-instalacoes-de-acolhimento-ao-visitante/> acessado em 3 de junho de 2020.

<https://www.quercus.pt/artigos-floresta/2470-o-que-e-uma-floresta-autoctone> acessado em 30 de maio de 2020.

<https://www.thehighline.org/#> acessado em 28 de maio de 2020.

<https://www.timeout.pt/lisboa/pt/coisas-para-fazer/vista-o-avental-e-descubra-os-workshops-de-cozinha-na-academia-time-out-em-setembro> acessado em 24 de agosto de 2020.

<https://www.timeout.pt/lisboa/pt/coisas-para-fazer/vista-o-avental-e-descubra-os-workshops-de-cozinha-na-academia-time-out-em-setembro> acessado em 27 de agosto de 2020.

<https://www.urbangreenbluegrids.com/measures/water-squares/> acessado em 5 de janeiro de 2020.

Anexos

Nota: Imagens que não apresentam fonte foram tiradas ou criadas pela autora.

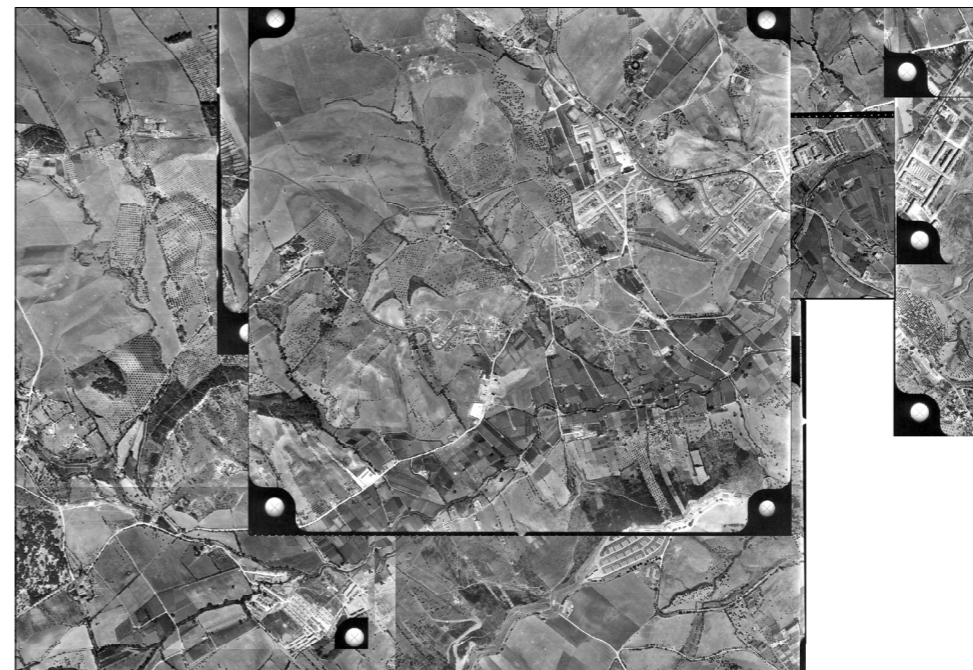
1 - Foto aérea de Odivelas em 1944.

Fonte: Câmara Municipal de Odivelas.



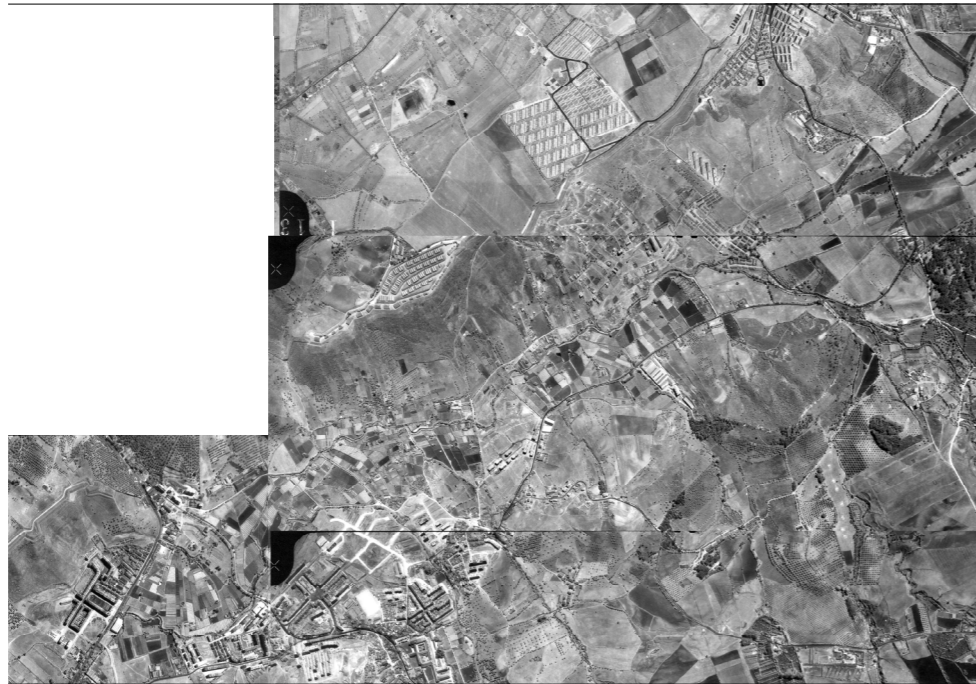
2 - Foto aérea de Odivelas em 1960.

Fonte: Câmara Municipal de Odivelas.



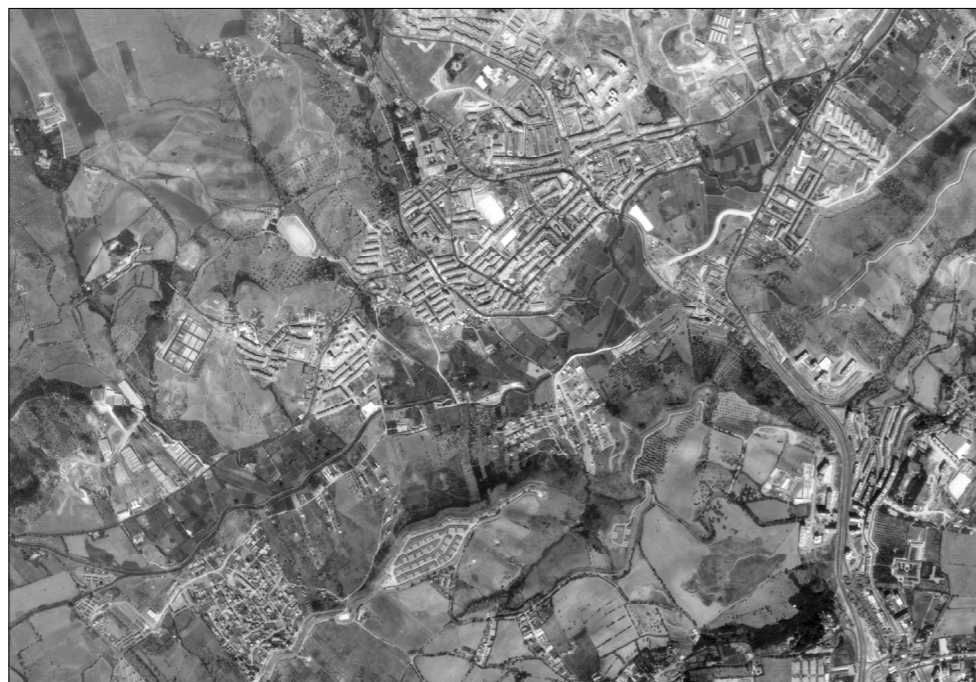
3 - Foto aérea de Odivelas em 1965.

Fonte: Câmara Municipal de Odivelas.



4 - Foto aérea de Odivelas em 1977.

Fonte: Câmara Municipal de Odivelas.



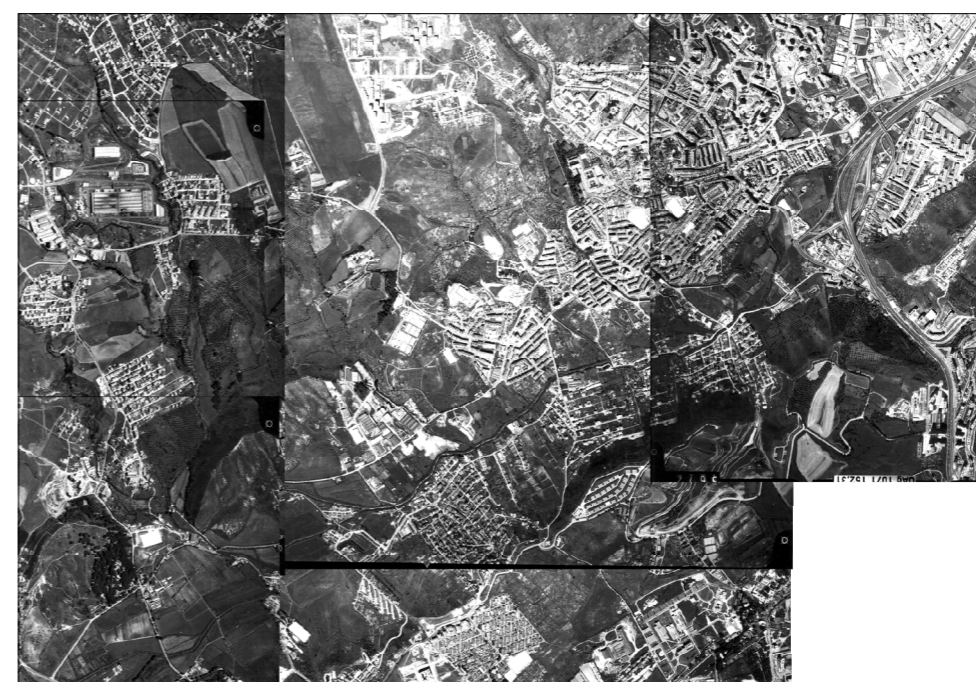
5 - Foto aérea de Odivelas em 1982.

Fonte: Câmara Municipal de Odivelas.



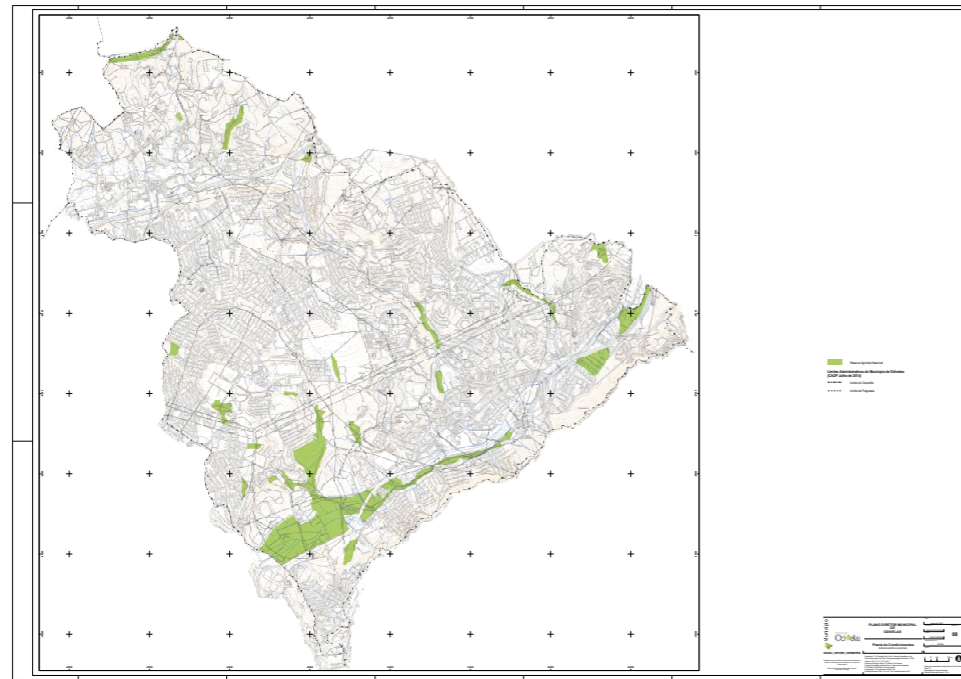
6 - Foto aérea de Odivelas em 1989.

Fonte: Câmara Municipal de Odivelas.



