



## ORGÂNICO SOLIDÁRIO: Alimentando famílias, incentivando produtores.



### 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 cultivados por agricultores e agricultoras familiares que são produtores/as de orgânicos e que também sofrem o impacto da crise econômica.

Foto: Cestas do Orgânico Solidário (Arquivo O.S.)

## Fazer (bem) o bem

Por Wilson "Feijão" Schmidt, professor aposentado da UFSC e amigo da Acolhida na Colônia

Neste **Informativo**, nosso foco foi dirigido a um parceiro estratégico do **Orgânico Solidário**: o Programa de Educação Tutorial (PET) da Licenciatura em Educação do Campo (EduCampo) da UFSC. Fizemos isso entrevistando Luana e Nathan, dois jovens do campo, estudantes da "Federal" e "Petianos", que, destacamos, querem permanecer e trabalhar no campo (a repetição da palavra campo é proposital). A primeira pessoa do plural (nós), usada até aqui, não é busca de impessoalidade. Ao contrário... É porque contei com a bem-vinda e efetiva parceria de outra estudante bolsista do PET-EduCampo, Marjana Valim. Foi ela quem produziu, realizou e me encaminhou as entrevistas. As conversas com Luana e Nathan, creio, nos ajudarão a quebrar o estereótipo de "jeca-tatuzinhos" e "jeca-tatuzinhas", muitas vezes associada aos jovens que vivem no espaço rural brasileiro. Sobretudo, àqueles/as que persistem, apesar de tudo, na perspectiva de permanecer, viver e trabalhar no campo. As fotos da Luana e do Nathan, que ilustram essa matéria, já servem como um indicativo. Que diferenças eles têm em relação a nós? Ou a nossos filho/as e/ou neto/as? Talvez, como veremos ao final, o que uma máquina fotográfica não consegue captar: uma preocupação (e envolvimento!) bem maior(es) com o que eles chamam de "questões sociais"...



### Do campo e ligados à Escola 25 de maio

Perguntada sobre a ligação com o campo e com a Escola 25 de maio (que já foi tratada duas vezes neste Informativo), Luana diz ter morado muito tempo "no assentamento" (de Reforma Agrária) e que conhecia a Escola por ter ido a muitas festas comunitárias nela realizadas. Hoje, o pai da Luana continua "cultivando a terra no assentamento", mas ela a mãe e o avô "optaram por viver em uma comunidade rural fora dele". Uma nova e forte ligação se abriu em relação ao assentamento e à Escola, com o ingresso da Luana na EduCampo da UFSC, em uma turma ofertada nas dependências da 25 de maio. E, especialmente, com o trabalho no PET (voltaremos a ele).

Já Nathan, "sempre viveu no assentamento". E estudou, na Escola, "do pré, passando pelos anos iniciais e finais do Fundamental, ao Ensino Médio (Técnico em

Agroecologia)". Hoje, faz a graduação na UFSC, também nas dependências da 25 de maio. Mais recentemente, passou a ser professor dela. Ele para, reflete e afirma em um tom emocionado: "É... É uma ligação muito forte!"



### A atuação do/no PET-EduCampo

Uma ação importante dos bolsistas PET "da Turma de Fraiburgo" é o "Programa de Cestas Orgânicas em domicílio". Utilizando o WhatsApp, eles montaram um "grupo" de "pessoas urbanas" daquele município (Fraiburgo tem aproximadamente 36 mil habitantes) interessadas em "fugir do [alimento] convencional e em fortalecer a 25 de maio". Nathan lembra que, no início, conseguiram mobilizar "bem pouca gente". E Luana completa com satisfação que, atualmente, "já são 115 os membros do grupo".

O papel dos bolsistas é operacionalizar o Programa e, é claro, refletir sobre ele. Os dois estudantes destacam que para além do resultado financeiro, importante para contribuir no funcionamento do Programa e da própria escola, as cestas são "uma importante prática agroecológica" e permitem "uma reflexão importante sobre as relações agricultura-consumidores e campo-cidade".

