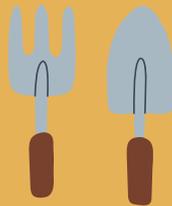


CARTILHA AGROECOLÓGICA

Projeto Construindo Territórios Saudáveis:
jovens e mulheres na luta contra a COVID-19



Plano Integrado de Saúde nas Favelas do Rio de Janeiro



CARTILHA AGROECOLÓGICA

Projeto Construindo Territórios Saudáveis:
jovens e mulheres na luta contra a COVID-19



Realização:



Parceria:



Plano Integrado de Saúde nas Favelas do Rio de Janeiro





SUMÁRIO

Agricultura Urbana	7
Construindo Territórios Saudáveis	8
Falando de agroecologia	10
Fazendo uma horta orgânica em casa	13
Produza adubo com a compostagem	17
Outros adubos importantes	25
O que e quando plantar?	28
Manejo ecológico de insetos e doenças	31
Caldas agroecológicas para controle de insetos na horta	33
Plantas importantes para ter na horta	39



CONSTRUINDO
MUNDO
COM OS
BRANCO DA VEIÇA

AGRICULTURA URBANA

A AGRICULTURA URBANA EXISTE DESDE A FORMAÇÃO DAS PRIMEIRAS CIDADES, QUANDO OS GRANDES NÍVEIS POPULACIONAIS ALTERARAM AS FORMAS E RITMOS DE VIDA E DE TRABALHO, CONFIGURANDO ESPAÇOS MAIS REDUZIDOS PARA A PRODUÇÃO DE ALIMENTOS, ERVAS MEDICINAIS, CRIAÇÕES DE ANIMAIS E CULTIVOS DE PLANTAS ORNAMENTAIS E OUTRAS. QUINTAIS E PEQUENOS SÍTIOS PASSAM ENTÃO, A SER ESPAÇOS DE REPRODUÇÃO DE MEIOS DE VIDA RURAIS, ONDE MUITAS VEZES, SÃO AS MULHERES, RESPONSÁVEIS PELOS CUIDADOS DESTES ESPAÇOS.

AS POPULAÇÕES MENOS FAVORECIDAS, LUTAM NA CIDADE POR DIREITOS COMO: MORADIA DIGNA E ESPAÇO PARA LAZER, EXPRESSÃO CULTURAL, PRODUÇÃO DE ALIMENTOS E ERVAS, RESGATES DA SABEDORIA ANCESTRAL E NESSE CONTEXTO, A AGRICULTURA URBANA GANHA FORÇA E EXPRESSÕES PRÓPRIAS EM CADA TERRITÓRIO ONDE ACONTECE, TORNANDO-SE UMA ATIVIDADE PRESENTE E RESISTENTE, MAS POUCO RECONHECIDA NAS CIDADES E CENTROS URBANOS.

NAS FAVELAS, A AGRICULTURA URBANA SEMPRE ESTEVE PRESENTE COMO FORMA DE EXPRESSÃO CULTURAL, GARANTIA DE ABASTECIMENTO DE ALIMENTOS E REMÉDIOS CASEIROS, PROTEÇÃO ENERGÉTICA ESPIRITUAL, RETOMADA DA SABEDORIA ANCESTRAL E RESISTÊNCIA.

CULTIVAR SAÚDE E BEM VIVER NAS FAVELAS POR MEIO DA AGRICULTURA URBANA É INCENTIVAR QUE AS PESSOAS EXPERIMENTEM, CULTIVEM SEUS SONHOS E SEMEIEM FELICIDADES.

A AGROECOLOGIA PREVÊ PARTILHA DE CONHECIMENTOS, TROCAS DE SEMENTES, CULTIVO DE ALIMENTOS SEM VENENO, COLHER VIDA E SAÚDE.

FAZER AGROECOLOGIA NAS CIDADES É EXPRESSAR NOSSAS RAÍZES CULTURAIS INDÍGENAS E NEGRAS, RESISTENTES E RESILIENTES.



COLHER VIDA NO CAMPO E NA CIDADE

CONSTRUINDO TERRITÓRIOS SAUDÁVEIS

O PROJETO “CONSTRUINDO TERRITÓRIOS SAUDÁVEIS: JOVENS E MULHERES NA LUTA CONTRA A COVID-19” É UMA INICIATIVA DA FASE RJ, REALIZADA COM APOIO DO PLANO INTEGRADO DE SAÚDE NAS FAVELAS DO RIO DE JANEIRO - FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ).

