



ORGÂNICO SOLIDÁRIO

Alimentando famílias, incentivando produtores.

Como se proteger do Coronavírus?

1. Lave as mãos com água e sabão; Use álcool gel quando não puder lavar as mãos.
2. Higienize periodicamente superfícies e objetos como pias, maçanetas, puxadores, óculos, chaves, telefone, etc.
3. Ao tossir ou espirrar, cubra a boca com o antebraço ou um lenço de papel e descarte-o. Se estiver usando máscara, higienize as mão e troque-a.
4. Higienize imediatamente as mãos após tocar em objetos, especialmente fora de casa.
5. Evite tocar no rosto, principalmente boca, nariz e olhos, antes de lavar as mãos.
6. Respeite e mantenha a distância segura: um metro e meio entre pessoas. Evite aglomerações.
7. Use um objeto para apertar botões, como em caixas eletrônicas, elevadores, campainhas e interfones.
8. Separe roupas e calçados a serem usados exclusivamente em casa. Defina o local para deixar roupas e calçados na rua.
9. Higienize maçanetas e superfícies. Use água e sabão ou desinfetante. Também pode ser usado mistura de água sanitária com água.
10. Mantenha portas e janelas abertas, arejando o ambiente.



Movimento Orgânico Solidário

Somos uma iniciativa solidária, sem fins lucrativos, que está levando alimentos frescos e saudáveis, em complemento à cesta básica tradicional, para milhares de famílias em situação de vulnerabilidade social agravada durante a pandemia do COVID-19. A ação destina, semanalmente, cestas contendo frutas, legumes e verduras produzidas por agricultores orgânicos, que neste momento também sofrem o impacto da crise econômica.

Foto: Montagem de cestas orgânico solidário



Conhecendo agricultores e agricultoras que produziram os alimentos da cesta.

"Com a entrega dessas cestas, estamos alimentando pessoas semelhantes a nós. Porque nós no campo e eles na cidade temos poder aquisitivo baixo. Mas todos buscamos nos alimentar de forma saudável."

Ariel Bonadiman, agricultor familiar assentado e professor da Escola 25 de maio

Essas cestas contêm ótimos produtos, mas também uma história de luta.

Os alimentos que você está recebendo são orgânicos. Eles foram produzidos segundo os princípios da Agroecologia. Esses produtos são o fruto do trabalho de uma família de agricultores assentados e de estudantes, professores e servidores de uma escola que fica dentro de dois assentamentos de Reforma Agrária. Os nomes desses assentamentos são "União da Vitória" e "Vitória da Conquista". São nomes que refletem um longo e difícil processo de luta pela terra. Os assentamentos ficam em Fraiburgo, na região Meio-Oeste Catarinense. Eles completaram 35 anos, nesse último dia 25 de maio. Essa data, inclusive, dá nome a escola. Em 1985, em Santa Catarina, duas mil famílias de Sem-Terra promoveram uma grande ocupação de latifúndios improdutivos. Para resolver o conflito, o Estado realizou, então, diversos assentamentos de Reforma Agrária. Entre eles, o "União da Vitória" e o "Vitória da Conquista". Assim, aquelas famílias de Sem-Terra puderam começar a produzir para viver dignamente. E como as famílias achavam muito importante a educação dos seus filhos e filhas, reservaram uma área equivalente a 50 campos de futebol [32 hectares] para a instalação de uma escola que fosse diferente.

Do convencional ao orgânico

No início, os assentados produziram de forma "convencional", utilizando fertilizantes industriais e agrotóxicos. Como muitos constataram os problemas de contaminação pelos "venenos" (agrotóxicos) de seus próprios corpos e do solo e das águas, resolveram mudar. Isso começou em 1992 e deslançou em 2005. Hoje, existe um grupo sólido de agricultores familiares assentados que têm sua produção orgânica certificada pela "Rede Ecovida".

Quem produziu com cuidado e carinho o que você e sua família vão comer

- 1) A família Bonadiman. Ela é composta pelo casal Ariel e Cristina, mais os pais dele, Jaime e Arlete. Eles vivem em 30 hectares dentro do assentamento União da Vitória. Estudantes, professores e servidores da Escola 25 de maio.
- 2) A Escola fez a opção pela Agroecologia e além de aproximadamente 130 estudantes no Ensino Fundamental, tem 55 estudantes no Ensino Médio. Nele, são formados Técnicos em Agroecologia. A produção se dá numa área de 3 hectares, na própria escola.

