

SUSTENTABILIDADE

NEWS

“Na natureza nada se cria, nada se perde, tudo se transforma”. Antoine L. Lavoisier foi um químico do século XVIII e já apontava a natureza cíclica das coisas. O Sustentabilidade News de maio reflete sobre a necessidade de atentarmos para esse ciclo e como nós temos interferido. O que é colocado para fora desse ciclo se acumula, polui e agride. Maio destaca que reciclar e maternar fazem parte da natureza. São exemplos de ciclos de vida, de amor e respeito a vida!



LEIA NESSA EDIÇÃO

PÁG. 2

**PRECISAMOS
FALAR DE
RECICLAGEM**



PÁG. 4

**VOCÊ SABE O QUE
É MARKETING
VERDE?**



PÁG. 8

**PAPEL ARTESANAL
COM ERVAS
E SEMENTES EM
8 PASSOS**



PÁG. 12

**ENTREVISTA
SOFIA MARTINS
CARVALHO**



CONEXÃO SUSTENTÁVEL

Nesta seção, você se aprofundará em temas ligados a sustentabilidade que são de interesse da maioria das pessoas.



PRECISAMOS FALAR DE RECICLAGEM

Dia 17 de maio foi definido pela UNESCO como o dia mundial da reciclagem, um assunto cada vez mais importante em tempos de crise ambiental. Mas o que é reciclar e por que é tão importante? Certamente você deve ter visto em algum lugar aquele símbolo das setas que formam um triângulo, é o símbolo universal da reciclagem. Ele pode ser identificado, por exemplo, em muitas embalagens indicando justamente que é um material reciclável. Suas setas que indicam uma para a outra quis trazer justamente a ideia de infinitude e ciclo de retorno que a reciclagem quer propor. Reciclar é um dos 3 R's clássicos da sustentabilidade, além do Reaproveitar do Reduzir. Reciclar significa o processo em que materiais retornam ao ciclo de produção a partir de um processo de transformação em seu estado físico, biológico ou físico-químico, diferentemente do reaproveitamento que não envolve alteração do resíduo, apenas sua ressignificação. Assim, latinhas de alumínio, papel, vidro, plástico, entre outros resíduos,

podem retornar para as fábricas, sofrerem um novo tratamento e serem utilizados novamente no processo de produção, evitando que mais matéria-prima seja extraída da natureza. Se pudéssemos criar uma máxima, seria: RECICLAR É PRECISO. Reciclar é importante para evitar que mais matéria-prima seja extraída da natureza; reciclar pode ser uma importante cadeia de geração de renda (como já é para os catadores que precisam ganhar mais reconhecimento pelo seu trabalho); reciclar envolve práticas e hábitos sustentáveis que toda a sociedade precisa desenvolver. Nosso planeta agradece. Se existem desigualdades pelo mundo em muitos assuntos, na reciclagem não é diferente. Assim, temos a Alemanha que está no topo da reciclagem reciclando mais de 60% de seus resíduos sólidos urbanos, seguido por Coreia do sul (com 59%) e Áustria (com 58%), ao contrário do Brasil que está entre os últimos, reciclando apenas 3%, mantendo nossa liderança mundial apenas na reciclagem de alumínio (reciclamos quase 98% desse material). Mas quando falamos de reciclagem não falamos apenas em mitigar impactos ao meio ambiente, falamos também em economia. Literalmente jogamos todos os anos dinheiro fora quando deixamos de reciclar. O Brasil deixar de produzir cerca de 14 bilhões em ganhos e que poderiam ser investidos em muitas coisas necessárias, inclusive ambientais. O importante é entendermos que reciclar se trata de engajamento social. Não basta ter políticas públicas ou distribuir lixeiras, é uma questão em que TODOS, sem exceção, precisam participar. No Brasil, por exemplo, de todo o lixo produzido no país, 30%

COLABORADORES: Conteúdo elaborado pelos analistas do projeto Sesc+ Sustentabilidade. Unidades envolvidas:

Anderson Caicó • Sesc Ramos | Carolina Pellegrino • Sesc Santa Luzia | Claudia Aldeia • Sesc Nova Friburgo | Daniel Pereira • Sesc Madureira | Daniela Almeida • Sesc Niterói | Elvio Kamiyama • Sesc Três Rios | Fátima Pereira • Sesc Engenho de Dentro | Helena Oliveira • Sesc Teresópolis | Karen Pinto da Silva • Sesc São Gonçalo | Mauro Rezende • Sesc Barra Mansa | Nathallia Miranda • Sesc RJ (Sede) | Sustentabilidade | Gerência de Assistência

Leonardo Oliveira - Programação visual • Sesc Tijuca.

Imagens do boletim: SescRJ | Freepik | Pixabay | Unsplash

tem potencial de ser reciclado dos quais apenas 3% o são porque em sua maioria não houve, para começar, a destinação correta. Sem contar que já somos o 4º maior produtor de lixo plástico do mundo e só reciclamos pouco mais do que 1% desse material. Sim, o tratamento de qualquer resíduo começa a partir de seu descarte. Daí a importância da separação correta, começando pelas nossas casas ou nos locais de produção desses resíduos. Em seguida, é necessária a coleta adequada, porém apenas 17% da população brasileira pode contar com a coleta seletiva em seu município que, quando existe, nem sempre chega a todos os bairros. E, por fim, ter usinas de tratamento para que esses resíduos sejam realmente encaminhados adequadamente à reciclagem, esperando também que empresas assimilem cada vez mais essa questão em seus processos. Enfim, é uma cadeia em que todos precisam fazer sua parte: cidadãos, empresas e poder público. Esse assunto é urgente, sobretudo porque a perspectiva é que a produção de lixo cresça cerca de 70% no mundo até 2030 que já é amanhã. Sim, reciclar é preciso.