TEM O OBJETIVO DE PROMOVER A ATUAÇÃO E O PROTAGONISMO DE JOVENS E MULHERES DEFENSORES DE DIREITOS HUMANOS COMO AGENTES DE TRANSFORMAÇÃO EM SEUS TERRITÓRIOS: COMPLEXO DE MANGUINHOS, OCUPAÇÃO DE MORADIA QUILOMBO DA GAMBOA (GAMBOA), OCUPAÇÃO DE MORADIA POVO SEM MEDO/FICAP (PAVUNA) E OCUPAÇÃO DE MORADIA DANDARA/TERRA PROMETIDA (COELHO NETO).

A PARTIR DE UM PROCESSO FORMATIVO, O GRUPO DE JOVENS E MULHERES PRODUZIU UM DIAGNÓSTICO SOCIOTERRITORIAL CONSIDERANDO AS CONDIÇÕES SOCIOECONÔMICAS, OS EFEITOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NOS TERRITÓRIOS E AS DIVERSAS VIOLÊNCIAS E VIOLAÇÕES DE DIREITOS. OCORRENDO AINDA O MAPEAMENTO DOS RECURSOS E ATIVOS QUE AUXILIARAM OS TERRITÓRIOS E SUAS LIDERANÇAS NO ENFRENTAMENTO DOS DESAFIOS COTIDIANOS, COMO OS EQUIPAMENTOS PÚBLICOS DE SAÚDE, A REDE SOCIOASSISTENCIAL E AS REDES ALTERNATIVAS DE APOIO E SOLIDARIEDADE. O GRUPO TAMBÉM RECEBEU CONTEÚDOS SOBRE COMUNICAÇÃO POPULAR E NO USO DE MÍDIAS SOCIAIS COM O INTUITO DE ESTIMULAR A PRODUÇÃO E DIFUSÃO DE CONTEÚDOS QUE PROMOVAM QUESTÕES CENTRAIS LIGADAS AOS SEUS COTIDIANOS DE LUTA NOS TERRITÓRIOS.

O PROJETO TAMBÉM OFERECEU APOIO SOCIAL, POR MEIO DA DISTRIBUIÇÃO DE CESTAS DE ALIMENTOS PRODUZIDOS PELA REDE AGROECOLÓGICA PARA MORADORES.

POR FIM, O TEMA DESTA CARTILHA ESTÁ DIRETAMENTE RELACIONADO A UMA OUTRA DIMENSÃO DO PROJETO, QUE É A PROMOÇÃO DE PRÁTICAS DE AGRICULTURA URBANA NOS TERRITÓRIOS ATENDIDOS.

AO DIFUNDIR CONHECIMENTOS SOBRE CULTIVO EM ESPAÇOS URBANOS, POTENCIALIZAMOS O FORTALECIMENTO DOS VÍNCULOS COMUNITÁRIOS E PROMOVEMOS A NOÇÃO DE CUIDADO DE SI, DE CUIDADO COLETIVO E DE SAÚDE AMPLIADA. A AGRICULTURA URBANA É MAIS UMA ESTRATÉGIA CAPAZ DE TRANSFORMAR OS TERRITÓRIOS EM ESPAÇOS MAIS SAUDÁVEIS, SUSTENTÁVEIS E INTEGRADOS. PORTANTO, ESTA CARTILHA É UMA FERRAMENTA ESSENCIAL PARA DISSEMINAR PRÁTICAS QUE CONTRIBUEM PARA POTENCIALIZAR AS AÇÕES DE AGRICULTURA URBANA NOS TERRITÓRIOS.



FALANDO DE AGROECOLOGIA

A AGROECOLOGIA É TÃO ANTIGA QUANTO A PRÓPRIA AGRICULTURA, SENDO INSPIRADA NAS TÉCNICAS E PRÁTICAS TRADICIONAIS DE LIDAR COM A TERRA, COMO POR EXEMPLO A AGRICULTURA INDÍGENA E DE OUTRAS POPULAÇÕES TRADICIONAIS.

ESTA PRÁTICA TRAZ UM OLHAR MAIS AMPLO DA AGRICULTURA, CONSIDERANDO DIVERSOS ASPECTOS ENVOLVIDOS DIRETAMENTE OU INDIRETAMENTE COM ESSAS ATIVIDADES.

NAS ÚLTIMAS DÉCADAS A CIÊNCIA MODERNA BUSCOU NAS PRÁTICAS ANCESTRAIS DE PRODUÇÃO DE ALIMENTOS (FEITA PRINCIPALMENTE PELOS POVOS INDÍGENAS E POPULAÇÕES TRADICIONAIS) AS SOLUÇÕES PARA OS DESAFIOS ATUAIS, UNINDO CONHECIMENTOS TÉCNICOS ACADÊMICOS COM OS CONHECIMENTOS POPULARES E DESTA FORMA A AGROECOLOGIA SE TORNA UMA JUNÇÃO DOS CONHECIMENTOS TRADICIONAIS E CIENTÍFICOS.