### Pontes com o Orgânico Solidário

A inclusão "da 25 de maio" no Orgânico Solidário (O.S.) é vista pelos nossos entrevistados como "muito importante" e "muito bom para a Escola". Nathan destaca que "pelo O.S. atender pessoas em situação de vulnerabilidade social". Luana, pela satisfação de saber que, através do O.S., aqueles produtos orgânicos com os quais eles lidam a cada semana vão ser destinados a pessoas que normalmente não tem muito acesso a produtos de qualidade superior". Ela chega a usar uma expressão que é uma boa definição para ética: "o Orgânico Solidário é uma oportunidade para fazermos bem o bem".

Essa é a manifestação de jovens que perguntados sobre o que querem para eles (!!) neste Brasil/Mundo de hoje, surpreendem com suas respostas. Nathan diz que queria "ver mais incentivos para os jovens permanecerem no campo", ao contrário do "atual êxodo juvenil forçado pela concentração da terra e pela mecanização da agricultura". Luana, por sua vez, diz que gostaria de que, "como ela, muito/as mais jovens do campo – indígenas, quilombolas e sem-terra – tenham acesso, no campo, a universidades públicas e de qualidade". E completa: "assim como disponham de infraestrutura pública de saúde também no campo, que a atual pandemia mostrou ser não apenas importante, mas indispensável". Jovens do campo que lidam no dia a dia com o orgânico e que têm essa perspectiva solidária nos motivam a seguir em frente, fortalecendo o Orgânico Solidário.

Fotos: Luana Fatima Maciel Ribeiro (Arquivo pessoal); Nathan Cordeiro (Arquivo pessoal)

No dia a dia, além de pensarmos no trabalho e outros afazeres, temos que dar conta de cozinhar refeições de forma variada, prática, saudável, saborosa e sustentável para alimentar nossa família. A dica é praticarmos uma cozinha mais circunstancial e consciente, ou seja, com o que tem, sem desperdício, com mais diversidade e com respeito a toda a cadeia alimentar.

E hoje o ingrediente escolhido da cesta para conhecermos melhor, é o **“Capim limão”**.

**Você sabia?** O capim-limão também conhecido como capim-santo ou capim-cidreira, auxilia no controle da ansiedade e é indutor do sono. Tem ação analgésica e antimicrobiano. Muito usado na prevenção contra fungos e bactérias. Possui efeito laxativo, pois estimula o peristaltismo e motilidade no tecido intestinal e urinário, aumentando a capacidade dos órgãos, de eliminar resíduos tóxicos do corpo. Suas folhas têm aroma cítrico e de sabor refrescante. Fica uma delícia em sucos, chás, molhos, marinadas para peixes e frutos do mar ou carne suína e frango, Bolo, docinhos, entre outros.

### 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%

### Bolo de capim-limão



#### Ingredientes - Massa

- 10 folhas de capim limão picadas
- 3 ovos
- 1 xícara de chá água
- Suco de 1 limão
- Raspas de 1 limão
- Meia (1/2) xícara de chá de óleo
- 1,5 (uma e meia) xícara de chá de açúcar
- 2 xícaras de chá de farinha de trigo
- 1 pitada de sal
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó

#### Modo de preparo

Com um ralador, raspe somente a parte verde da casca do limão e reserve (a parte branca, poderá dar um sabor amargo ao bolo). No liquidificador, bata as folhas do capim limão, o sal, a água e o suco do limão. Coe e volte para o liquidificador. Acrescente o óleo, os ovos, o açúcar, a farinha de trigo e bata bem até obter uma massa homogênea. Em seguida coloque o fermento e as raspas de limão que estavam reservadas. Misture bem e leve ao forno para assar em forma untada e enfarinhada, em forno pré-aquecido em temperatura média de 180 a 200°C por, aproximadamente, 30 minutos. Antes de tirar do forno, verifique se o bolo está assado, inserindo um palito de madeira no centro do bolo, se sair limpo, o bolo estará assado. Sirva com fatias de caqui, acompanhados de um bom chá ou café.

Fotos: Bolo de capim limão (Fonte Pinterest)

**Organização das entregas em Florianópolis:** Pet Educampo UFSC

**Mande sua opinião sobre a cesta e/ou suas receitas para:** [peteducampoufsc@gmail.com](mailto:peteducampoufsc@gmail.com)

Nos siga no instagram:  
[@organicosolidario](https://www.instagram.com/organicosolidario)  
[@peteducampo](https://www.instagram.com/peteducampo)

Parceiros de Floripa:



Sobre esta edição:  
Edição: Jéssica Kiekow  
Produção: Pet Educampo UFSC