Por Daniela Almeida

Saiba mais em:

<https://www.ecycle.com.br/component/content/article/9-no-mundo/1157-estimativa-revela-que-quantidade-de-lixo-produzida-no-mundo-sera-quase-70-maior-em-2030.html>

<https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/2020/08/04/brasil-deixa-de-ganhar-r-14-bilhoes-com-reciclagem-de-lixo>

<https://portal.fmu.br/reciclagem-no-brasil-panorama-atual-e-desafios-para-o-futuro/>

[https://embapel.com.br/os-5-paises-que-mais-reciclam-no-mundo/#:~:text=Este%20ano%2C%20saiu%20a%20lista,%25\)%20e%20B%C3%A9lgica%20\(55%25\).](https://embapel.com.br/os-5-paises-que-mais-reciclam-no-mundo/#:~:text=Este%20ano%2C%20saiu%20a%20lista,%25)%20e%20B%C3%A9lgica%20(55%25).)

[https://www.ecycle.com.br/2046--reciclagem#:~:text=Reciclagem%20%C3%A9%20o%20processo%20em,de%20Res%C3%ADduos%20S%C3%B3lidos%20\(PNRS\).](https://www.ecycle.com.br/2046--reciclagem#:~:text=Reciclagem%20%C3%A9%20o%20processo%20em,de%20Res%C3%ADduos%20S%C3%B3lidos%20(PNRS).)

A ECONOMIA CIRCULAR E O QUE ELA TEM A VER COMIGO



Você sabia que, segundo dados do Ministério do Meio Ambiente, cada brasileiro gera, em média, 1 kg de resíduos sólidos urbanos por dia?

Além disso, estima-se que a população brasileira gere aproximadamente 71 milhões de toneladas de resíduos por ano, porém desse montante apenas uma parte é destinada de forma ambientalmente adequada.

Para ajudar a minimizar esse impacto foi criado o termo Economia Circular que nada mais é do que um conceito econômico que faz parte do denominado desenvolvimento sustentável.

E nesse mês, em homenagem ao Dia Internacional da Reciclagem, instituído pela UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência, e a Cultura), no dia 17 de maio, apresentamos alguns exemplos de hábitos circulares para trazermos para o nosso dia a dia, nos ajudando a aproximar da economia circular e reduzindo o nosso lixo.

Entendi, mas o que é de fato Economia Circular?

A Economia Circular é um conceito estratégico que se baseia na Redução, Reutilização, Recuperação e Reciclagem de materiais e energia. Dessa maneira ela preserva os recursos naturais, otimiza a produção e minimiza riscos.

Mas o que ela tem a ver especificamente comigo?

Você sabia que provavelmente, em alguns anos, parte dos recursos naturais que utilizamos hoje não esteja mais disponível? Isto significa que é cada vez mais necessário nos adaptar e buscar novas maneiras – sustentáveis – de produzir e consumir de forma mais consciente.

Ser consciente é praticar atos diários que vão impactar coletivamente, em políticas públicas, alimentação e consumo, de uma forma ampla. Portanto, a Economia Circular pode e deve fazer parte do nosso dia a dia. Ideias simples, eficazes e sustentáveis podem fazer toda a diferença.

Pensar em novas utilidades por exemplo, para as embalagens que descartamos na nossa casa, aumentando a vida útil desses materiais:

- Transformar garrafas PET e latas em vasos de plantas;



- Reutilizar garrafas de vidro (foto gratuita p/ usar:



- Reaproveitar o papel utilizando frente e verso ou até reciclando (ver dicas de como fazer papel semente nessa edição);

Ao descartar o seu lixo orgânico, pense em criar composteiras pequenas e caseiras, mas evite o desperdício de alimentos! Se o descarte for inevitável, aja de forma consciente usando sacos plásticos biodegradáveis e jamais abandone seu lixo em locais públicos, pois ao se decompor, o mau cheiro pode atrair bichos e proliferar doenças.

Colaborar com a economia circular pode ser mais fácil do que você imagina: ao encaminhar seus objetos para descarte adequado você devolverá para a indústria um material que vale dinheiro, gera empregos e alivia a pressão sobre o meio ambiente.

A garrafa pet que você encaminha para reciclagem pode, por exemplo, retornar para indústria fazer novas embalagens ou até mesmo uma camiseta de malha. Aumentando a vida útil e fechando um ciclo pós-consumo.

Viu como é simples? Trazer hábitos circulares para o nosso dia a dia, reduzindo o nosso lixo, contribui para o meio ambiente e, dessa forma, impacta coletivamente.

“Pense globalmente, aja localmente.” **

Portanto, ser consciente é agir, praticar, exercitar atos diários que vão reverberar no coletivo, impactando em políticas públicas, alimentação e consumo como um todo.

**Do original “Think globally, act locally”, frase atribuída à Patrick Geddes, biólogo escocês preocupado com planejamento urbano.

Por Carolina Pellegrino de Miranda

Saiba mais em:

Economia circular : um modelo que dá impulso à economia, gera empregos e protege o meio ambiente / Carlos Ohde, (organização); colaboração Hélio Mattar...[et al.]. — São Paulo : Netpress Books, 2018.

<https://bluevisionbraskem.com/inteligencia/sera-que-voce-ja--pratica-economia-circular-mas-nao-sabe/#:~:text=A%20economia%20circular%20%C3%A9%20isso,do%20nosso%20dia%20a%20dia>

VOCÊ SABE O QUE É MARKETING VERDE?



Sabe aquela empresa, instituição ou marca famosa que se diz preocupada com o ambiente? Será que isso é verdade ou apenas está tentando passar uma imagem ecologicamente correta? Você saberia identificar? O termo Greenwashing, em tradução literal do inglês, significa “lavagem verde” (green = verde, washing = lavagem) ou “pintar de verde”, que consiste em passar a imagem de que uma empresa ou instituição se preocupa com o meio

ambiente e sua preservação. Palavras como “eco friendly”, “amigo da natureza” e “100% ecológico” são muitos comuns para identificar o greenwashing. A origem do termo ainda é incerta, mas provavelmente ocorreu no início da década de 90.

Por que fazem?

Apresentando preocupação, mesmo que não sejam de fato, as organizações conseguem uma boa reputação junto a opinião pública podendo alavancar suas vendas ou alcance de seguidores.

Exemplos comuns:

- Amigo do meio ambiente – é um dos termos mais comuns nas embalagens ou em propagandas sem qualquer definição do que viria a ser “amigo” do meio ambiente.
- Não contém CFC (clorofluorcarbono): inofensivo para a camada de ozônio - este composto químico é proibido por lei, ou seja, informar que não contém esta substância não tem relevância;
- Ausência de testes com animais – comum em produtos de beleza e cosméticos em geral, sem qualquer comprovação de que realmente não usam animais para testes dermatológicos, por exemplo.
- 100 % ecológico - aquele produto que se vende como ambientalmente sustentável, mas não sabemos se o modo de produção também foi.

A importância da correta rotulagem:

Existem cerca de 400 selos com apelo sustentável no mundo, mas atenção: é preciso ficar sempre atento aos rótulos dos produtos, procurando os selos oficiais das entidades comprometidas com a responsabilidade socioambiental.

Dicas de como evitar cair no “golpe do greenwashing”:

- Desconfie de produtos que possuem rotulagens vagas como “ecológico”, “sustentável” ou “amigo do meio ambiente”. Há uma norma técnica que regulamenta

os tipos de rotulagem; Muitas empresas rotulam mensagens como “preserve o meio ambiente”, “descarte corretamente este material”, mas não apresentam planos ou ações socioambientais de fato;

- Verifique os rótulos que algumas utilizam certificando que são ambientalmente corretas, mas existe um padrão destes símbolos e algumas vezes apenas reproduzem a informação;
- Verifique junto aos canais de atendimento das empresas e instituições que se dizem “verdes” que ações concretas adotam acerca do tema. Se não houver retorno ou informações vagas é sinal de greenwashing!

Por Daniel Pereira

Saiba mais em:

<https://www.ecycle.com.br/2094-greenwashing>

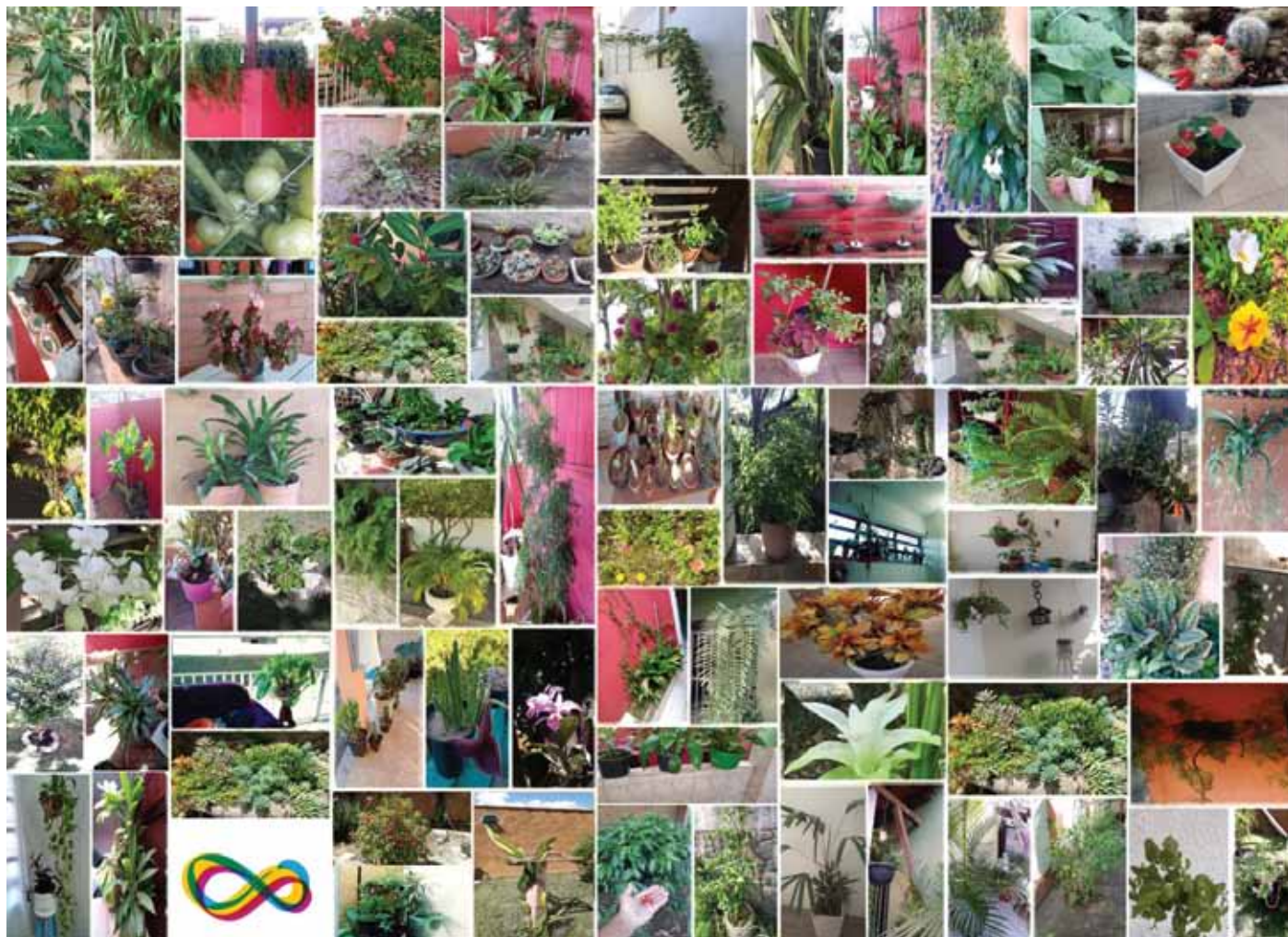
http://www.abre.org.br/wp-content/uploads/2012/07/cartilha_rotulagem.pdf