VALE LEMBRAR QUE QUANDO FALAMOS DE AGRICULTURA ORGÂNICA, ESTAMOS FALANDO DE UM SISTEMA DE PRODUÇÃO QUE TEM COMO BASE A PRODUÇÃO AGROPECUÁRIA SEM O USO DE VENENOS. ALÉM DISSO, A PRODUÇÃO ORGÂNICA POSSUI UMA LEGISLAÇÃO ESPECÍFICA PARA CERTIFICAR SEUS PRODUTOS, ONDE PARA OBTE-LA, É NECESSÁRIO QUE A PROPRIEDADE ESTEJA DE ACORDO COM ALGUMAS REGRAS, COMO CONSERVAÇÃO AMBIENTAL, USO DE ADUBOS ESPECÍFICOS, ETC.



A AGROECOLOGIA NÃO É SÓ UM SISTEMA DE PRODUÇÃO, MAS TAMBÉM UMA NOVA VISÃO DE SOCIEDADE.

QUANDO PENSAMOS SOBRE ISSO, VALE RESSALTAR QUE HÁ OUTRAS PAUTAS IMPORTANTES PARA TERMOS UMA SOCIEDADE MAIS JUSTA E IGUALITÁRIA NO CAMPO E NA CIDADE, COMO A REFORMA AGRÁRIA, O FEMINISMO, A SOBERANIA ALIMENTAR, A SEGURANÇA ALIMENTAR, O COMBATE À POBREZA, ENTRE OUTRAS.

TENDO ISSO EM MENTE, É IMPORTANTE ENTENDER QUE UMA PRODUÇÃO ORGÂNICA NÃO É NECESSARIAMENTE AGROECOLÓGICA, PORÉM TODA PRODUÇÃO AGROECOLÓGICA É ESSENCIALMENTE ORGÂNICA. MAIS DO QUE TUDO, É PRECISO COMPREENDER QUE AO TRABALHAR COM AGROECOLOGIA, ESTAMOS CONTRIBUINDO PARA A CONSTRUÇÃO DO FUTURO DO PLANETA, E DE QUE PEQUENAS AÇÕES PODEM TER GRANDES RESULTADOS.



COLHER VIDA, FAZER AGROECOLOGIA

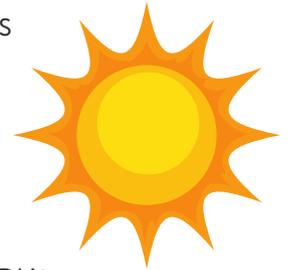


FAZENDO UMA HORTA ORGÂNICA EM CASA

É POSSÍVEL FAZER UMA HORTA EM CASA MESMO COM POUCO ESPAÇO DISPONÍVEL, MAS ANTES É PRECISO SE ATENTAR NOS PONTOS A SEGUIR:

ESPAÇO

PODE SER EM UM QUINTAL, UM TERRENO OU UM ESPAÇO NA PAREDE! EXISTEM DIVERSAS FORMAS DE SE FAZER AGRICULTURA! USE RECIPIENTES COMO VASOS, POTES DE SORVETE, BALDES, VASOS SANITÁRIOS DESCARTADOS OU OUTROS.



LUZ SOLAR

AS PLANTAS PRECISAM DE SOL (AO MENOS 4 HORAS DE SOL DIRETO POR DIA). UMA HORTA EXCESSIVAMENTE SOMBREADA PODE SER RUIM. SE HÁ OUTRAS PLANTAS OU ÁRVORES COBRINDO MUITO O SEU ESPAÇO DISPONÍVEL PARA A HORTA, CONSIDERE SE É POSSÍVEL FAZER UMA PODA.

TERRA

UMA TERRA BEM ADUBADA E FOFA É A MELHOR OPÇÃO, MAS VOCÊ PODE APROVEITAR A TERRA QUE TIVER DISPONÍVEL NA SUA COMUNIDADE, SÓ TOME CUIDADO PARA NÃO PEGAR TERRA CONTAMINADA (SEJA COM ESGOTO OU METAIS PESADOS, COMO TERRA DE LIXO COM PILHAS). SE VOCÊ TIVER UM TERRENO E A TERRA FOR MUITO DURA, VOCÊ PRECISA AFOFA-LÁ E RETIRAR O EXCESSO DE PEDRAS.



ÁGUA

VOCÊ PRECISARÁ DE UMA TORNEIRA PRÓXIMA DO LOCAL OU UM BALDE PARA ARMAZENAR ÁGUA.

PODE SER QUE NA SUA COMUNIDADE NÃO HAJA ABASTECIMENTO REGULAR DE ÁGUA. E NESSE CASO, É INTERESSANTE A CAPTAÇÃO DE AGUA DA CHUVA COM USO DE UM TAMBOR, CAIXA D'AGUA E OUTROS.