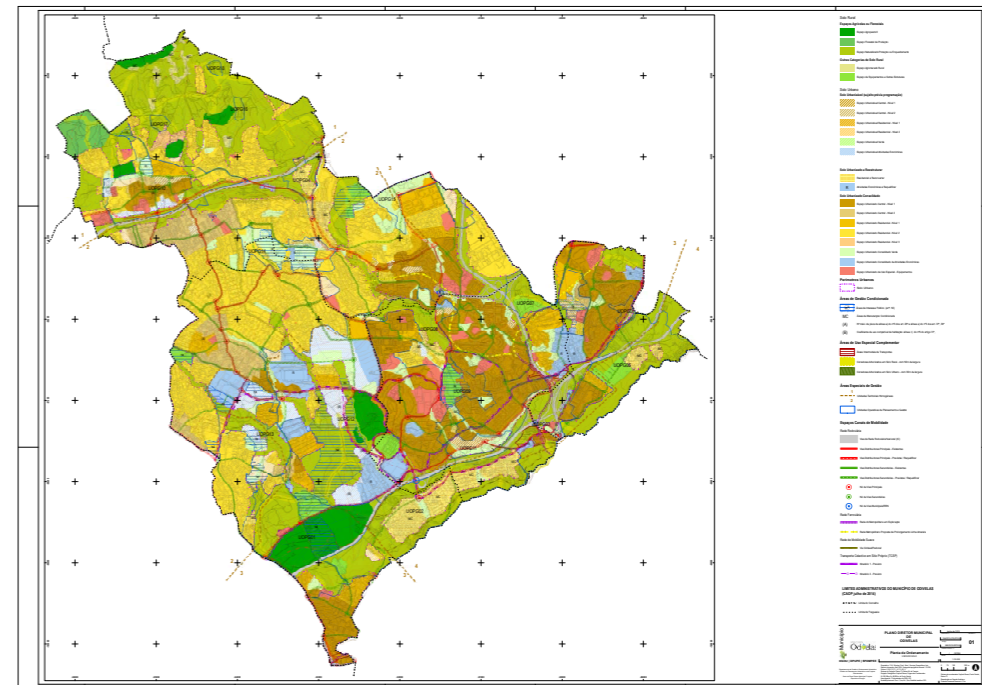
7 - Planta de Condicionante de Odivelas, Reserva Agrícola Nacional.

Fonte: https://www.cm-odivelas.pt/autarquia/plano-diretor-municipal-pdm/plano-diretor-municipal?folders_list_13_folder_id=80 acessado em 15 de novembro de 2019.



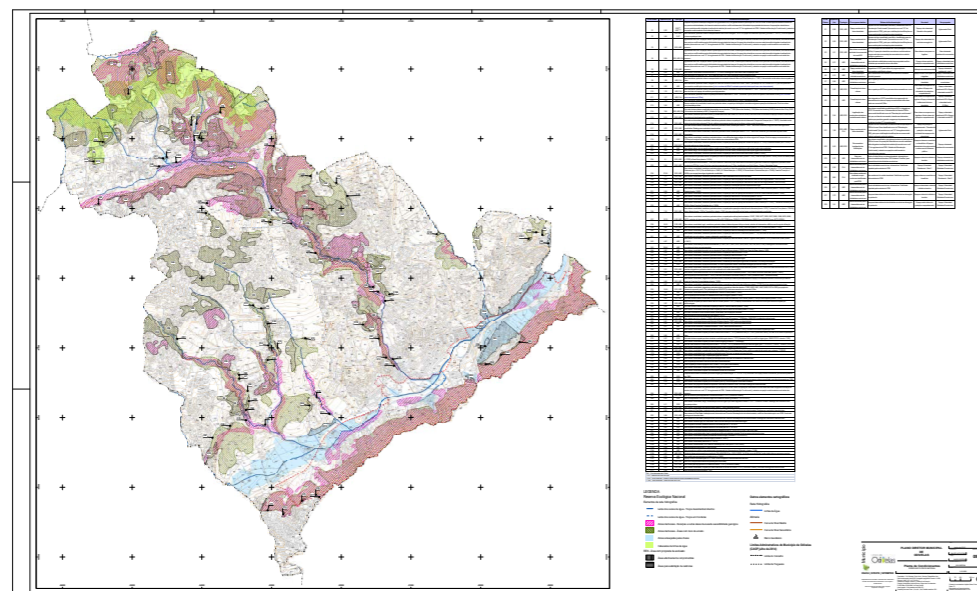
9 - Planta de Condicionante de Odivelas, Uso do Solo.

Fonte: https://www.cm-odivelas.pt/autarquia/plano-diretor-municipal-pdm/plano-diretor-municipal?folders_list_13_folder_id=80 acessado em 15 de novembro de 2019.



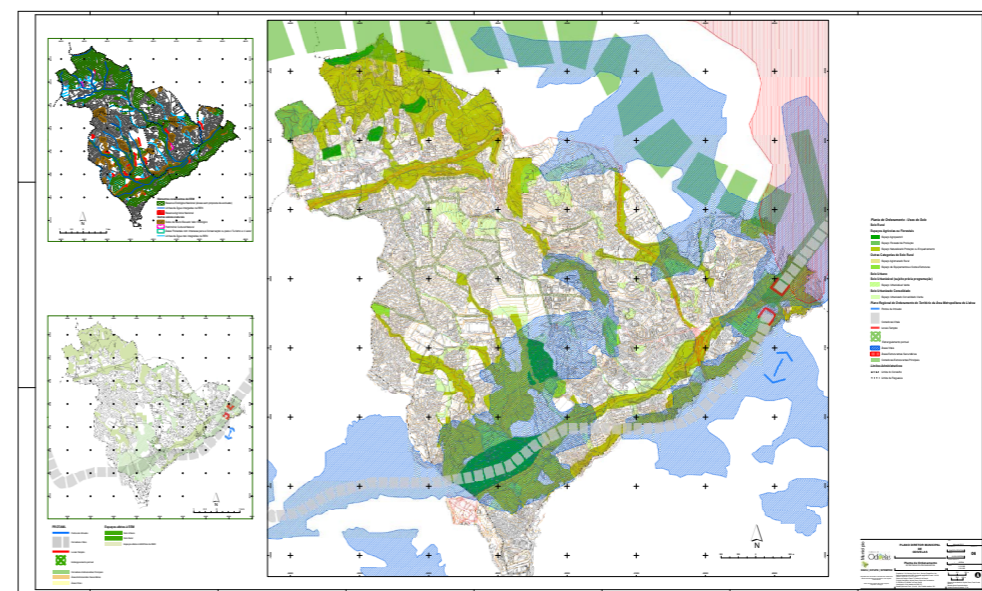
8 - Planta de Condicionante de Odivelas, Reserva Ecológica Nacional.

Fonte: https://www.cm-odivelas.pt/autarquia/plano-diretor-municipal-pdm/plano-diretor-municipal?folders_list_13_folder_id=80 acessado em 15 de novembro de 2019.



10 - Planta de Ordenamento de Odivelas, Estrutura Ecológica Municipal.

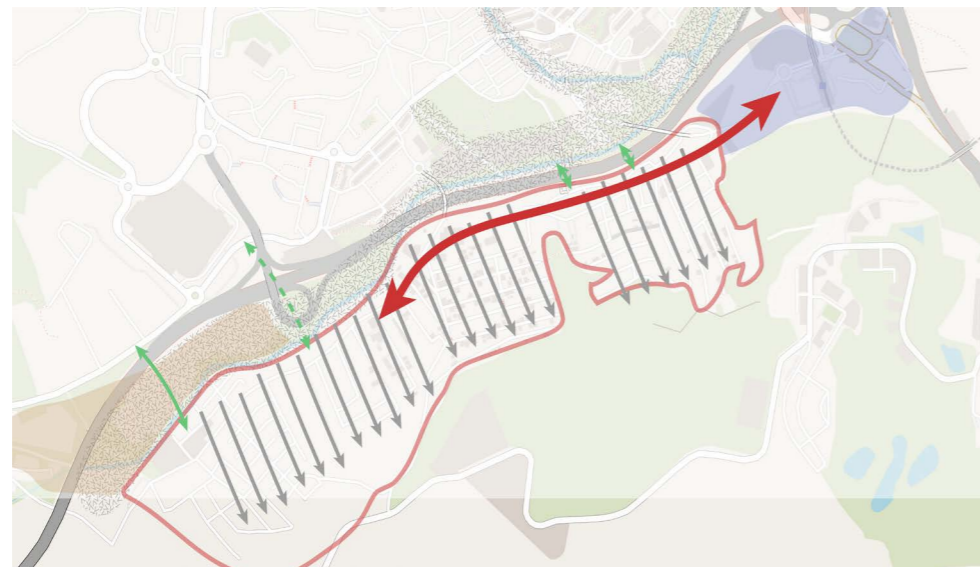
Fonte: https://www.cm-odivelas.pt/autarquia/plano-diretor-municipal-pdm/plano-diretor-municipal?folders_list_13_folder_id=80 acessado em 15 de novembro de 2019.



11 - Croqui de estudo sobre a topografia e ocupação do solo ao longo das encostas da vertente Sul.



12 - Estudo de tendencia de desenvolvimento ocupacional em Odivelas.



13 - Estudo da interrupção das ruas no projeto urbano.



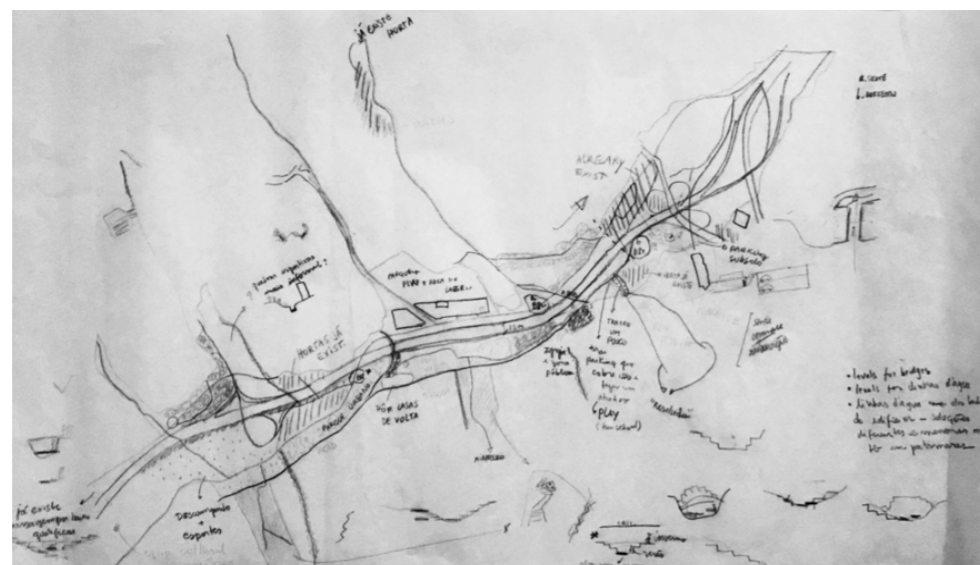
14 - Projeto de conexão de ruas no projeto urbano.



15 - Construção de rua principal a seguir as regras de preservação do espaço agrícola previstos no PDM.



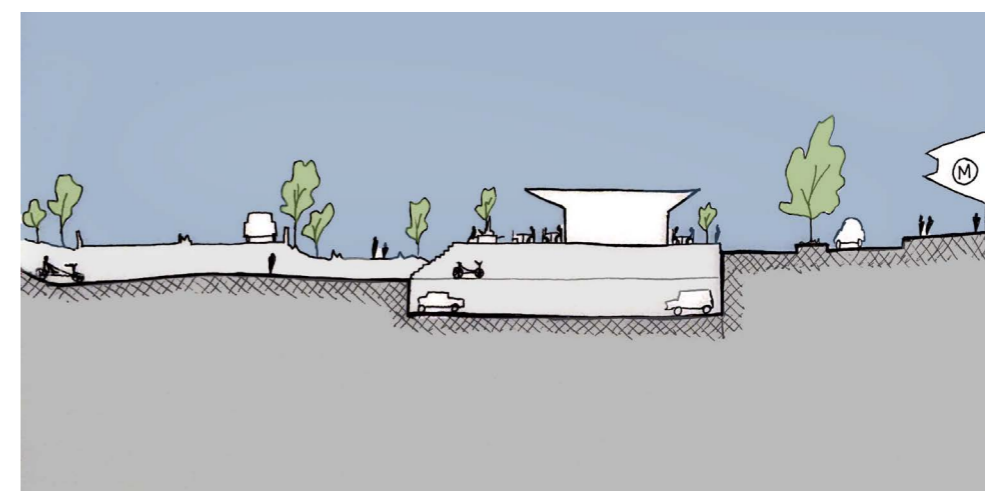
16 - Estudo de construção dos Corredores Verdes.



17 - Estudo de variedade programática para o projeto urbano.



18 - Croqui do espaço de restauração e estacionamento subterrâneo a frente do metro do Senhor do Roubado.



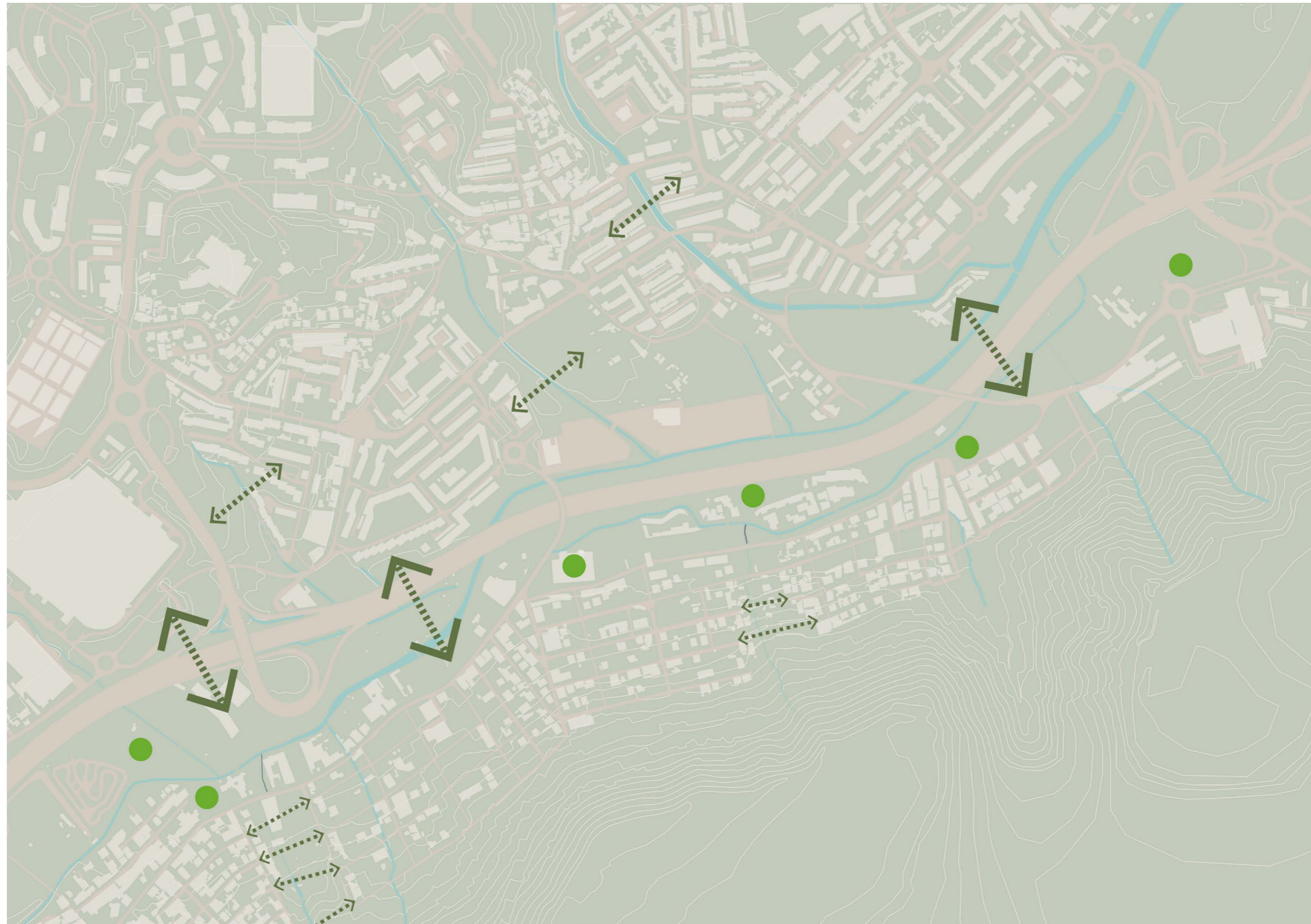
19 - Diagrama de segregação Norte e Sul.



20 - Diagrama de centralidades e ligações.



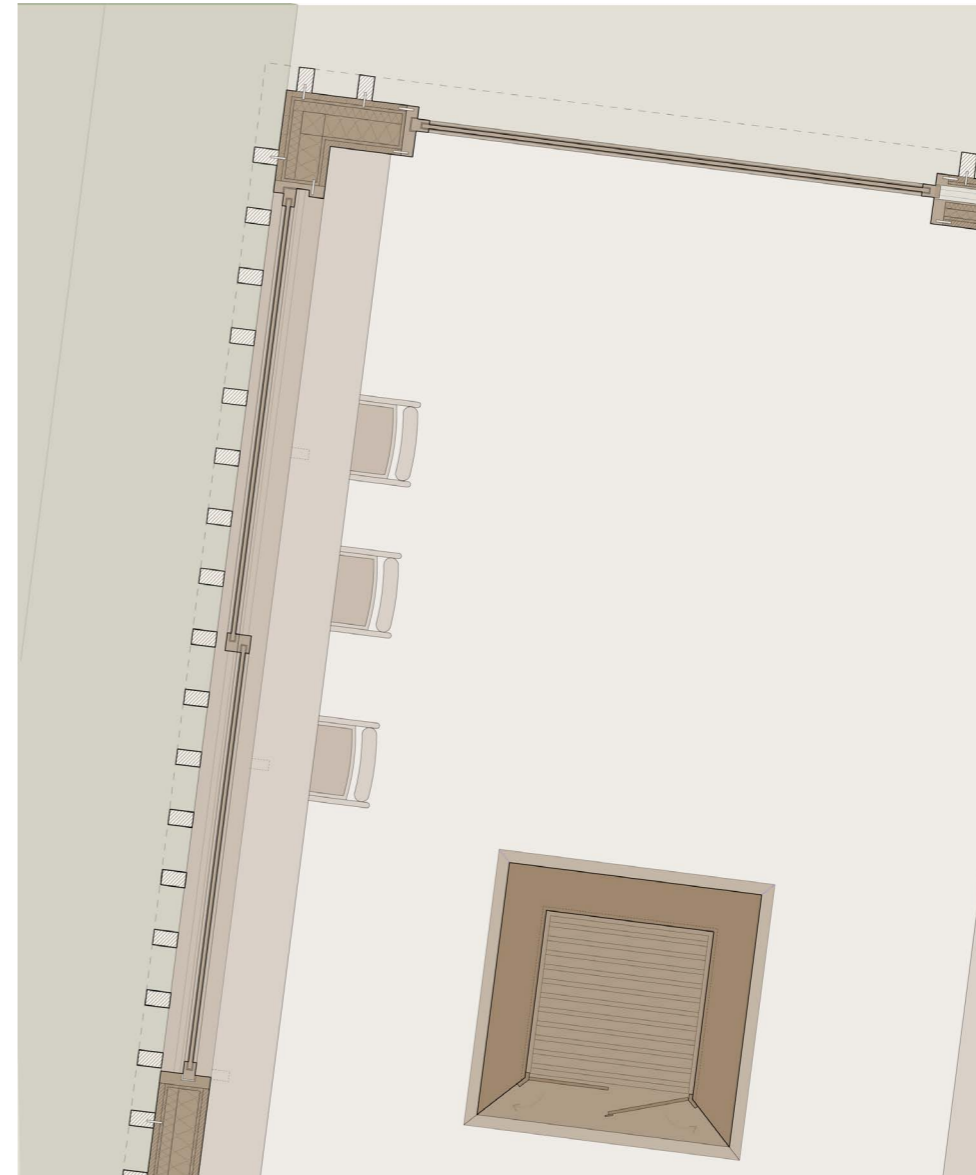
21 - Diagrama de intenções para o projeto urbano.



22 - Planta dos Terraços de Produção (Projeto Urbano). Escala: 1/10000



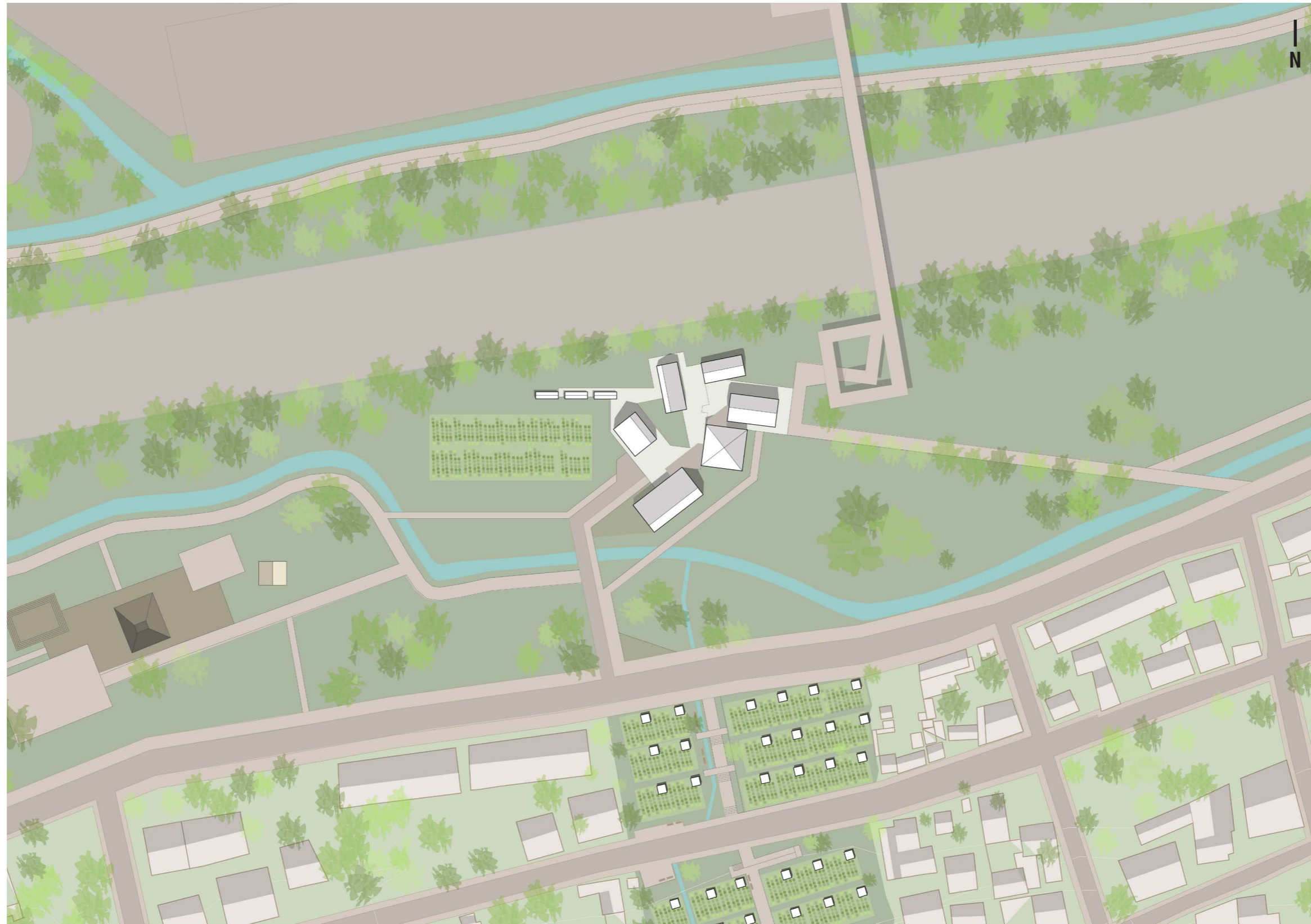
24- Detalhe das camadas da parede. Escala: 1/20.



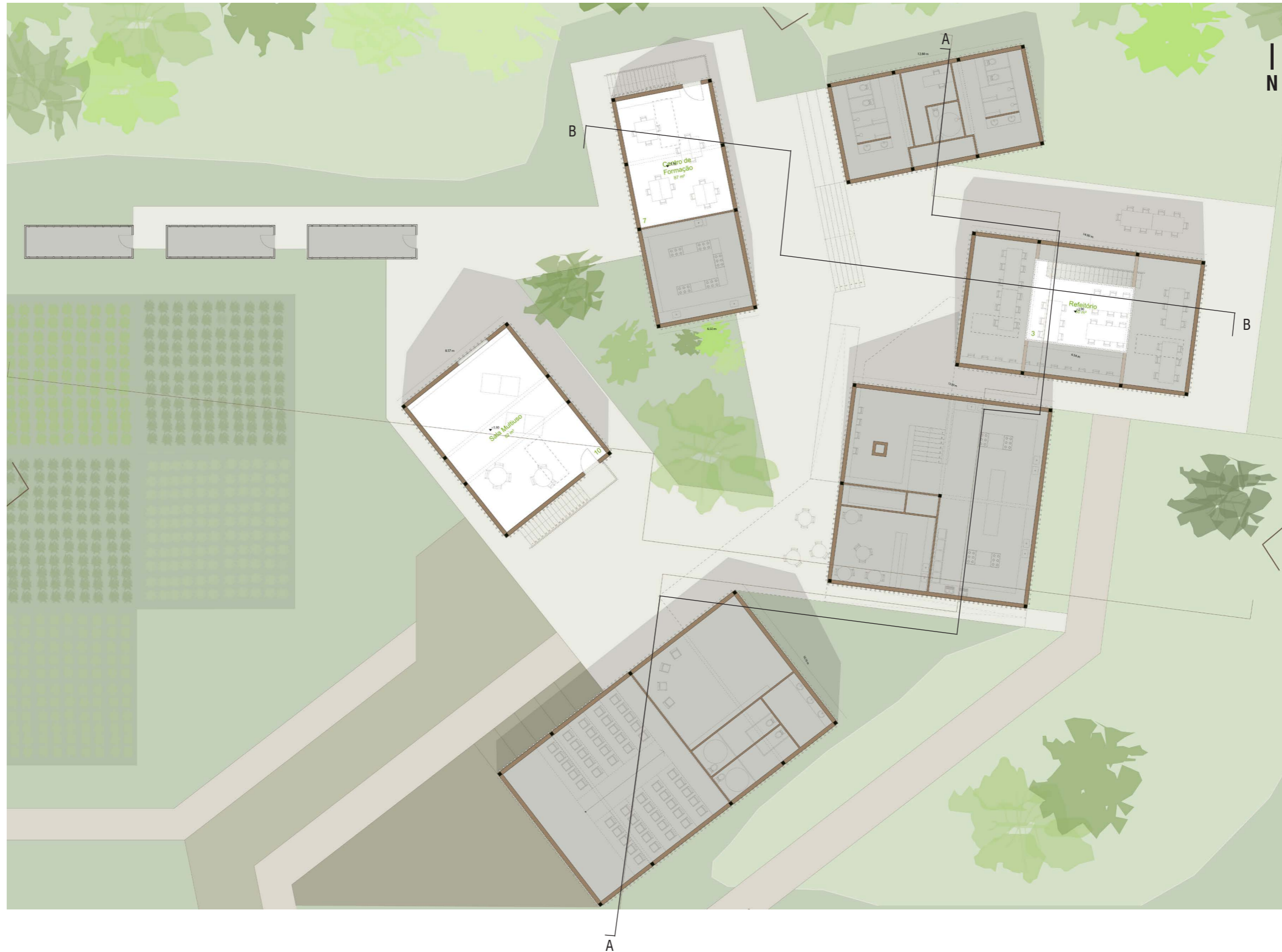
23 - Corte dos Terraços de Produção - Projeto Urbano.



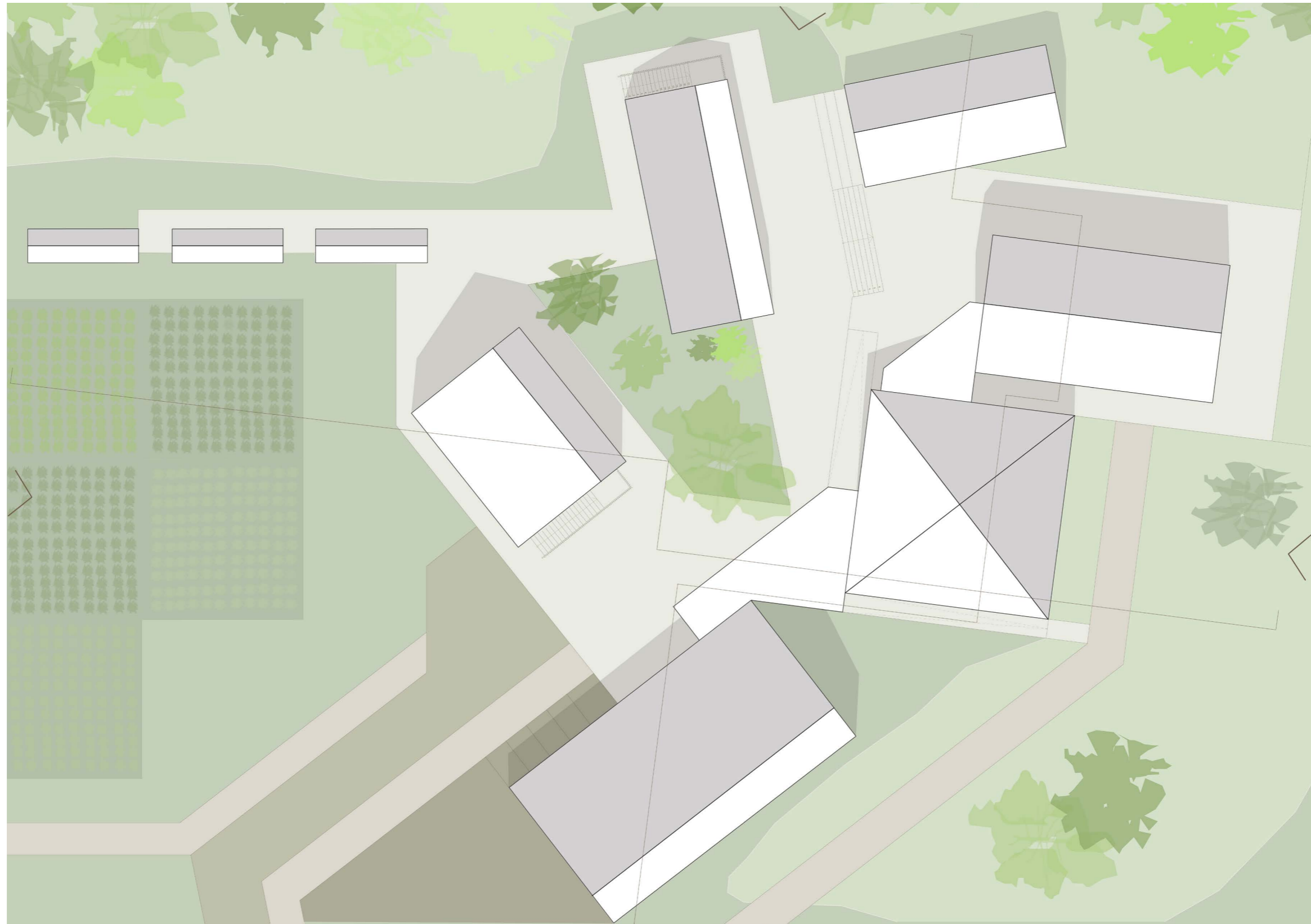
25 - Planta de Localização. Escala: 1/1000.