<https://idec.org.br/greenwashing/fugindo-do-greenwashing>



RECONECTANDO

Nesta seção, convidamos você a vir com a gente em um passeio sobre diversos temas que estão no nosso dia a dia.



JARDIM DO TRABALHO SOCIAL COM IDOSOS DE TRÊS RIOS

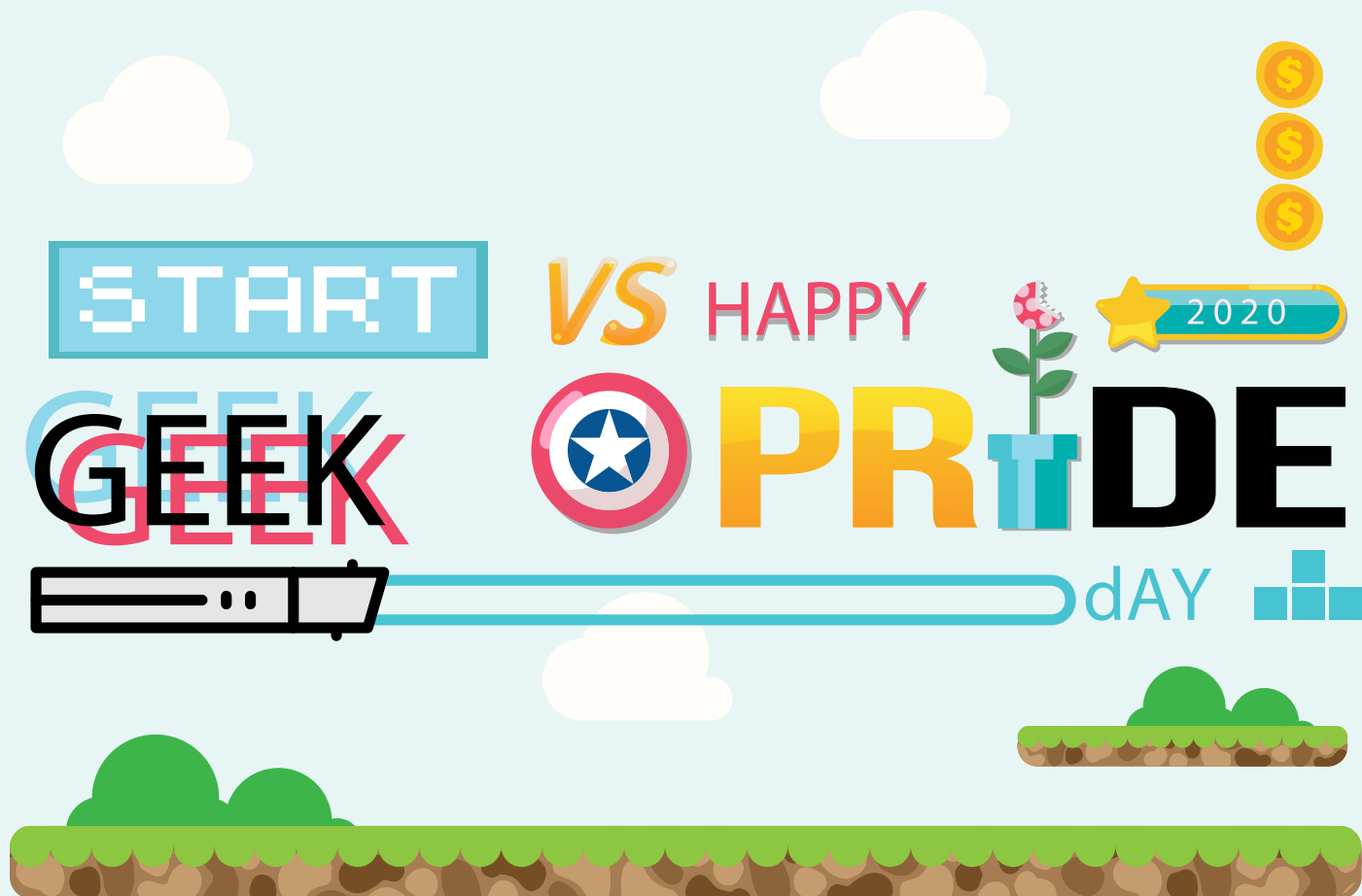
Cultivar e cuidar de plantas, além da beleza que trazem à sua vida, pode ser um hábito extremamente prazeroso e terapêutico. Diminui os níveis de estresse, melhora o humor e pode ajudar a evitar a depressão e níveis elevados de ansiedade. Em uma das rodas de conversa virtuais do Sesc de 2021 realizadas no Trabalho Social com Idosos (TSI) de Três Rios, foi promovida uma troca de fotos de plantas dos jardins dos participantes. Foram inúmeras fotos e colocamos aqui algumas para mostrar a importância das plantas em nossas vidas, principalmente nesse tempo de isolamento social.

Por Elvio Kamiyama

Saiba mais em:

<https://casa.abril.com.br/bem-estar/cuidar-de-plantas-e-uma-boa-opcao-para-trataradepressao/#:~:text= Pesquisas%20revelam%20que%20cuidar%20de,se%20com%20a%20 natureza%2C%20meditar.>

<https://www1.folha.uol.com.br/folha/equilibrio/noticias/ult263u4022.shtml>



04 DE MAIO - DIA DO ORGULHO NERD. JÁ OUVIU FALAR DO CAPITÃO PLANETA?

O desenho foi criado no começo da década de 1990, pelo empresário bilionário Ted Turner (tipo um Tony Stark da vida real), como uma forma de alerta aos problemas ambientais que já o preocupava na época. Até hoje é considerado não só o primeiro desenho da história com tema inteiramente dedicado às questões ambientais, mas também um marco no mundo do entretenimento infanto-juvenil. No Brasil, a animação estreou em 1991 na Rede Globo pelo programa Xou da Xuxa e seguiu por seis anos na TV aberta. Até hoje é possível assistir na TV por assinatura e pela internet também. Capitão Planeta é o super-herói da série que surge após a combinação dos poderes dos cinco Protetores: terra, fogo, vento, água e coração, e com sua frase introdutória "Pela união de seus poderes, eu sou o Capitão Planeta!".

Ele obtém forças a partir dos elementos naturais e enfraquece ao ser exposto a poluentes de qualquer tipo. Ele tem consciência de que não pode resolver os problemas ecológicos eternamente e sempre faz questão de dizer que odos devem fazer sua parte aceitando suas responsabilidades em relação ao futuro da Terra. Por essa razão ele encerra sua participação em cada episódio com sua frase-lema "O poder é de vocês!", lembrando que as pessoas têm o poder e a atitude para mudar o mundo. Vale a pena ver de novo as aventuras desse protetor da natureza e mostrar para os mais novos de uma forma divertida o quanto é importante cuidar do nosso planeta.

Por Anderson Oliveira

Ainda falando de reciclagem, que tal aprender a reciclar papel em casa e transformá-lo em papel semente? É ou não um papel duas vezes sustentável?!

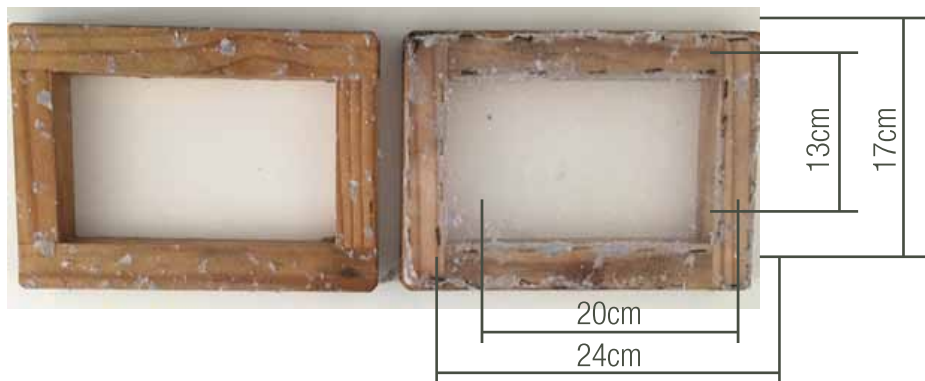


PAPEL ARTESANAL COM ERVAS E SEMENTES EM 8 PASSOS

MATERIAIS:

- Revistas velhas, jornais, boletos, rascunhos (papéis em geral);
- 02 quadros de madeira onde 1 dos quadros é grampeada uma tela tipo a de mosqueteiro (veja medidas abaixo – os nossos custaram cerca de R\$ 10,00 os dois);
- Bacia plástica que caiba os quadros;
- Liquidificador;
- Sementes da sua escolha;
- TNT ou qualquer papo limpo que você possua na sua casa;
- Esponja.

MEDIDA DOS QUADROS:



Nota:

Lembre-se que um dos quadros deve-se grampear uma tela tipo mosqueteiro e é você que decide as medidas dos seus quadros de acordo com o uso que irá dar pra eles como cartões de visita, de casamento, de aniversário, capas de livros etc.

PASSO 1



Pique o papel e deixe de molho até que ele esteja bem macio para bater no liquidificador.

PASSO 2



Pique o papel e deixe de molho até que ele esteja bem macio para bater no liquidificador. Coloque 2/3 de água no liquidificador e adicione o papel e bata até formar uma “massa” de papel.

PASSO 3



Despeje essa “massa de papel” em uma bacia plástica com água com uma quantidade que cubra totalmente os quadros de madeira e misture bem com as mãos.

PASSO 4



Posicione os quadros de forma deitada. O quadro que possui a tela tipo de mosquiteiro deve ficar em baixo com a tela voltada para cima. Faça um movimento para frente e para trás para que a “massa de papel” possa aderir na tela de mosquiteiro.

PASSO 5



Vá movimentando os quadros para sempre e para trás sempre na horizontal até a espessura que você deseja para o seu papel. Mantenha sempre os quadros na horizontal e retire-os da água deixando o excesso de água escorrer para a bacia. Levantando o quadro sem a tela você já começa a ver seu papel artesanal tomando forma.

PASSO 6



Chegou a hora, antes que ele seque, jogue no papel artesanal as sementes que escolheu.

PASSO 7



Retire o seu papel artesanal virando o quadro em cima de um TNT ou qualquer pano que tenha em casa e com o auxílio de uma esponja retire o excesso de água e vá dando pequenos toques na tela de mosquiteiro para que o papel artesanal possa se desgrudar.

PASSO 8



Retire totalmente seu papel artesanal da tela e coloque ele para secar a sombra.

Seu papel artesanal com ervas e sementes está pronto!

Por Mauro Rezende

TONS DE VERDE



Sofia Martins Carvalho

27 anos, mãe da Maria, moradora do Sítio Raiz, localizado no Lago Oeste, em Brasília/DF, região do Cerrado. Formada em tecnologia em agroecologia pelo Instituto Federal de Brasília.

No abril indígena, o Sustentabilidade News conversou sobre agrofloresta com Hiparidi Top Tiro, liderança do povo Xavante, em Mato Grosso. Os povos indígenas, em suas diversas etnias, são resistência, sabedoria e equilíbrio na relação com a natureza.

MÃES QUE PLANTAM

O QUE VOCÊ ENTENDE POR AGROFLORESTA?

Eu vejo que a agrofloresta é a maneira de se trabalhar com a terra, que busca suprir as nossas demandas enquanto sociedade humana, dos recursos que a gente precisa, aliado com a maneira com a qual a floresta opera e trabalha. Agrofloresta é uma forma bem bonita e potente da gente exercer o nosso impacto na terra, porque assim estamos encontrando técnicas orientadas por princípios que a gente consegue produzir alimentos e fazendo todo um outro trabalho mais invisível, mas que talvez seja “o grande trabalho”: alimentar a vida no solo. A gente às vezes brinca dizendo que uma boa agricultora, um bom agricultor, antes de tudo são bons pecuaristas, pois a gente está trabalhando com “rebanhos” de pequenos bichinhos e insetos que estão na terra fazendo “o trabalho”, que pra gente, sociedades antropocêntricas, podem parecer insignificantes, mas para os agricultores e agricultoras agroflorestais é a grande engrenagem da coisa criar as melhores condições pra ter esses seres de pequeno porte fazendo o trabalho essencial da ciclagem de nutrientes no solo e da dinamização da vida no solo. Precisamos contribuir para criar abundância para a terra, se não você está se expulsando dali, criando condições hostis para sua própria vida e de todos os seres. É importante fortalecer a capacidade de resiliência dos ecossistemas.

COMO A AGROFLORESTA ENTROU NA SUA VIDA?

Cheguei ao universo da agricultura muito através da minha formação em agroecologia, pois ao estudar sociologia, fui entendendo que a importância do mundo agrário e agrícola exercem influência direta na vida na sociedade e como a cultura de um povo reflete na forma de ocupação das terras. Desde pequena eu tinha um “pé na roça” porque minha avó era bem ‘mateira’ e meus pais me criaram muito nesse universo. Fui motivada para a agroecologia muito atraída pelas questões políticas que eu poderia estudar e debater. E o momento chave em que as coisas mudaram mesmo pra mim foi quando eu conheci o trabalho do agricultor e pesquisador, uma referência imensa na minha vida, que é o Ernst Götsch**. Foi através dele que eu quis me aprofundar na agricultura sintrópica e nos conhecimentos que ele sistematizou.



VOCÊ VÊ UMA RELAÇÃO ENTRE AGROFLORESTA E MATERNIDADE? COMO É ESSA EXPERIÊNCIA PRA VOCÊ?

Quanto mais eu fui estudando e praticando, eu realmente me tornei uma produtora de alimentos, como hoje sou com meu companheiro e as crianças aqui no sítio. Mas eu fui achando que isso que a gente faz é de um valor tão profundo e maravilhoso que pra mim faz todo sentido que as nossas crianças estejam inspiradas por essa realidade, por isso tudo que nos cerca. A maternidade, antes mesmo de eu ser mãe, já ocupava um pouco esse lugar, por saber que esse trabalho é muito urgente e necessário para a gente atravessar nossa experiência na Terra, aprendendo o que a gente precisa aprender, que é como a vida trabalha, como a vida se reproduz, o que a vida faz nesse planeta. Eu tenho uma filha de 2 anos, meu companheiro tem outros dois, um adolescente e uma menina de 10 anos. Eles se envolvem com a agrofloresta, mesmo com as dificuldades do momento atual, principalmente para o adolescente, que enfrenta essa situação de isolamento. Criar crianças no contexto da agrofloresta alimenta muito a potência da vida. Esse encontro da grande maravilha que é ser mãe, mas também com os grandes desafios que é ser mãe e ser mulher diante de uma sociedade bastante machista, me fez sentir necessidade de ficar muito em casa, por conta da neném e me sentir não muito capaz de executar muitas outras coisas externas e ter que ficar muito no ambiente doméstico porque a maternidade trouxe isso, essa necessidade foi muito difícil, ainda que com todo amor. Por isso é importante não apenas romantizar a maternidade, pois apesar de toda a beleza tem dificuldades também, as sobrecargas para a mãe são pesadas. Como eu fiquei mais em casa por conta da maternidade, fui assumindo toda a frente que diz mais respeito aos processos de gestão do sítio e da comercialização dos produtos que é nossa forma de sustento. Eu tinha vontade de voltar a interagir em campo com a natureza, mas ao mesmo tempo estou aprendendo um universo inteiro com minha filha agarrada no peito e assim trocando muitas coisas juntas.

QUE ALIMENTOS VOCÊS PRODUZEM? E COMO PRODUZEM?

Como nosso trabalho é focado em estudar o funcionamento das florestas e, com esses mecanismos, aplicar nos nossos cultivos agrícolas, a gente nunca levanta um canteiro só com uma única cultura. Por exemplo, observamos que na natureza não se encontra naturalmente, aqui no Brasil, uma grande monocultura de Pequi, e tem muitas razões pra isso. A gente percebe que faz muito mais sentido, tanto do ponto de vista agrônomo, quanto do ponto de vista financeiro, a gente pegar um canteiro que vai demandar recursos com adubação, implementos agrícolas, mão-de-obra, maquinários e, ao invés de plantar só alface, a gente aproveita e planta rúcula e na sequência, couve e inhame. Apesar do nosso terreno ser pequeno, a nossa produção é muito diversificada, essas técnicas de consorciar diferentes culturas num mesmo espaço, nos permite ter uma colheita maior por metro quadrado, do que em formas de cultivo em monocultura, isso vai criando um ciclo na produção. A gente hoje tem desde folhas, como rúcula



as, alfaces, salsa, coentro, cebolinha até as folhas com ciclo de vida mais longo como couve, repolhos, brócolis, couve flor, além também do inhame, da batata doce, da mandioca. E também as frutas, praticamente o ano inteiro a gente tem banana cultivamos também morangos, além das frutíferas perenes, como abacate, que colhemos bastante.

QUAIS OS BENEFÍCIOS E AS DIFICULDADES DO SISTEMA AGROFLORESTAL?

Os benefícios são colhidos por todos, o trabalho com a agrofloresta desempenha funções que são necessárias e vitais para que os ecossistemas possam prosperar e fazer com que a vida possa acontecer das melhores maneiras possíveis. Essa ciclagem de nutrientes permite que um lugar como esse em que estamos, que era antes tomado por pastos, onde passou muito fogo e com histórico de muitas monocultura que causou o empobrecimento do solo, possa se regenerar. Trabalhamos muito com plantas que a gente sabe que crescem rapidamente e podem trazer muitas folhas e galhos para o solo. Percebemos uma mudança muito significativa nessa regeneração. A gente está tentando sempre acelerar o processo de recuperação da fertilidade do solo, que é o que a natureza faria se não houvessem humanos nem animais domesticados, assim como a sabedoria dos povos indígenas que geralmente não plantam a mesma coisa no mesmo lugar sempre, eles mudam os locais das culturas para que a terra possa se recuperar. A agrofloresta tem a capacidade de diminuir a temperatura ambiente, isso é muito relevante diante das alterações climáticas. As dificuldades mais sérias são o custo da produção que são mais elevados do que a produção com monocultura porque se você analisar, sempre que entra em uma floresta, o solo está sempre coberto de matéria orgânica, com folhas secas, galhos, insetos e animais mortos. No nosso sistema, se a gente não consegue produzir matéria orgânica em quantidade suficiente, é preciso comprar muitos fardos de feno pra cobrir o solo ou caminhão carregado de podas que foram feitas em outros lugares, aliado ao fato que não utilizamos insumos para combater pragas. Ou seja, isso acaba gerando custos mais altos para a produção, mas a gente não repassa esse custo para o consumidor final. Nesse ponto, acho que deveria haver mais investimentos do Estado para a produção agroecológica e reduzir o ônus dos pequenos produtores.

O QUE VOCÊ DIRIA A OUTRAS MULHERES E MÃES QUE PRETENDEM PRODUZIR ALIMENTOS EM AGROFLORESTA?

Não sei se responde bem a pergunta, mas isso tem ficado muito na minha cabeça. Eu acho cada vez mais importante que as mulheres possam estudar as origens do patriarcado porque as mulheres estão muito sobrecarregadas já há muito tempo e com isso a gente perde boa parte da nossa potência de atuação. Estudar as origens das opressões de gênero tem muito a ver com agricultura, isso é um estudo que me interessa bastante. A agroecologia me potencializa muito e conhe



cer outras mulheres agricultoras me motiva mais ainda. A sobrecarga sobre as mulheres não são da natureza, se a gente tem que aprender com a natureza. É importante compreender que cada tipo de vida tem uma potência maravilhosa e que coopera com as outras. É preciso reescrever essa história junto com as crianças, os trabalhos podem ser realizados por todos.

QUAIS OS PLANOS FUTUROS?

Esse tempo que eu fiquei mais isolada dos trabalhos de campo, estive muito envolvida com a maternidade, do que é ser mulher. Os meus planos futuros estão passando muito por verter os trabalhos junto ao público feminino, fortalecer mais a rede de mulheres que trabalham com agricultura e agrofloresta. Eu estava imaginando que nesse momento estaria voltando para a roça, com o facão na mão, pra trabalhar junto com meu companheiro e estava ansiosa por isso. Mas com tantas reflexões, estou aproveitando pra mergulhar nos estudos e retomar meus aprendizados sobre questões de gênero, às origens da agricultura, do patriarcado para converter isso em trabalhos.

******Agricultor, pesquisador e criador da agricultura sintrópica.

Por Helena Oliveira

BICHO GRILO



Esse mês, esta seção vem trazendo uma chuva de dicas do tipo “Faça você mesmo”.