LEMBRE-SE:

- A ÁGUA PRECISA SER PRÓPRIA PARA CONSUMO;
- AS PLANTAS NÃO PODEM FICAR SECAS DEMAIS E NEM ENCHARCADAS EM EXCESSO;
- MOLHAR TODOS OS DIAS PODE SER NECESSÁRIO, MENOS QUANDO CHOVER;
- PREFIRA REGAR PELA MANHÃ BEM CEDO E AO ENTARDECER.

SEMENTES E MUDAS

MUITAS SEMENTES PODEM SER APROVEITADAS A PARTIR DAQUILO QUE COMPRAMOS NO MERCADO OU SACOLÃO, SEM PRECISAR NECESSARIAMENTE COMPRAR. POR EXEMPLO, TOMATE, PIMENTÃO, ABÓBORA E MAMÃO. DÁ PARA PEGAR A SEMENTE DOS FRUTOS, DEIXAR SECANDO E GERMINAR EM SEGUIDA.

PARTICIPE DE FEIRAS DE TROCAS DE SEMENTES E MUDAS! ESSAS FEIRAS SÃO ÓTIMAS PARA CONHECER OUTRAS AGRICULTORAS(ES), E PARTILHAR MUITAS PLANTAS.

CONVERSE COM SEUS VIZINHOS QUE PLANTAM E TROQUE SEMENTES E MUDAS QUE VOCÊ TENHA EM CASA.





CUIDADOS COM A HORTA

VAMOS FALAR UM POUCO SOBRE AS PRINCIPAIS PRÁTICAS E TÉCNICAS QUE VOCÊ PODE APLICAR NA SUA HORTA, PERMITINDO ASSIM MELHORAR A PRODUÇÃO E O USO DA ÁREA, DOS ADUBOS E MATERIAIS USADOS.



MANTENHA O SOLO COBERTO

COBRIR O SOLO COM RESTOS DE PLANTAS SECAS VAI PROTEGER SUAS PLANTAS E FORTALECER O SOLO, IRÁ SERVIR COMO ADUBAÇÃO E AINDA PERMITIR QUE A TERRA FIQUE ÚMIDA POR MAIS TEMPO.

USE:

FOLHAS SECAS, RESTOS DE PODA DE GRAMA, BAGAÇO SECO DE CANA DE AÇÚCAR E SERRAGEM (DÊ PREFERÊNCIA AO USO DE SERRAGEM DE MADEIRA NÃO TRATADA).

NA HORA DE PLANTAR:

NÃO PLANTE DUAS VEZES A MESMA CULTURA NO MESMO LUGAR.

POR EXEMPLO, SE PLANTOU ALFACE AGORA, A PRÓXIMA CULTURA SERÁ VAGEM, DEPOIS CEBOLA, ETC. PELO MENOS NO ANO SEGUINTE É IMPORTANTE NÃO REPETIR O CULTIVO DO ANO ANTERIOR NO MESMO LUGAR DA ÁREA, A IDEIA AQUI É IR VARIANDO.



TENHA FLORES NO LOCAL

FLORES ATRAEM POLINIZADORES IMPORTANTES PARA A HORTA E AINDA ATRAEM INSETOS QUE CONTROLAM OUTROS INSETOS INDESEJÁVEIS NA HORTA.

PLANTAS COMO: MARGARIDÃO, TAGETE, GIRASSOL, MANJERICÃO E CAPUCHINHA.



PRODUZA SEU ADUBO COM A COMPOSTAGEM!!

A COMPOSTAGEM É UMA EXCELENTE MANEIRA DE DIMINUIR GASTOS COM A MANUTENÇÃO DA SUA HORTA. ESSA TÉCNICA VAI PERMITIR QUE VOCÊ TRANSFORME MATERIAIS ORGÂNICOS QUE TEM NA SUA CASA EM UM COMPOSTO RICO EM NUTRIENTES PARA AS PLANTAS, SEM PREJUDICAR O MEIO AMBIENTE!





O QUE COLOCAR EM UMA COMPOSTEIRA?

A COMPOSTEIRA É O LOCAL ONDE TUDO QUE VOCÊ DEPOSITAR SERÁ COMPOSTADO (OU SEJA, SE TRANSFORMARÁ AO FINAL DE APROXIMADAMENTE 90 DIAS, EM ADUBO PARA AS PLANTAS).

À VONTADE

FRUTAS
LEGUMES
VERDURAS
GRÃOS
SEMENTES
CASCAS DE OVO
BORRA DE CAFÉS
SACHÊS DE CHÁ
CAIXA DE PAPELÃO PICOTADAS

MODERADO

ALIMENTOS COZIDOS
ALIMENTOS ESTRAGADOS
FILTRO DE PAPEL
GUARDANAPO
FRUTAS CÍTRICAS
SERRAGEM

NÃO COLOQUE

GORDURA
ÓLEO
CARNES
LATICÍNIOS
SAL
FEZES
OSSOS
MADEIRA TRATADA



CASO VOCÊ AINDA NÃO TENHA MUITA PRÁTICA COM
A COMPOSTAGEM, EVITE COLOCAR RESTOS DE
ALIMENTOS.

MODELOS DE COMPOSTEIRA

EXISTEM DIVERSOS MODELOS DE COMPOSTEIRA QUE PODEM SE ADAPTAR A DIFERENTES REALIDADES E ESPAÇOS, E PARA O LOCAL DA MONTAGEM É INTERESSANTE QUE ELA SEJA INSTALADA EM UMA ÁREA SOMBREADA. RECOMENDA-SE TAMBÉM, QUE CASO SEJA FEITA DIRETAMENTE NO CHÃO, EXECUTAR A MONTAGEM EM UMA ÁREA LEVEMENTE INCLINADA, PARA EVITAR ÁGUA EMPOÇADA.



MODELO TIPO CILINDRO



MODELO TIPO PILHA





CAMADAS DA COMPOSTEIRA

AS CAMADAS SERÃO INTERCALADAS ENTRE: MATERIAL SECO E GALHOS, SEGUIDO DE MATERIAL VERDE (PODAS DE GRAMA E FOLHAS VERDES), TERRA, RESTOS VEGETAIS E DEPOIS NOVAMENTE: TERRA, RESTOS DE FOLHAS VERDES E FOLHAS SECAS.



ACONTECERÁ A FERMENTAÇÃO DOS MATERIAIS DENTRO DO MONTE, PELO PROCESSO DE DECOMPOSIÇÃO E POR ESTE MOTIVO A PILHA PODE FICAR QUENTE.

PARA ACOMPANHAR A TEMPERATURA, INSIRA UMA BARRA DE VERGALHÃO DE CONSTRUÇÃO. QUANDO A TEMPERATURA ESTIVER ACIMA DO ACEITÁVEL NÃO SERÁ POSSÍVEL SEGURÁ-LA E ISSO INDICA QUE É HORA DE MOLHAR E REVIRAR AS CAMADAS. APÓS APROXIMADAMENTE 60 DIAS, SEU MATERIAL ESTARÁ DISPONÍVEL PARA USO. FAÇA BOM USO NAS PLANTAS!

COMPOSTEIRA PARA ESPAÇOS PEQUENOS

É POSSÍVEL COMPOSTAR EM QUALQUER ESPAÇO, INCLUSIVE NOS PEQUENOS! VOÇÊ IRÁ PRECISAR DE BALDES COM TAMPAS QUE SE ENCAIXEM E UMA BOA DICA É RECICLAR BALDES DE MARGARINA OU ÓLEO QUE GERALMENTE ENCONTRAMOS DISPONÍVEIS EM LOJAS ALIMENTÍCIAS COMO PADARIA, PIZZARIA E OUTROS.

LAVE BEM OS RECIPIENTES!

FAÇA PEQUENOS FUROS NAS LATERAIS E NO FUNDO, EXCETO EM UM DOS BALDES, QUE GUARDARÁ OS LÍQUIDOS GERADOS.

VOCÊ PODE USAR UMA FURADEIRA PARA FACILITAR ESSE PROCESSO, MAS SE NÃO TIVER POR AÍ, USE PREGOS PARA TE AJUDAR.

FAÇA UM RECORTE NAS TAMPAS, DE MODO QUE FIQUEM COM A PARTE CENTRAL ABERTA. DEIXE APENAS UMA DAS TAMPAS INTEIRA, ISTO É, SEM O RECORTE CENTRAL.



OS BALDES 1 E 2 SEMPRE IRÃO MUDAR DE POSIÇÃO, POIS QUANDO O BALDE 1 ENCHER ELE VAI PARA A POSIÇÃO 2 E O BALDE 2 VAI PARA A POSIÇÃO 1.

POR SUA VEZ, O BALDE 3 FICARÁ SEMPRE NA MESMA POSIÇÃO E RECEBERÁ O CHORUME QUE VAI PASSAR PELOS BALDES 1 E 2 (O CHORUME É UM LÍQUIDO ESCURO MUITO IMPORTANTE PARA FERTILIZAR AS PLANTAS).

SE PREFERIR RETIRAR O CHORUME COM MAIS FACILIDADE, INSTALE UMA TORNEIRA NO BALDE 3.

MONTE AS CAMADAS DENTRO DOS BALDES, DA MESMA FORMA MENCIONADA ANTERIORMENTE, QUANDO ENCHER É HORA DE INVERTER A ORDEM DOS BALDES.



1

2

3

Para usar o chorume, dilua um copo dele em 10 copos de água. Aplique diretamente no solo a cada 15 dias.





OUTROS ADUBOS IMPORTANTES

A ADUBAÇÃO É UMA DAS PRÁTICAS MAIS IMPORTANTES NA AGRICULTURA, E NA HORTA NÃO SERIA DIFERENTE. É ATRAVÉS DELA QUE DISPONIBILIZAMOS AS QUANTIDADES CERTAS DE NUTRIENTES PARA AS PLANTAS, E ASSIM ELAS CONSEGUEM CRESCER DE MANEIRA SATISFATÓRIA.



húmus de minhoca



esterco de galinha



esterco de boi



cinza de madeira

**Não use o esterco fresco,
pois ele pode
matar suas plantas!**



QUAL MELHOR FORMA DE ADUBAR?

CULTURAS DE **CICLOS MAIS LONGOS** COMO: COUVE, TOMATE, BERINJELA, JILÓ, QUIABO, AIPIM E OUTROS DEVEM SER ADUBADAS COM UMA FREQUÊNCIA MAIOR, SENDO QUE, NOS PERÍODOS QUE A PLANTA TIVER FLORINDO, AUMENTAR A QUANTIDADE DE ADUBO PARA O DOBRO, A CADA 25 DIAS.

CULTURAS DE **CICLOS MAIS CURTOS** COMO: ALFACE, RÚCULA E RABANETE PRECISAM SOMENTE DA ADUBAÇÃO NO DIA DO PLANTIO E DEPOIS DE 15 DIAS DE PLANTIO.



AO PLANTAR, SEMPRE FAÇA UMA ADUBAÇÃO DE PLANTIO!

A QUANTIDADE, PODE SER BASEADA EM UM PUNHADO DE ADUBO QUE CAIBA NA MÃO, PARA CADA PLANTA.

PROCURE DEIXAR UM ESPAÇO ENTRE O ADUBO E A PLANTA.

APLIQUE AO REDOR DA PLANTA.



O QUE E QUANDO PLANTAR?

NA AGROECOLOGIA VALORIZAMOS A DIVERSIDADE DE CULTURAS DENTRO DA HORTA E DESTA FORMA É IMPORTANTE VOCÊ CONHECER AS ÉPOCAS DO ANO VIÁVEIS PARA OS PLANTIOS DE SEU INTERESSE.

É FUNDAMENTAL SE PERGUNTAR SOBRE QUAL ESPÉCIE ESCOLHER E SE ATENTAR A FATORES COMO LUMINOSIDADE, ÉPOCA DE CHUVAS, MÉDIAS DE TEMPERATURA E O TIPO DE SOLO.

CADA ÉPOCA É FAVORÁVEL A DETERMINADAS CULTURAS E NA TABELA A SEGUIR VOCÊ CONSEGUE ACOMPANHAR O TEMPO IDEAL PARA NÃO ERRAR NO PLANEJAMENTO!





tipo de planta	plantio	colheita
Alface Rúcula Chicória couve salsa cebolinha coentro aipim	Ano todo	Ano todo
Brócolis Cenoura Beterraba repolho couve-flor	outono inverno	outono inverno
abóbora abobrinha berinjela quiabo jiló	primavera verão	primavera verão

MANEJO ECOLÓGICO DE INSETOS E DOENÇAS

QUANDO PLANTAMOS DE FORMA AGROECOLÓGICA, NÃO UTILIZAMOS NENHUM TIPO DE AGROTÓXICOS EM NOSSA PRODUÇÃO, POIS SABEMOS QUE COM UM MANEJO CORRETO, UMA VARIEDADE DE PLANTAS E FLORES E O USO DAS CALDAS AGROECOLÓGICAS, CONSEGUIMOS PRODUIR DE FORMA SAUDÁVEL E PRODUTIVA!

É PRECISO ESTAR ATENTO PARA OBSERVAR NOSSO ESPAÇO DE PRODUÇÃO, POIS OS INSETOS PODEM SER DIVERSOS.

Insetos que prejudicam



cochonilha



pulgão



percevejo



lagarta



lesma



formiga

MANEJO ECOLÓGICO DE INSETOS E DOENÇAS

É IMPORTANTE SABER TAMBÉM QUE EXISTEM MUITOS INSETOS AMIGOS DA HORTA, QUE CONTRIBUEM PARA CONTROLAR INSETOS QUE VOCÊ NÃO QUEIRA NA SUA HORTA. CONHEÇA A BAIXO ALGUNS DELES:

Insetos amigos da horta



Abelha



Joaninha



Libélula



Tesourinha



Bicho da fortuna



Louva-a-deus

CALDAS AGROECOLÓGICAS PARA CONTROLE DE INSETOS NA HORTA

AS CALDAS AGROECOLÓGICAS SÃO PRÁTICAS MUITO ANTIGAS USADAS PELOS AGRICULTORES(AS) PARA CONTROLAR INSETOS E DOENÇAS QUE APARECEM NA HORTA. ESSAS CALDAS SÃO FEITAS COM O USO DE PLANTAS QUE POSSUEM AÇÃO DE REPELIR E ATÉ COMBATER OS INSETOS MALÉFICOS QUE FORAM APRESENTADOS ACIMA.

A SEGUIR, VOCÊ CONFERE RECEITAS VALIOSAS E NATURAIS PARA USAR EM SUA HORTA!





DCG VAL 091023
31746P141022

WHITE
ool
[Small illegible text and barcode]

RECEITAS DE CALDAS NATURAIS

Calda de sabão

- Controle de cochonilhas, lagartas e pulgões
- Misturada com outras caldas, ajuda melhor fixação nas folhas



Ingredientes

- Meia barra de sabão neutro cortada em pedaços;
- 2 litros de água.

Modo de fazer

- Coloque a água para ferver junto com os pedaços de sabão; Quando o sabão tiver diluído na água, desligue o fogo, espere esfriar e guarde na garrafa.

Aplicação

- Dilua 1 copo da calda pura em 2 litros de água e pulverize sobre as folhas nos horários mais amenos do dia;
- Para melhor fixação acrescente 2 colheres de sopa da calda pura de sabão.



Calda de pimenta do reino

- Controle de cochonilhas e pulgões

Ingredientes

- 100 gramas de pimenta do reino em pó;
- 1 litro de água (para calda mais forte, usar 1 litro álcool).

Modo de fazer

- Coloque a pimenta em uma garrafa junto com a água ou álcool e deixe apurar por 7 dias;
- Após, coe e guarde na garrafa.



Aplicação

- Dilua 1 copo da calda pura em 2 litros de água e pulverize sobre as folhas nos horários mais amenos do dia;
- Para melhor fixação com outras caldas, usar 2 colheres de sopa da calda pura.

RECEITAS DE CALDAS NATURAIS

Calda de alho

- repele insetos

Ingredientes

- 2 cabeças de alho;
- 1 litros de água (para calda mais forte, usar 1 litro álcool).

Modo de fazer

- Coloque o alho sem a casca em uma garrafa junto com a água ou álcool e deixe apurar por 7 dias;
- após, coe e guarde na garrafa.

Aplicação

- Dilua 1 copo da calda pura em 2 litros de água e pulverize sobre as folhas nos horário mais amenos do dia;
- Para melhor fixação acrescente 2 colheres de sopa da calda pura de sabão.

Calda de cebolinha

- Controla lagartas, pulgões e besouros

Ingredientes

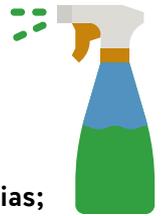
- 1 litros de água (para calda mais forte, usar 1 litro álcool);
- 1 maço de cebolinha.

Modo de fazer

- Coloque a pimenta em uma garrafa junto com a água ou álcool e deixe apurar por 7 dias;
- Após, coe e guarde na garrafa.

Aplicação

- Dilua 1 copo da calda pura em 2 litros de água e pulverize sobre as folhas nos horário mais amenos do dia;
- Para melhor fixação acrescente 2 colheres de sopa da calda pura de sabão.





RECEITAS DE CALDAS NATURAIS

Calda de pimenta (malagueta ou dedo de moça)



- Repele insetos

Ingredientes:

- 4 pimentas;
- 1 litros de água (para calda mais forte, usar 1 litro álcool).

Modo de fazer

- Coloque o alho sem a casca em uma garrafa junto com a água ou álcool e deixe apurar por 7 dias;
- Após, coe e guarde na garrafa.

Aplicação

- Dilua 1 copo da calda pura em 2 litros de água e pulverize sobre as folhas nos horário mais amenos do dia;
- Para melhor fixação acrescente 2 colheres de sopa da calda pura de sabão.

Calda de arruda

- Controla lagartas, pulgões e besouros

Ingredientes

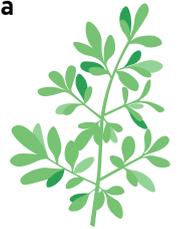
- 100 gramas de folhas de arruda;
- 1 litros de água (para calda mais forte, usar 1 litro álcool).

Modo de fazer

- Coloque a pimenta em uma garrafa junto com a água ou álcool e deixe apurar por 7 dias;
- Após, coe e guarde na garrafa.

Aplicação

- Dilua 1 copo da calda pura em 2 litros de água e pulverize sobre as folhas nos horário mais amenos do dia;
- Para melhor fixação acrescente 2 colheres de sopa da calda pura de sabão.



PLANTAS IMPORTANTES PARA TER NA HORTA



Girassol:
Atrai polinizadores importantes como abelhas e outros. Serve de adubação para o solo quando chega ao fim do ciclo.



Hortelã:
O cheiro serve como repelente de insetos.



Tagete:
Auxilia no combate a doenças de solo que atacam as raízes, causando a morte das mais diferentes plantas. Além disso, o aroma exalado pelas flores e folhas é capaz de afugentar alguns insetos indesejados.

PLANTAS IMPORTANTES PARA TER NA HORTA



Manjerição:
Tem um aroma intenso e repele várias pragas, principalmente a mosca branca e alguns mosquitos.



Alecrim:
Planta repeletente, o cheiro serve como repelente de insetos.



Arruda:
Planta que repele vários insetos.



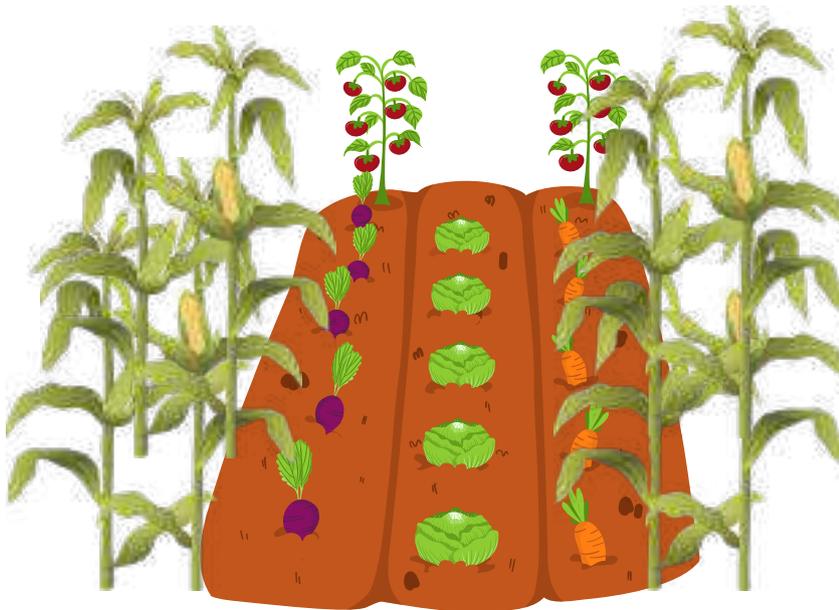
REFERÊNCIAS

Dicas agroecológicas, M.C.A. 16 p., 2023

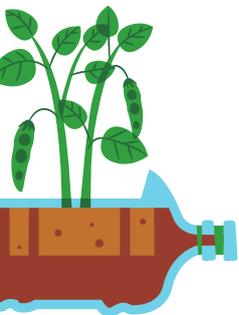
Manual para produção agroecológica, ASPTA, 2022

Fichas agroecológicas, visto em: www.gov.br

GLIESSMAN, Stephen R. Agroecologia: processos ecológicos em agricultura sustentável. Porto Alegre: Ed. da UFRGS, 2001.







REALIZAÇÃO:



EQUIPE FASE RJ

AERCIO B. DE OLIVEIRA
COORDENADOR FASE RJ

BRUNO A. DE FRANÇA
EDUCADOR POPULAR

CAROLINE DOS S. SANTANA
EDUCADORA POPULAR

CLARA DE L. NASCIMENTO
EDUCADORA POPULAR

KAREN DE SOUZA DUTRA
ESTAGIÁRIA DE SERVIÇO SOCIAL

SANEY LUZIA DE SOUZA
ESTAGIÁRIA DE SERVIÇO SOCIAL





DEFENSORES DE DIREITOS HUMANOS- PROJETO CONSTRUÍDO TERRITÓRIOS SAUDÁVEIS:

ALESSANDRA DA S. LOURDES
ALESSANDRA N. DO NASCIMENTO

ANA LÚCIA G. DA SILVA

ANA PAULA E. LOPES

FATIMA ALERRANDRA P. DE MENEZES

FATIMA DOS S. PINHO

IAN G. LIMA

IRANEIDE M. GARCÊS

LEONA M. RIBEIRO

MÁRCIA BEATRIZ COSTA

MARIA PAULA DE O. LIMA

PRODUÇÃO DO TEXTO:

EQUIPE AS-PTA

PROJETO GRÁFICO:

ANA CAROLINA MILANEZ

REVISÃO TEXTUAL:

DOUGLAS SANTOS



Projeto Construindo Territórios Saudáveis: jovens e mulheres na luta contra a COVID-19



Realização:



Parceria:



Plano Integrado de Saúde nas Favelas do Rio de Janeiro



