



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: Montagem das Cestas do Orgânico Solidário (Arquivo OS)

Sabedoria da Solidariedade

A solidariedade tem muitas caras. Na entrevista de hoje, ela aparece na face de uma sábia mulher. Darcy Vitória de Brito é moradora e ativista na comunidade do Monte Serrat há trinta anos. Foi uma das fundadoras do Centro Cultural Escrava Anastácia – CCEA, que existe há cerca de 22 anos. Nesse tempo, ela se envolveu em diversos outros projetos sociais, o que levou Dona Darcy a receber o prêmio “Mulheres que fazem a diferença”. O reconhecimento se manifesta também na atual Casa de Acolhimento de crianças e adolescentes, um dos projetos do CCEA, que leva o nome da nossa querida entrevistada.

“Quando nossa comunidade é feliz, a gente é feliz também”

Ela lembra que na década de 1990 o Mont-Serrat passava por sérios problemas em função do tráfico de drogas. O CCEA nasceu, então, como um projeto com o objetivo de proteger crianças e jovens do tráfico e de acolher meninas abusadas sexualmente. Dona Darcy celebra o avanço de “um trabalho que começou sem dinheiro, sem nada” e que vingou em função do apoio da comunidade. Se no início, como ela destaca, “o que se podia dar era um copo de Nescau e um pão”, com o tempo o Centro pode oferecer condições para muitos jovens se afastarem das drogas. Com um delicioso sotaque ilhéu, ela faz questão de ressaltar: “Hoje temos jovens que passaram pelo CCEA e estão formados na universidade, como médicos, advogados... Muitos professores”. Fazendo uma comparação no tempo longo, essa mulher que faz a diferença pondera: “Ainda existe tráfico de drogas na comunidade. Mas, vivemos em paz. Antes, tinha muita morte. Quase toda semana morriam jovens. Aquilo assustava as mães. Comparo com a pandemia de hoje, em que temos medo, receio. Nós vivíamos naquela época uma pandemia de violência. Vivíamos sob prisão. Mas, há vinte e poucos anos, não tem mais mortes desse tipo na nossa comunidade. Roubo também não tem. Existe droga. Mas, também existe respeito”.

Os enfrentamentos atuais

Hoje, um grande problema que preocupa a equipe do CCEA é o dos “órfãos da pandemia”. Dona Darcy relata que muitas mães e pais da classe trabalhadora, que morreram devido à Covid-19, deixaram crianças com familiares. E pergunta: “Como essas famílias que já não podem se sustentar vão poder criá-las?” Além da preocupação em acolher estas crianças e famílias, Dona Darcy fala do receio de que volte a ter meninos ou meninas “pedindo dinheiro nos semáforos, como acontecia anos atrás em Florianópolis”. “Porque ver isso é doído”, ela afirma com um tom de pesar.



“A fome é gritante!”

Nossa convidada aponta ainda que a pandemia agravou a fome para muitas pessoas. “Quando nós falávamos que ainda tinha gente que passava fome [aqui na Capital], as pessoas não acreditavam”. Esclarece que eram homens e mulheres sensíveis, da classe média, que contribuía com os projetos. E conta: “Então, nós pedíamos que esses apoiadores entregassem suas doações (cestas básicas, vale para gás de cozinha etc.) diretamente nas casas das crianças. Eles iam e voltavam apavorados”. Dona Darcy continua: “A gente, que tem o pé na realidade da comunidade, vê a fome. A fome é gritante!” Ao falar sobre a alimentação da comunidade, comenta que “pelo salário que se ganha, o povo não tem o hábito de comprar frutas, legumes e verduras. Porque esses alimentos são caros. Só comem isso, quando ganham”. Assim, “é arroz e feijão. E industrializados... Quando dá, frango ou peixe”. Dona Darcy complementa: “Atualmente, o pobre não pode comprar comida. Nem com veneno, nem sem veneno. Acaba consumindo alimentos convencionais [com agrotóxicos]. O que é uma pena, porque estraga a gente por dentro. Tão bom seria se todos pudessem comer comida orgânica. Sem fazer mal à saúde”. A propósito, ela reconhece “o trabalho árduo e cuidadoso dos agricultores orgânicos”, assim como a importância do Orgânico Solidário para a comunidade do Mont-Serrat. Conta que são visíveis a alegria e a satisfação das pessoas ao receberem as cestas. “Tem gente que prepara uma comida e manda foto no celular pra gente ver o que eles fizeram de diferente com os alimentos recebidos. Olha o que eu fiz com os brócolis... Veja o prato que eu preparei com a couve... É alegria! É satisfação!”

Razão e Coração nos tornam Humanos

Dona Darcy nos convida a uma possível reflexão sobre a pandemia: “será que não é a Terra que está pedindo uma resposta nossa a toda poluição e destruição que nós, humanos, causamos? Não estamos sendo castigados. Estamos sofrendo as consequências das nossas ações. A consciência do ser humano tem, realmente, que mudar.”

Com seu jeito único, Dona Darcy surpreende ao final da entrevista ao improvisar uma mensagem na forma de acróstico, deixando pílulas de sabedoria em cada letra da palavra SOLIDÁRIO. “S: Saudade boa que satisfaz o coração; O: Olhar para o outro irmão; L: Liberdade que faz crescer; I: [quem] Imaginou que um dia uma pessoa poderia sustentar tantas famílias;

D: [no] Dia em que os agricultores perdem [sua produção], ganham muito; porque lembram que plantam, cuidam e colhem para repartir; A: Amizade entre as pessoas que doam amor; R: Razão que não pode faltar. Junto com o coração. Essas duas coisas é que nos tornam Humanos; I: Imagem. Quando a pessoa sabe repartir, a gente vê a imagem de Deus; O: Orgulho de ser bom, de ser solidário". Finaliza agradecendo a todos que constroem o Orgânico Solidário com uma frase plena de sabedoria, de uma mulher grandiosa que é: "Ser humano é doar, amar, gostar e fazer. Não precisa de mais nada na vida".

Foto: Dona Darcy (Arquivo Pessoal)

Texto: Wilson "Feijão" Schmidt, Ana Paula Arnold Machado e Marjana Valim.

DICAS DA NUTRI

Por Elisabete Silva,
Nutricionista e amiga da Acolhida na Colônia.

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 "Chuchu orgânico".

Você sabia? O chuchu (*Sechium edule*) provém da família das cucurbitáceas. Essa hortaliça é fonte de vitamina A, B1, C e potássio. Contém substâncias que baixam a pressão arterial. Estudos recentes comprovam que a polpa, a casca e a semente são ricas em compostos ativos que atuam no sistema cardiovascular reduzindo a pressão arterial, o colesterol total e triglicérides. A polpa e a casca podem ser consumidas cruas, já a semente deve ser cozida antes do consumo.

É uma hortaliça muito popular na culinária de diversas culturas. Por possuir um sabor neutro, ela combina tanto em preparações doces como salgadas. Fica uma delícia em sucos, saladas, sopa creme, empanado, ensopado, compotas, geléias, bolos entre outros. Da casca pode ser feito farinha.

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%

Caldo de chuchu, laranja e capim limão



Ingredientes

- 3 chuchus médios com casca cortados em cubos médios
- Suco de 2 laranjas
- 5 folhas de capim limão
- Cebolinha picada
- 2 folhas de couve cortadas em tiras bem fininhas
- 1 cebola picada
- 1 dente de alho picado
- 1 litro de água fervente
- 2 pitadas de sal
- Pimenta do reino a gosto
- 1 colher de sopa de azeite de oliva ou óleo ou manteiga

Modo de preparo

Em uma panela com água fervente, coloque o capim limão, desligue o fogo, tampe e deixe por cerca de 15 minutos em infusão. Após os 15 minutos, retire o capim limão e coloque no liquidificador a água em infusão, o chuchu, a cebola, a laranja, o alho e o sal. Bata bem até ficar um creme mais líquido. Leve para uma panela e deixe ferver por mais 5 minutos e desligue. Finalize com a couve, o azeite, a pimenta do reino e a cebolinha picada por cima. Se necessário corrigir o sal. Pode ser servido quente ou frio com torradas ou pão e com rodela de linguiça paio.

Foto: Caldo Verde (Site Low-carb diet)

Organização das entregas em Florianópolis: Pet Educampo UFSC

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