LATA CERTA

TENTE ENCAMINHAR OS RESÍDUOS PARA AS
LIXEIRAS CORRETAS APENAS PELAS CORES DELAS....

RESÍDUOS:

CAIXA DE LEITE CONDENSADO • LATA DE MILHO • GARRAFA PET
RESTO DE COMIDA DO ALMOÇO • CAIXA DE PAPELÃO DA EMBALAGEM
VIDRO DE AZEITONA VAZIO

Por Claudia Aldea



Resposta: lata amarela (lata de milho); lata vermelha (garrafa pet); lata verde (vidro de azeitona vazio), lata marrom (resto de comida do almoço), lata azul (caixa de leite condensado e caixa de papelão da embalagem)

DICAS:

COMO ENSINAR EDUCAÇÃO AMBIENTAL PARA EDUCAÇÃO INFANTIL?

No mês de abril, falamos sobre começar ensinando às crianças o Conceito de Responsabilidade, essa demos nossa dica 1. Continuando com a série de dicas, esse mês trouxemos mais uma.

Dica 2 – Realize atividades em locais abertos. A vivência, convivência e experiência fazem parte do ensinamento. A percepção da criança de que ela faz parte da Natureza estabelece vínculos afetivos, respeito e compreensão sobre os seres vivos. É preciso que a criança tenha contato com ambientes naturais para desenvolver essa percepção. E, nesse contexto, é o momento de ensinar os conceitos ambientais e estabelecer a sua relação afetiva e respeitosa com esse meio. Faça uma visita monitorada a um Parque Ambiental. Com grande diversidade de assuntos, abordagens e estratégias educativas, os Parques com visitas mediadas proporcionam uma experiência significativa para as crianças. Gostaria de participar dessa sessão? Envie uma foto realizando alguma ação ambientalmente correta. Explique objetivamente do que se trata. Caso sua foto seja selecionada sairá na Sustentabilidade News de Junho, nessa seção.

Vejam mais dicas na edição de Junho.

Faça contato conosco em nossos canais ou através do e-mail: sustentabilidadenews@sescrj.org.br.

Por Fátima Pereira



DICAS:

E QUE TAL ALGUMAS DICAS DE SEPARAÇÃO DO SEU LIXO?

Além daquela separação item por item em que cada material recebe uma lixeira de uma cor específica, outra forma mais simples é separar simplesmente os rejeitos dos resíduos. Rejeito é tudo aquilo não dá para ser aproveitado de alguma maneira, tais como restos de comidas, lixo do banheiro, entre outros. Já os resíduos são aqueles materiais com potencial de serem reciclados, tais como tetra pak (caixas de leite e outras), vidros, plásticos, metais, papel/papelão. Deste modo, você pode separar em sua casa duas lixeiras para depositar esses 2 tipos de materiais e, em seguida, descarte corretamente.

Lembre-se: de nada adianta separar o lixo reciclável se ele for parar na coleta comum. Então separe seus resíduos e certifique-se da coleta adequada. Se na sua residência, bairro ou município não tiver a coleta seletiva domiciliar, busque postos de coleta ou organizações que fazem esse serviço na sua região.



Outra coisa importante é limpar as embalagens antes de encaminhá-las para a lixeira. Um material reciclável muitas vezes perde seu potencial simplesmente por não terem sido minimamente higienizados antes de irem para o descarte.

Saiba mais em:

[https://www.prohomeimoveis.com.br/prohome-ambiental/cartilha-reciclagem-de-lixo/#:~:text=Devemos %20separar %20todo%20o%20material,de%20tamb%C3%A9m%20pode%20ser%20reutilizado.](https://www.prohomeimoveis.com.br/prohome-ambiental/cartilha-reciclagem-de-lixo/#:~:text=Devemos%20separar%20todo%20o%20material,de%20tamb%C3%A9m%20pode%20ser%20reutilizado.)

MÃE ANIMAL

VAMOS VER ALGUMAS MÃES "ANIMAIS" E SEUS COMPORTAMENTOS, QUE EM CERTOS CASOS, ATÉ SE PARECEM COM ALGUMAS QUE CONHECEMOS...



A MÃE URSO POLAR

A fêmea do urso polar é uma mãe super proterora. Antes dos filhotes nascerem, no inverno, ela cava na neve um local protegido para servir de berço. Os filhotes, que costumam ser gêmeos, são aquecidos pelo corpo da mãe e pela amamentação. Na primavera, eles deixam o abrigo para dar início aos aprendizados da caça e ficam com as mães até por volta dos dois anos.



MAMÃE ELEFANTE

A fêmea nessa sociedade matriarcal tem papel de liderança. Sendo assim, a mamãe elefante é muito carinhosa e exige que todos deem atenção aos bebês. As outras fêmeas do grupo também cuidam dos filhotes e auxiliam em seus primeiros passos após o nascimento.



MÃE GUEPARDO

Isolada de outros de sua espécie, essa mãe independente tem um grande cuidado com a proteção dos bebês e está sempre se mudando para não serem farejados por outros predadores. A mãe ensina-lhes tudo o que sabe e aos 18 meses eles a deixam e seguem suas vidas.



A MÃE PINGUIM-IMPERADOR

Depois de colocar o ovo, é a fêmea que sai para caçar e alimentar o filhote que está para nascer, e o macho choca enquanto ela não volta. Ao retornar, a mãe regurgita parte do alimento na boca do pinguim recém-nascido e usa o calor do corpo para manter o filhote quente e seguro.