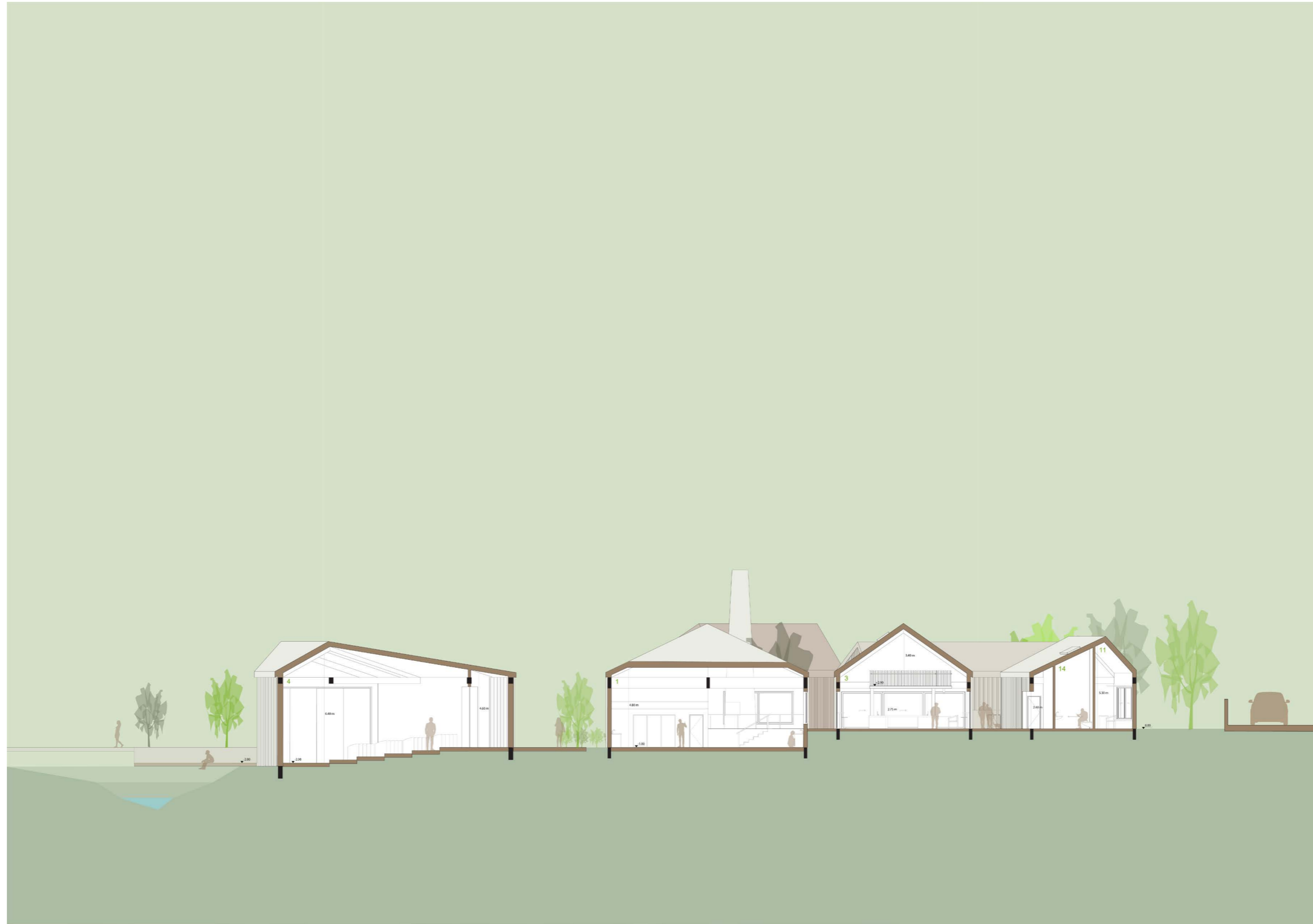
27 - Planta Piso 1. Escala: 1/250



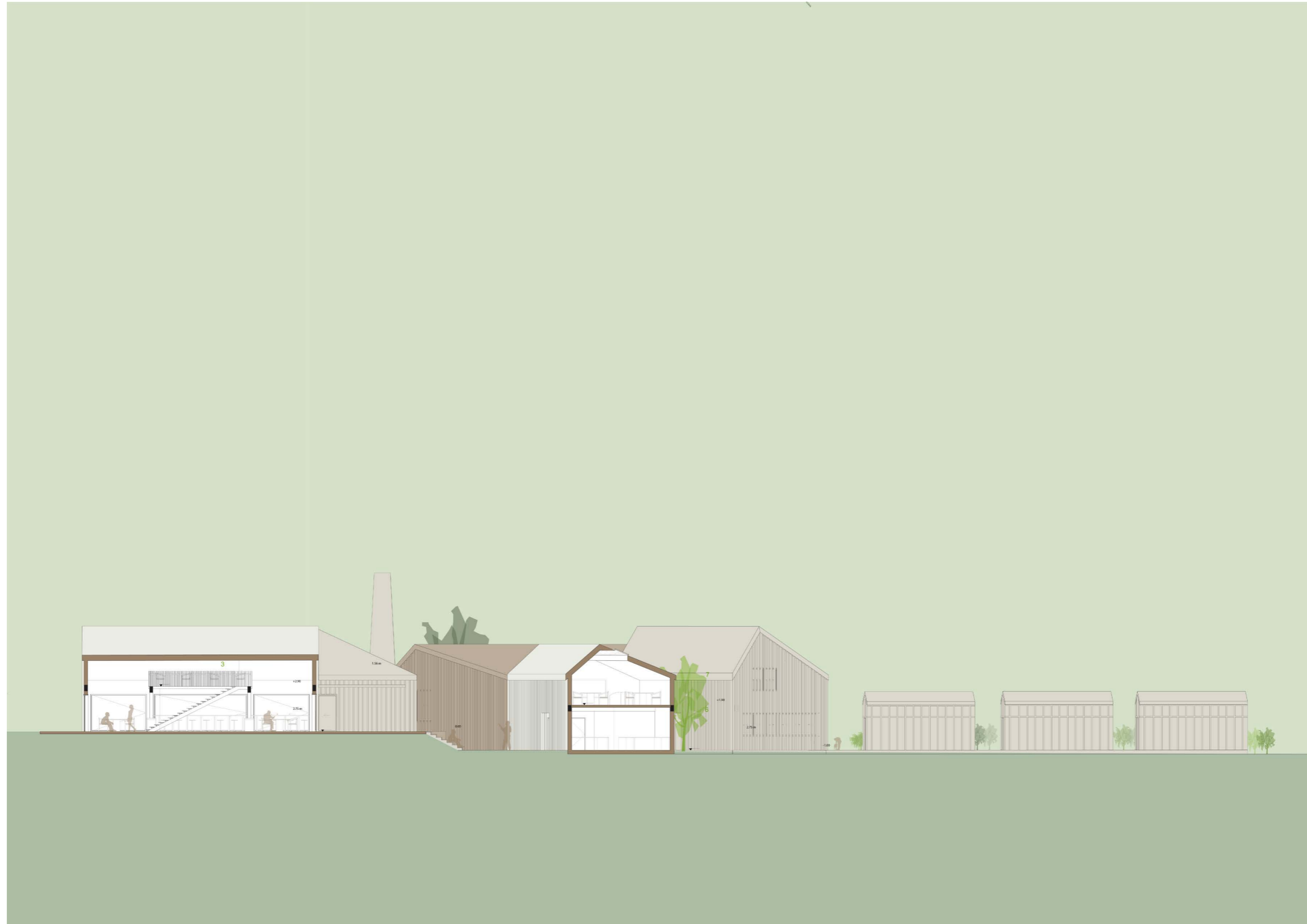
28 - Planta de Cobertura. Escala: 1/100



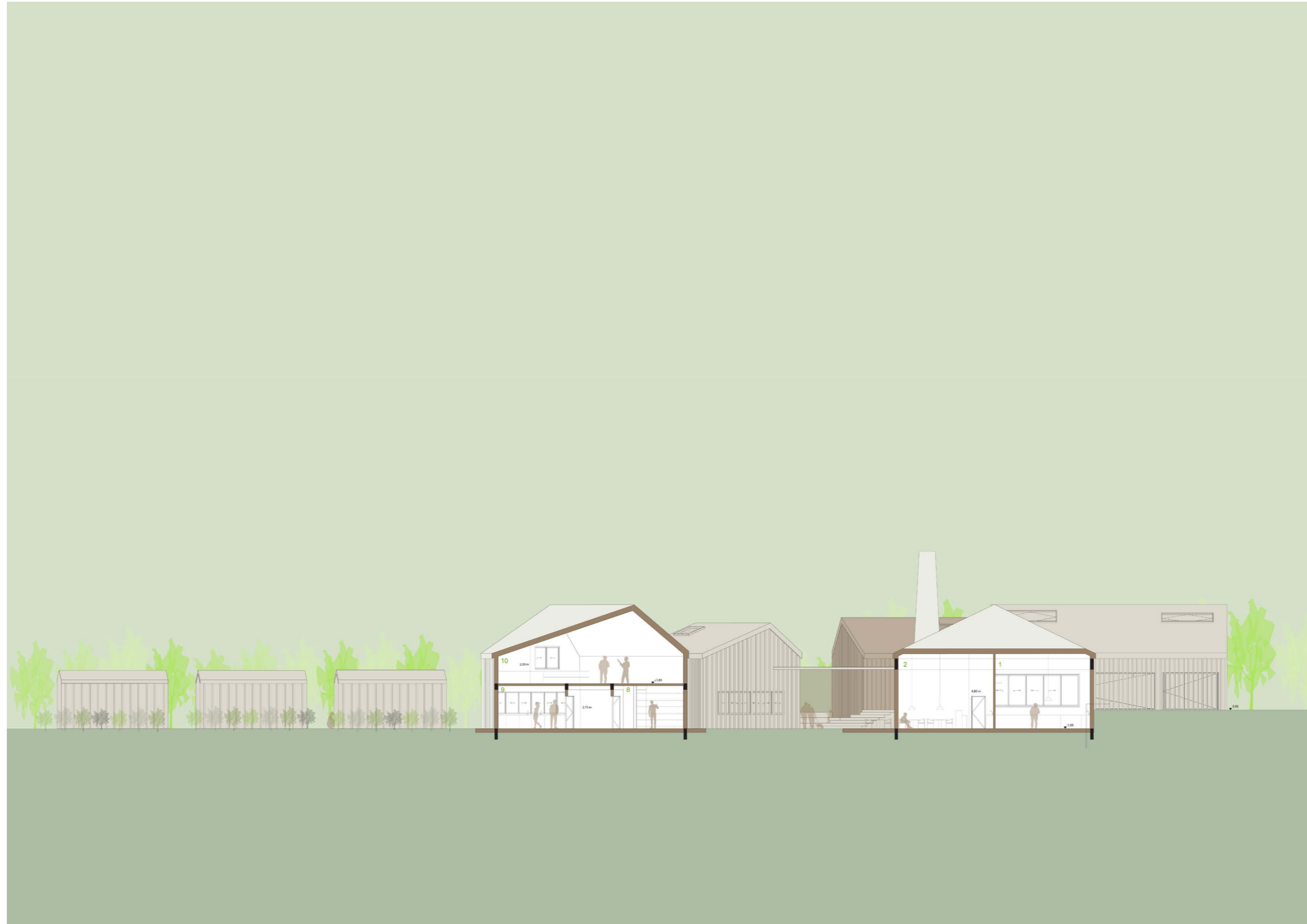
29 - Corte AA. Escala: 1/250



30 - Corte BB. Escala: 1/250



31 - Corte BB. Escala: 1/250



32 - Planta da Cozinha e Sala de Refeições. Escala: 1/100



33 - Perspectiva da entrada.



34 - Perspectiva do pátio externo.



35 - Perspectiva aérea do centro comunitário e do terraço de produção.



36 - Perspectiva interna da Sala de Refeições.



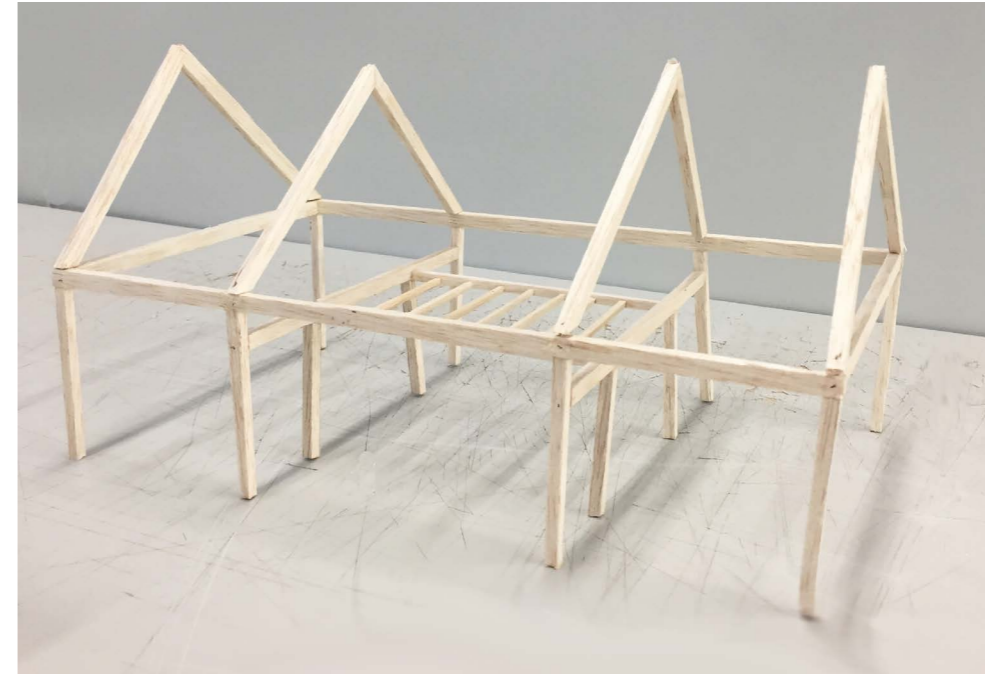
37 - Maquete do Centro Comunitário - Escala 1/100.



38 - Maquete do Centro Comunitário em 1/100.



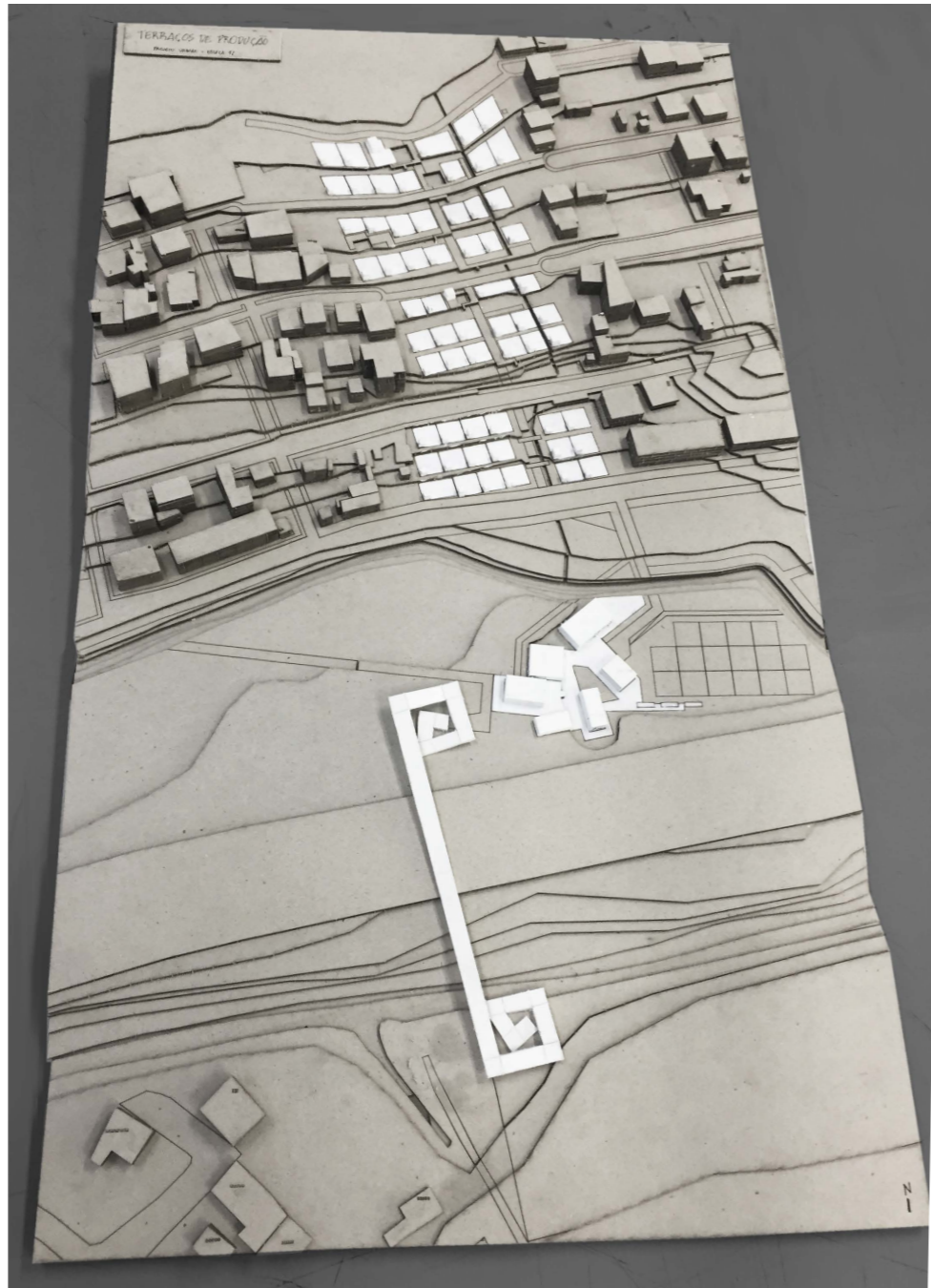
39 - Maquete Estrutural da Sala de Refeitório - Escala 1/50.



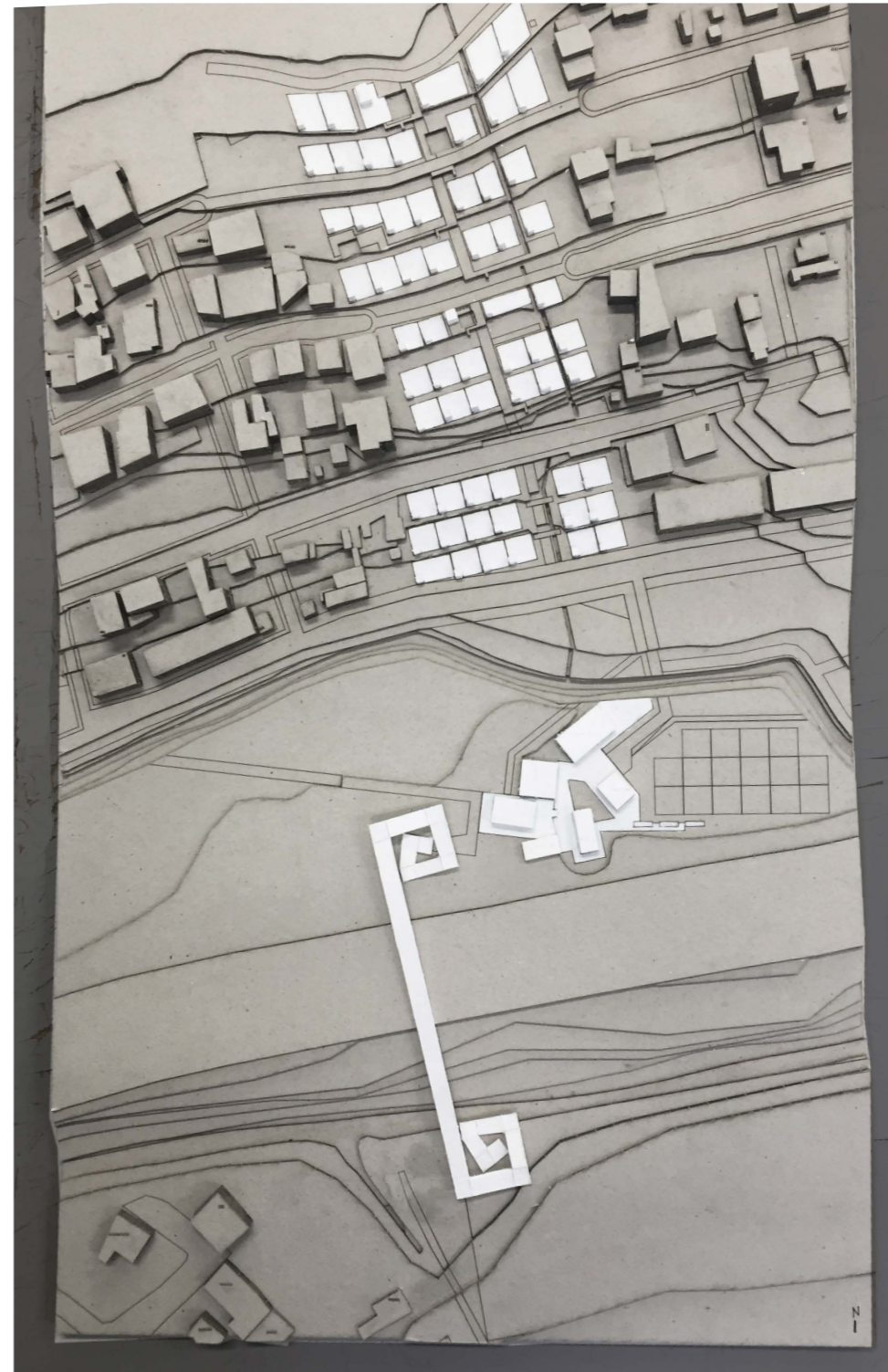
40 - Maquete Estrutural da Sala de Refeitório - Escala 1/50.



41 - Maquete dos Terraços de Produção - Escala 1/500.



42 - Maquete dos Terraços de Produção - Escala 1/500.



43 - Painei 1 - Projeto Urbano.

COpA

Centro Odivelense para Alimentação

Proposta de uma cozinha comunitária como meio de integração social na vertente Sul de Odivelas

O COpA é um centro comunitário capaz de incentivar a atividade agrícola familiar reestabelecendo a relação com o alimento e entre os próprios habitantes da Vertente Sul de Odivelas. Ele visa auxiliar e educar os agricultores locais e propõe um espaço de vivência e coexistência entre as diferentes culturas e nacionalidades existentes, tendo o ato de cozinhar e da comensalidade como catalizador de uma sociedade atualmente dividida. O COpA está inserido em uma proposta urbana de extensão do parque linear já existente, denominada "Corredores Verdes". Esse projeto tem como intenção integrar e a reabilitar o espaço ecológico no bairro, incentivando primordialmente a produção agrícola na cidade, gerando também novas atividades, serviços e espaços para a população.

Marcela Melo - 20171314 Trabalho Final de Mestrado em Arquitetura - Setembro 2020 Orientação Científica: Profa./Dra. Barbara Massapina e Prof./Dr. José Luis Crespo COpA - Centro Odivelense para Alimentação / Proposta de uma cozinha comunitária como meio de integração social na vertente Sul de Odivelas Painei 1

As Questões Locais



1. Ocupação das encostas na Vertente Sul 2. Atual acesso da passarela da Vertente Sul 3. Linhas d'água poluídas da Vertente Sul 4. Encostas preservadas da Vertente Sul 5. Parque Rio da Costa na Vertente Norte 6. Presença de hortas familiares na Vertente Sul

A topografia acidentada com um declive acentuado em direção ao vale, configura um **local perigoso para o assentamento residencial** e é constituído como área de **gênese ilegal**.

Os **espaços públicos de qualidade são escassos** e se encontram em **péssimo estado de conservação**.

Os espaços verdes e linhas d'água **não possuem tratamento** ou especificação de uso e são utilizados como **depósitos de lixo**.

As encostas constituem a Reserva Ecológica Nacional não possuem atividade atribuída a ela e são portanto um **espaço não atrativo** para o uso público e sem interação com a natureza.

À margem Norte da CRIL, localiza-se o parque público que oferece um **ambiente integrado a natureza** para passeio, prática de esportes e lazer.

Grande parte das residências familiares possuem uma horta pequena no seu próprio terreno, ou alugada em terreno alheio para a produção de alguns produtos frescos.



A Vertente Sul de Odivelas

O território específico é a Vertente Sul de Odivelas e se localiza no Sul do concelho de Odivelas. Ela se constitui como Área Crítica de Recuperação e Reconversão Urbanística e se localiza entre a Circular Regional Interna de Lisboa (CRIL) e o limite Norte do Concelho de Lisboa.

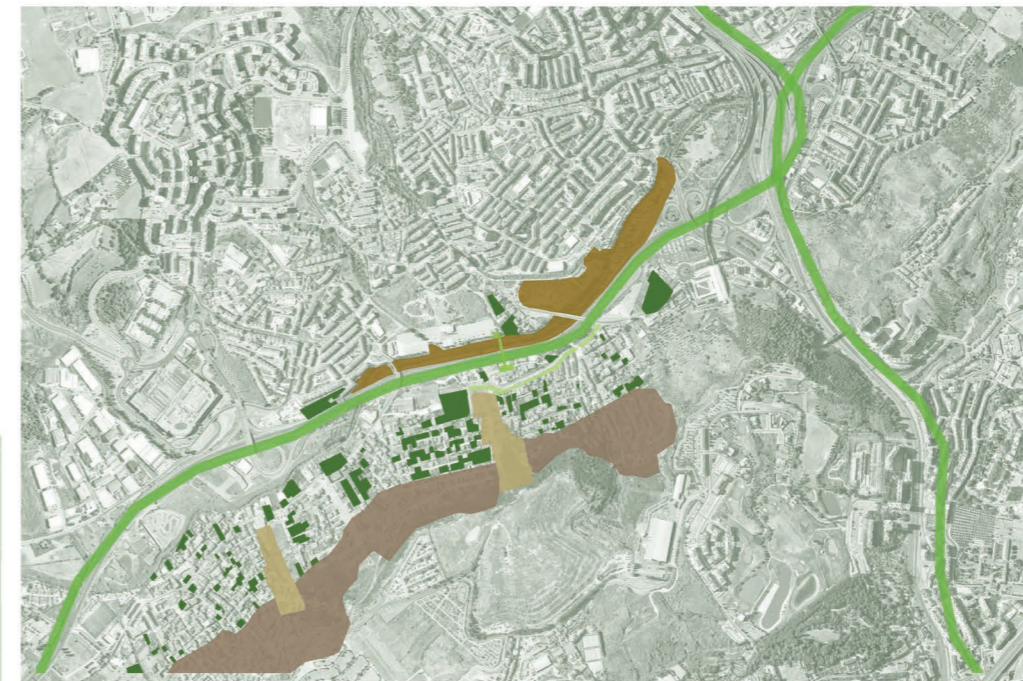
A Vertente Sul de Odivelas surge da ocupação espontânea com a construção das primeiras barracas por aqueles vindos do campo, que buscam proximidade a capital e um custo de vida mais acessível. Odivelas se tornou portanto, subúrbio de Lisboa e ao longo dos anos, com a especulação imobiliária, a criação de rodovias e redes de transporte público regional, seu caráter de bairro dormitório se intensificou. O espaço anteriormente destinado à agricultura e pecuária, foi perdendo espaço de produção agrícola para o desenvolvimento da estrutura urbana.

Com esse processo, Odivelas está a se aproximar da caracterização de deserto alimentar, onde o acesso a produtos frescos como frutas e hortaliças é cada vez mais reduzido. Os habitantes compram produtos em sua maioria alimentos industrializados obtidos em mercados e mercearias locais em detrimento de comida de verdade provenientes do solo regional.

Odivelas é um dos maiores e mais antigos núcleos de população migrante existentes na área metropolitana de Lisboa. Esses advêm do interior do país, da Índia, Paquistão e países que foram ex-colônias portuguesas como Angola, Brasil e Moçambique. Essa multiculturalidade de Odivelas resulta, porém em um fenómeno negativo de desintegração social, na qual as diferentes nacionalidades se isolam por suas diferenças culturais. A falta da integração acarreta, em uma grande variedade de problemas sociais e económicos, que geram ainda maiores barreiras e diferenças sociais. Nem todas as pessoas desfrutam de equidade de oportunidades, pois a intolerância em inserir pessoas de diferentes nacionalidades nos estabelecimentos comerciais locais é grande.



Grande Lisboa Odivelas



CRIL ocupação ilegal passarela linhas d'água encostas preservadas Parque Rio da Costa hortas familiares Odivelas

44 - Paine 2 - Projeto Urbano.

Problemas Mundiais

A POPULAÇÃO URBANA CRESCERÁ MAIS DE 70% EM 3 DÉCADAS

O estilo de vida urbano gera maior consumo e aumenta a necessidade de viabilidade e duração dos alimentos que comprometem diretamente a sustentabilidade e saúde de seus habitantes.

1900
1 em cada 9 pessoas viviam em áreas urbanas

2050
6 em cada 9 pessoas viverão em áreas urbanas

EM SITUAÇÕES DE PANDEMIA, APÓS 3 DIAS SEM ABASTECIMENTO NÃO HÁ MAIS COMIDA

Realidades instáveis como guerras e pandemias no mundo comprometem o fornecimento e preço da comida entre longas distâncias ameaçando a segurança alimentar da população.

A SEGREGAÇÃO E GUETIFICAÇÃO AUMENTARAM OS CRIMES CONTRA A SOCIEDADE EM 16,7% NOS ÚLTIMOS 9 ANOS

A multiculturalidade não sempre resulta em integração dos habitantes. O índice de criminalidade ao indivíduo tem aumentado em decorrência da segregação local, segundo estudos.

A PERDA DA CONSCIÊNCIA ALIMENTAR GERA PROBLEMAS AMBIENTAIS, DE SAÚDE E DESPERDÍCIO DE COMIDA

O estilo de vida atual distancia o consumidor da fonte e processo de produção do seu próprio alimento. Essa tendência gera a perda da consciência sobre o valor da comida e o consumo de produtos prejudiciais a saúde.

Análises de Odiveelas

. Linhas d'água
Odiveelas constitui um vale, onde as vertentes possuem **muitas linhas d'água** que se direcionam para o Rio da Costa e tornam o **terreno fértil** .

. Segregação Norte Sul
O tecido morfológico é distinto e desconectado. A falta de integração entre as tipologias dos bairros é intensificada com a presença da CRIL.

. Centralidades
Odiveelas possui infra-estrutura, alguns equipamentos culturais, de lazer e esporte que constituem pontos de atração e direcionam o fluxo de pessoas no bairro. Entre os principais há o metro Sr. do Roubado, o Parque do Silvano, o Centro Comercial Strada Outlet.

. Equipamentos
A margem norte da CRIL possui uma grande diversidade de equipamentos oferecendo mais suporte a população, o contrário do que ocorre na margem sul que carece de estrutura e serviços de apoio.

- apoio social
- cultura
- serviços
- esporte

Estratégia Urbana

. Integrações Lineares
O parque urbano em formato de um grande corredor verde, com seus "braços" visa integrar os diferentes bairros e dissolver a presença da CRIL.

. Atratividade
Equipamentos com diferentes funções são inseridos ao longo do parque para atrair o uso e prover a infra-estrutura necessária para a Vertente Sul.

. Produção Agrícola
Propõe-se mais espaços de cultivo para os habitantes da região terem mais acesso a produtos frescos e mais contato com o Sistema Alimentar.

Intenção Diagramática

- parque linear
- CRIL
- equipamentos
- traçado urbano

- vias existentes
- nova rua principal
- novas vias pedonais

45 - Paine 3 - Projeto Urbano.



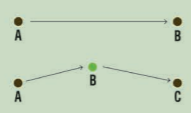
46 - Paineis 4 - Projeto Urbano.

Os Terraços de Produção

Acompanhando as curvas de nível das encostas da Vertente Sul, os terraços são feitos para hortas comunitárias de dimensão aproximada de 100m².

. Ponto de Atração

Os terraços de produção possuem também alguns equipamentos como anfiteatro, cafés, bares, playgrounds infantis entre outros para atrair o uso e oferecer suporte aos usuários das hortas.



. Vias de Pedestre

As vias de pedestre criadas unindo as ruas existentes servem também para atrair as pessoas as atividades de horta e lazer criadas nesse espaço verde, não apenas para ligar um lado ao outro.

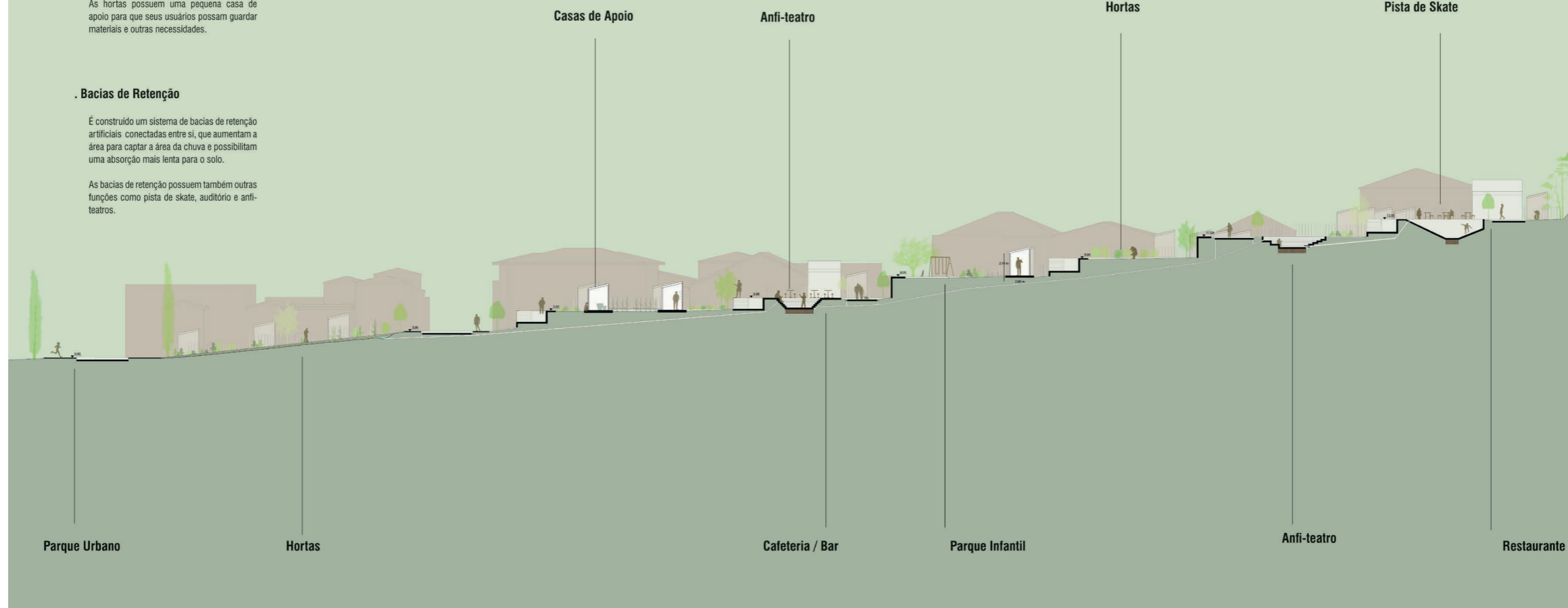
. Apoio para as Hortas

As hortas possuem uma pequena casa de apoio para que seus usuários possam guardar materiais e outras necessidades.

. Bacias de Retenção

É construído um sistema de bacias de retenção artificiais conectadas entre si, que aumentam a área para captar a água da chuva e possibilitam uma absorção mais lenta para o solo.

As bacias de retenção possuem também outras funções como pista de skate, auditório e anfiteatros.

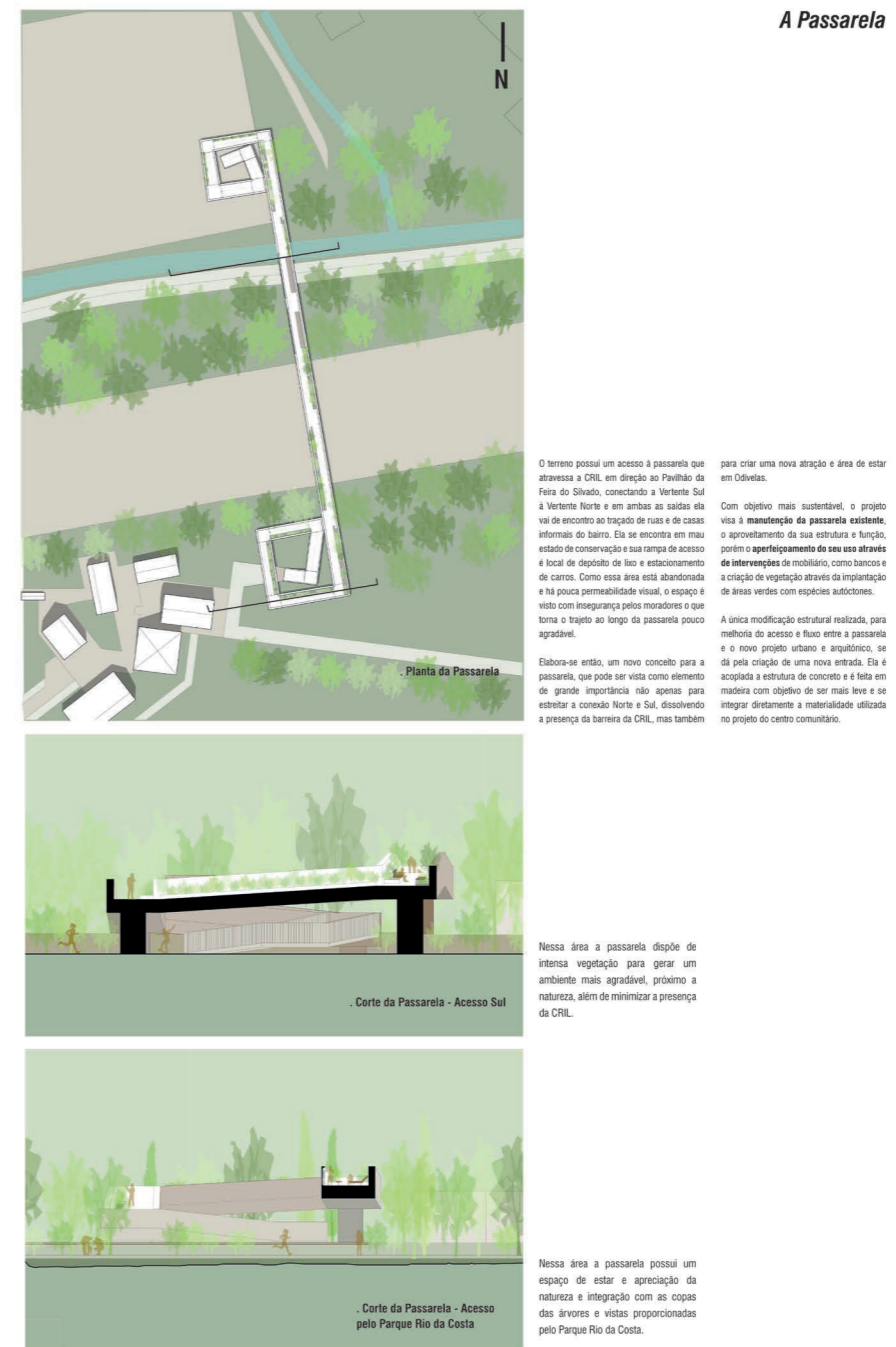


. Corte Urbano dos Terraços de Produção
Escala: 1/100

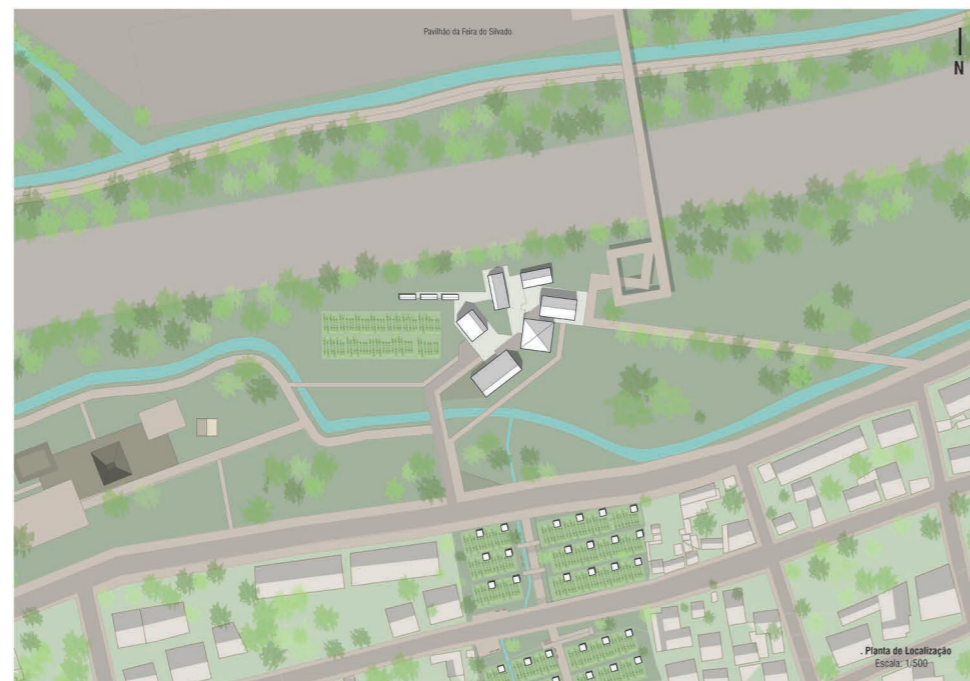
47 - Painele 5 - Projeto Urbano.



48 - Painele 6 - Projeto Urbano.

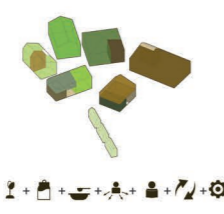


49 - Paine 7 - Projeto Arquitetônico.

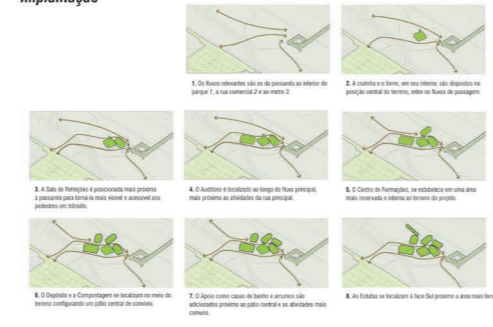


Programa

Plantar	hortas	160 m ²
	estudos	40 m ²
	deposito	20 m ²
Preservar	despejo	6 m ²
Cocinar	cozinha	102 m ²
	cozinha incubadora	38 m ²
	sala de refeições	148 m ²
	sala multiuso	82 m ²
Partilhar	bar / cafeteria	30 m ²
Educar	centro de formação	87 m ²
	auditório	170 m ²
Reutilizar	centro de compostagem	20 m ²
	recepção	20 m ²
	administração	24 m ²
	banheiros	40 m ²
Apoio	casas de banho	40 m ²



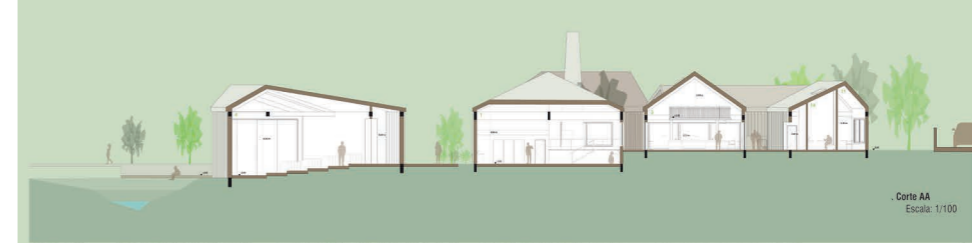
Implantação



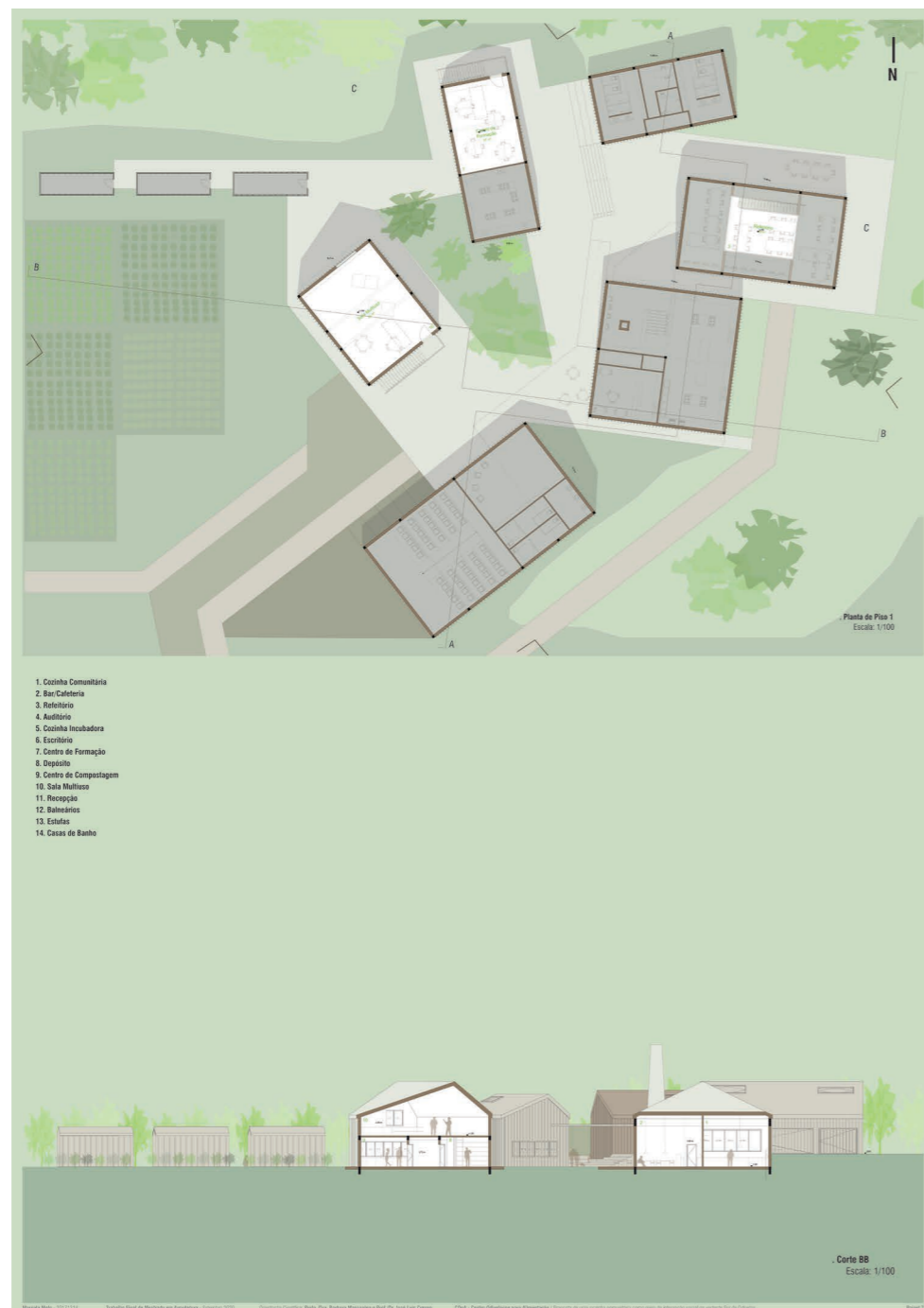
50 - Paine 8 - Projeto Arquitetônico.



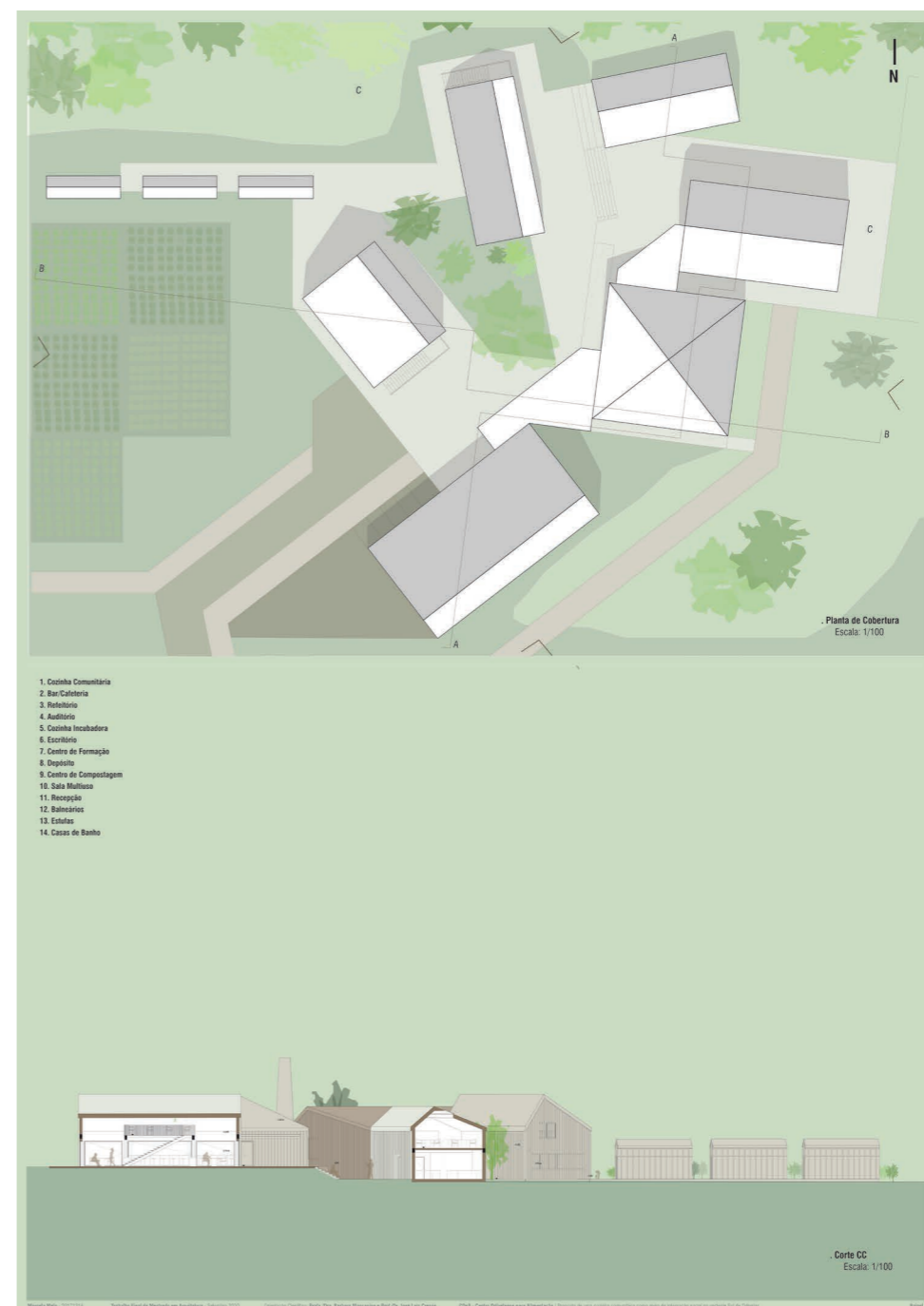
1. Cozinha Comunitária
2. Bar/Cafeteria
3. Releitoria
4. Auditório
5. Cozinha Incubadora
6. Escritório
7. Centro de Formação
8. Depósito
9. Centro de Compostagem
10. Sala Multiuso
11. Recepção
12. Banheiros
13. Estúdios
14. Casas de Banho



51 - Painele 9 - Projeto Arquitetônico.



52 - Painele 10 - Projeto Arquitetônico.



53 - Painele 11 - Projeto Arquitetônico.



As Entradas: Transição Público e Privado



Os volumes possuem uma abstração na regra do seu acesso e portanto, suas fachadas possuem entradas semi-abertas, criando uma grade de materiais, para o espaço público e protegidas pela cobertura.

Estabelece-se assim, uma relação gradual entre o espaço público e privado, mais centrado para as entradas de diferentes áreas interiores do edifício em caso de interrupções e um novo ambiente para socialização.

Flexibilidade

O edifício de auditorio possui partes de correr na entrada de sala, entre sala e o auditório, áreas de palco, e o deck externo. Deste modo, o espaço pode proporcionar e se adaptar as diversas atividades realizadas além de possuir maior integração com a área externa.



Auditorio com uso do deck externo

Em espaços alternativos, a parte do auditorio pode se abrir para o deck integrando o espaço interno ao externo.

Extensão Interna do Auditorio

No caso de grandes representações e apresentações o auditorio pode ser integrado a sala.



Exposições

O espaço interno do auditorio pode ser utilizado para pequenas exposições de arte e debates. Assim os espaços podem ser utilizados individualmente.

Dias livres

Em dias sem eventos ou algum do espaço para uso específico, o auditorio e sala pode ser abertos e fechados conforme a demanda dos usuários ao longo do dia. O espaço se torna portanto apto para várias ocasiões.



Perspectiva da Sala de Reflexões

54 - Painele 12 - Projeto Arquitetônico.



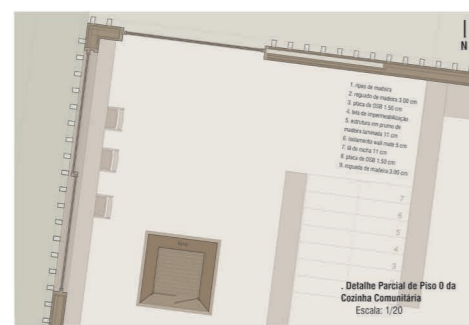
Alçado Norte
Escala: 1/100

Alçado Sul
Escala: 1/100

Alçado Este
Escala: 1/100

Alçado Oeste
Escala: 1/100

55 - Pannel 13 - Projeto Arquitetônico.



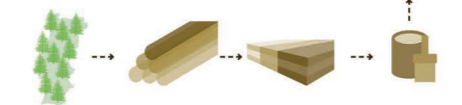
Materialidade

A madeira foi escolhida como principal material do projeto, visando para a sustentabilidade, para se trabalhar e para os custos. Essa madeira provém da floresta de eucalipto em Portugal e é essencial para a promoção do comércio como indústria nacional de desenvolvimento sustentável e geração de empregos, além de fomentar uma mão de obra qualificada e especializada.



referência: projeto de reabilitação do Castelo dos Mouros, Sines

Processo da Madeira Laminada Colada



1. Uso de madeira sustentável local
No contexto a preservação de ecossistemas locais, é utilizada a madeira de eucalipto de mata e de terrenos em Portugal.

2. Corte e veda
A madeira é desbastada e cortada e transportada para diversos pontos de venda ao redor do país.

3. Produção da Madeira Laminada
A madeira é cortada em lâminas e colada formando um resistente elemento estrutural utilizado para pilares e vigas na construção.

4. Tratamento com óleo de linho
O óleo de linho é utilizado para impermeabilizar e acabar a madeira. Ele protege a madeira seca e dá um acabamento com lustro discreto que acentua os veios da madeira.

Composição