Depoimento:

A importância de participar do "Orgânico Solidário" "Primeiro, é preciso considerar a boa remuneração aos nossos produtos que é permitida pela iniciativa Orgânico Solidário, nesse momento de crise. Mas, por outro lado, há o esforço de levar os produtos de Fraiburgo a Florianópolis [são 380 Km]. O que traz mais satisfação nessa ligação é a sintonia com o que falamos da Reforma Agrária, da função social da terra e da produção de forma agroecológica. E da importância de despertar mais gente, também na cidade, para a agroecologia. No caso da Escola 25 de maio, essa oportunidade que se abriu com o Orgânico Solidário foi muito importante para fortalecer a ideia de formação de uma cooperativa estudantil, que servirá para organizar e formalizar as vendas do que nela é produzido.

Ariel Bonadiman, agricultor familiar assentado e professor da Escola 25 de maio.

Fotos: EEB 25 de Maio; Produção agroecológica Escola 25 de Maio; Ariel e sua companheira Cristina na colheita do arroz.

Trabalhos em rede!



O trabalho da Acolhida na Colônia é realizado por mulheres e homens conectados por um objetivo comum, dar visibilidade e fortalecer a agricultura familiar, a produção de alimentos saudáveis e o turismo ecológico. Integramos a rede internacional de agroturismo "Accueil Paysan", presente em mais de 30 países do mundo. Atualmente somos aproximadamente 150 famílias de agricultores de Santa Catarina, São Paulo e Rio de Janeiro que abrimos as portas de nossas propriedades para compartilhar nosso conhecimento e modo de vida.



Se quiser nos conhecer mais sobre nossas propriedades e agendar sua visita, acesse o site: www.acolhida.com.br

"Espaço de vida e encontros".

Vivências na Acolhida

DICAS DA NUTRI

Normalmente desprezamos dos alimentos, talos, cascas, entrecasca, sementes e folhas. **Você sabia que a casca de beterraba** tem igual ou mais quantidade de fibras, ferro, cálcio e potássio do que a polpa? Esses nutrientes contribuem para melhora de doenças como osteoporose, anemia, câimbras, substância vasodilatadora que ajuda a baixar pressão arterial. Não podemos mais desperdiçar essa parte da beterraba, tão rica em nutrientes para a nossa saúde e saúde de nossas crianças. Vamos fazer um bolo nutritivo e saboroso??

Vamos começar higienizando os alimentos da cesta:

1. Frutas e hortaliças, lavar em água corrente e deixar de molho em solução contendo 1 litro de água para 1 colher de sopa de água sanitária ou hipoclorito durante 20 minutos, enxaguar bem e seguir com remolho de 5 minutos em solução contendo 1 litro de água para 2 colheres de sopa vinagre de álcool para neutralizar o gosto e o pH.
2. Embalagens de alimentos ou em geral, lavar com água e sabão ou passar álcool líquido 70% a 90%

Receitas de aproveitamento integral utilizando Casca de beterraba.

Bolo de casca de beterraba



Modo de preparo
Higienizar bem as cascas de beterraba. Bata no liquidificador a casca de beterraba, o suco de limão, o suco de laranja e o óleo, até ficar bem uniforme. Reserve. Em uma tigela acrescente a farinha de trigo o açúcar e o fermento, misture. Junte o líquido batido com os secos e misture bem. Preeaqueça o forno a 180 graus. Coloque a mistura em uma forma untada e levar ao forno por 25 min ou até o palito sair limpo. Retirar e deixe esfriar e sirva. Esse bolo é rico em ferro, Vitamina C, potássio, fibras e cálcio.

* Elisabete Silva é nutricionista e amiga da Acolhida na Colônia. Foto: Bolo beterraba (Elisabete Silva)

Mande sua opinião sobre a cesta e/ou suas receitas para:

Whats: 988240132 ou peteducampoufsc@gmail.com

Nos siga no instagram:

@organicosolidario

Sobre esta edição:
Textos: Wilson Feijão Schmidt;
Thaise Costa Guzzatti e
Elisabete Silva
Edição: Jéssica Kiekow
Produção: Pet Educampo UFSC

Parceiros de Floripa:

