

JORNAL DESPERTINHOS



3ª Edição - 10 de Julho de 2020

Preservar o meio ambiente é uma ação importante não só para todos os seres que habitam a Terra.



Andréa nos mostra como é simples fazer uma composteira doméstica

 Amor fraterno

COMO POSSO AJUDAR

Olá meus amores!

Hoje viemos falar sobre esse lindo planeta em que nós vivemos e sobre como podemos cuidar melhor dele. Imaginem o planeta Terra como um imenso organismo vivo, que é capaz de produzir energia para o seu funcionamento, regular seu clima e temperatura, eliminar seus lixos e combater suas próprias doenças, assim como os outros seres vivos fazem.

No entanto, nós, os seres humanos, somos capazes de modificar o ambiente em que nós vivemos, prejudicando o funcionamento natural desse organismo chamado planeta Terra. As nossas ações, por menores que pareçam, podem fazer muita diferença não só para preservar o planeta, mas também para recuperá-lo.

E é aí que entra o nosso papel fundamental enquanto educadores, pois, sabemos que é durante a infância que as crianças acumulam valores e ideais que vão nortear toda a sua vida. E é nesse momento que nós podemos começar a compartilhar com as crianças a importância de cuidar do meio ambiente, sendo exemplos de ações de preservação e respeito com o

nosso planeta. E as crianças que já têm essa consciência desperta, também podem ajudar outras crianças a compreenderem esses valores.

Por isso, amores, hoje levantamos a reflexão sobre as oportunidades que temos, para ensinar às nossas crianças, por exemplo, de onde vem a água e como é ruim para o planeta quando a desperdiçamos. De mostrar que toda comida que sobra acaba virando lixo, e contar que os aterros são áreas de grande contaminação. Podemos também, criar momentos do desapego, para que a criança selecione roupas e brinquedos para doação. Além de ensinar a forma correta de descartar esses itens que não tem mais utilidade, ensinamos que essa atitude faz outra criança feliz. Podemos ensinar sobre consumo e lembrá-la de que ela não precisa ter tudo o que quer, e sim, o que lhe é necessário.

Então, se prestarmos atenção, vamos perceber que alguns hábitos diários podem ser repensados, sem prejudicar ou dificultar a nossa vida. Lembre-se, que o pouco de cada um, quando somado, pode ser a solução para vivermos em um planeta que gere muita saúde a todos os seres vivos! Boa leitura!



Mãe de mãe para

Educar é a mais bela
forma de amar

Olá, meu nome é Sibeles e sou mãe da Manu de 04 anos. Desde que a Manu era bebê, sempre a colocamos em contato com a natureza. Seja através de montanhas, trilhas, parques públicos, no quintal ou na grama do jardim. Em contato com o ambiente natural, percebemos seu olhar de curiosidade cada vez que toca em uma folha ou árvore, quando brinca com a terra, areia ou água, quando ouve os sons dos animais. É realmente mágico, incrível, fascinante! Uma verdadeira infinidade de possibilidades a serem moldadas, descobertas, contempladas e vivenciadas. Além de aguçar seus sentimentos, tentamos lhe

ensinar a beleza da vida, o privilégio de poder contemplar algo tão simples, mas tão grandioso. Ensinar à ela o respeito a mãe natureza e a importância de a preservar, pois somos um de seus elementos. Aqui em casa buscamos orientá-la sobre a separação dos resíduos e de que forma isso afeta o todo. É uma prática tão comum, que já se tornou hábito no dia a dia. Das cascas de frutas e verduras que não são aproveitadas, fazemos adubo orgânico para o pequeno quintal de casa. Então, o que sobra de lixo comum, realmente é uma quantidade menor do que a que reciclamos. Em nossa cidade sabemos

que 30% dos resíduos que são destinados ao aterro sanitário poderiam ser reciclados, é um número que nos mostra o quanto podemos melhorar! Pequenas atitudes diárias, refletem não só no equilíbrio dos nossos recursos naturais, como também, desenvolvem nossa consciência coletiva, cuidando hoje dos nossos recursos, para que as próximas gerações tenham o mesmo privilégio que estamos tendo! Um grande abraço da nossa família!



Agentes Transformadores

Para um Mundo Melhor

Apesar das diferenças de religião, raça, condição social, somos todos iguais e temos a obrigação de fazer do nosso mundo um lugar melhor. Mas você pode estar se perguntando: Como fazer isso? Basta viver o amor e ser bom. Quando fazemos algo bom, inspiramos o outro a

fazer também e assim se inicia uma linda corrente do bem. O amor contagia!

Para entendermos isso um pouquinho melhor, vou contar o caso de uma turminha muito especial, a Turminha Para Um Mundo Melhor. Nossa turminha é formada por adolescentes e pré-adolescentes do bem, que fazem parte do projeto para um mundo melhor, onde cada um, dentro do que mais gosta e se identifica, desenvolve uma campanha para ajudar as outras pessoas. Antes da pandemia, eles faziam encontros semanais para discutir suas ações enquanto escutavam música, comiam coisas gostosas e assistiam filmes inspiradores. São um exemplo de diversão combinada com boa ação. Você também pode se inspirar nessa turminha e fazer o mesmo. Mas como nesse período da quarentena, não é seguro nos encontrarmos fisicamente com os nossos amigos, junte a sua turminha e faça encontros virtuais, onde cada um pode contar e planejar sua ação social. Existem projetos simples de realizarmos que podem fazer a diferença na vida das pessoas. Veja o exemplo do Lipe. Ele lançou uma campanha na sua escola para arrecadar óleo usado, porque reciclar óleo além de fazer



o bem para nosso planeta, pode ajudar muita gente. O Lipe doa o óleo coletado para uma comunidade que o transforma em sabão e com a venda de

produto eles conseguem ganhar um dinheirinho extra. Que tal você convidar a mamãe para fazer sabão caseiro com óleo de cozinha que sobra na

sua casa? Assim você ajuda o meio ambiente, além da diversão garantida com a mamãe. E de quebra, você ainda pode fazer um dinheirinho extra também na pandemia.

FAÇA O SEU SABÃO CASEIRO

1 - Coloque 500ml de água para ferver a aproximadamente 70° Celsius.

2 - Antes de levantar fervura, retire do fogo e adicione à água, 250g soda cáustica (mas cuidado, pois podem ocorrer pequenas explosões de gases nessa fase do processo). Depois de misturados, os dois ingredientes, espere, sempre mexendo, até que a soda derreta.

3 - Depois de dissolvida, adicione 1 litro de óleo de cozinha usado (coado - com esponja de aço ou peneira fina - para que não sobre nenhum resíduo). Continue mexendo até a mistura ficar homogênea e um pouco mais grossa.

4 - Durante o preparo, se preferir, pode acrescentar um pouco de sabão em pó, que ajuda a formar espuma, e sabão líquido, que deixa cheiroso e mais macio.

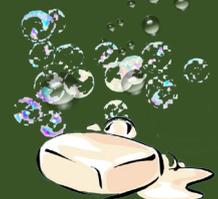
5 - O líquido deve ser mexido entre 30 e 45 minutos, até que a mistura esteja um pouco mais grossa.

6 - Depois de pronto, despeje o produto em qualquer assadeira que tenha em casa e que esteja forrada com saco plástico.

7 - Leve para o sol e espere secar. Ele fica consistente em torno de dois dias. Aguarde mais 10 dias para utilizá-lo.

DICA IMPORTANTE:

- Misturar os ingredientes em vasilha plástica.
- Usar colher de madeira.



EM DESPERTINHOS AÇÃO



Oi amiguinhos, tudo bem? As sacolinhas de plástico se tornaram um grande problema para a natureza e costumam causar a morte de animais marinhos, que comem o plástico. Então, compre produtos com pouca embalagem. Leve sua sacola de pano, ao sair de casa para diminuir o seu consumo de sacolas plásticas. Que tal fazer a sua parte e repartir essas ideias? O planeta inteiro agradece!

Rafaela



Aqui em casa temos lixeiras para separar o lixo não reciclável dos que são recicláveis. Reciclando evitamos que os lixos poluam a natureza, tem alguns animais que confundem lixo com alimento e isso faz muito mal para eles, um exemplo, são as tartarugas. Outra forma de ajudar é consumir somente o necessário e o mais natural possível, como por exemplo comer mais frutas e verduras ao invés de salgadinho e bolachas.

Luiza



Devemos separar nossos lixos, para que eles não façam mal a natureza e aos animais. **Duda**



4

Eu estudei esta semana sobre o lixo na natureza e quero mostrar o quanto é importante reutilizar. Por exemplo, tem pessoas que usam garrafa Pet para plantar mudinhas, outras que compram roupas em brechós. Quanto menos produtos novos comprarmos, mais reciclarmos e reutilizarmos, menos resíduos a natureza terá que decompor. Olha que legal o quadro abaixo. **Helena**



Tempo de Decomposição



Papel	→	3 a 6 meses
Panos	→	6 meses a 1 ano
Filtro de cigarro	→	Mais de 5 anos
Madeira pintada	→	Mais de 13 anos
Náilon	→	Mais de 20 anos
Metal	→	Mais de 100 anos
Alumínio	→	Mais de 200 anos
Plástico	→	Mais de 400 anos
Vidro	→	Mais de 1000 anos
Borracha	→	Indeterminado

Fonte: "Manual de Educação - Consumo Sustentável" - MMA, MEC e IDEC

5

Minha tia faz sabão com o óleo de cozinha porque o óleo contamina a água, esgoto e a nossa terra.

Alice



6

Sabia que tem copo que fica pequeno para você levar para todos os lugares e usar sempre o mesmo? Assim você não precisa gastar tanto plástico e polui menos a natureza.. **Pedro**



VOCE SABIA?

As fraldas de pano modernas são fraldas que podem ser usadas muitas vezes porque podem ser lavadas e usadas novamente. Estas fraldas são de tecido confortável, como algodão, evitando assaduras no bebê e tem um formato diferente das antigas fraldas de pano.

Apesar do investimento inicial ser maior, no fim sai mais barato usar fraldas de pano porque estas podem ser usadas muitas vezes, até cerca de 800 utilizações, depois de lavadas.

Além disso, tem mais vantagens como:

- Diminuir chances de

assaduras e a instalação de micróbios no bumbum do bebê;

- Reutilizáveis, podendo ser usadas por outro bebê;
- Menos possibilidade de causar alergias no bebê por não conter aquelas substâncias químicas que são utilizadas nas fraldas descartáveis, que mantêm a pele do bebê seca por mais tempo;
- Amigas do ambiente, porque não é necessário cortar tantas árvores para a sua produção.

Além disso, as fraldas de pano secam rapidamente porque são de algodão e permitem a pele

respirar.



“Eu conheci as fraldas de pano por acaso, vi a foto do bebê de uma amiga e achei diferente. Passei a pesquisar e me encantei com os benefícios que vão muito além da economia.

O que me convenceu mesmo foi a parte ecológica, saber que eu poderia fazer minha parte no mundo para produzir menos lixo.

Um bebê usa aproximadamente 5.000 fraldas e cada fralda

leva em torno de 500 anos para se decompor. Esse número assusta, né?

Mas não é só isso! A utilização de produtos químicos e a quantidade de água na produção de fraldas descartáveis é absurda. A consciência pesou.

Convencida, fui atrás de informações. Encontrei boas marcas com preços acessíveis, descobri sobre diferentes tipos de absorventes e mergulhei, mesmo sem ter a certeza que daria conta.

Quando o Vicente nasceu, já na primeira semana testamos e não demorou muito, alguns ajustes e a paixão chegou! A lavagem era super simples, na máquina de lavar mesmo.

Vicente nunca precisou de pomadas contra assaduras, nunca teve alergia.



Vicente

Hoje, posso dizer que com certeza a melhor escolha que fiz para os meus filhos, e principalmente para o mundo que eu deixarei para eles,

são as fraldas de pano. Meu nome é Kecia, falo sobre maternidade consciente no Instagram @maternidade.nua"

que Inspira

Olá, meus amores! O meu nome é Sylvia Thomaka e eu vou contar uma coisa muito legal para vocês.

Sabiam que é possível construir lindas memórias com as crianças e o lixo caseiro?

Sim, basta construir uma **COMPOSTEIRA** com elas. As crianças irão amar participar e conhecer este processo vivo e lindo da natureza, que transforma "lixinho" (Resíduo orgânico) em "comidinha" (adubo orgânico) para as plantas.

Mas o que é compostagem?

É uma técnica que acelera o processo natural de decomposição do lixo orgânico que se transformará em adubo orgânico riquíssimo em nutrientes. Além de ser excelente para as plantas, é uma boa forma de reduzir a quantidade de resíduos orgânicos que iria para o lixão. Seu filho participando ativamente na preservação do planeta, ele vai adorar saber disso no futuro.



Sylvia Thomaka

Pode ser realizado com ou sem minhocas, a diferença é que nossas amiguinhas aceleram ainda mais o processo através da ingestão, digestão e defecação, ou seja, as minhoquinhas ajudam fazendo cocô. Contar isto para as crianças, vai ser muito divertido.

A técnica é simples e pode ser feita inclusive por quem reside em apartamento, pois não é necessário separar

um espaço grande da casa.

E hoje quem veio nos contar sobre sua experiência é a Professora de Yoga Andréa Fossati.

“Faço compostagem há mais de 4 anos. Eu comprei uma composteira pela internet, veio junto terra e minhocas, é muito simples realmente, só ir colocando os resíduos orgânicos na

composteira e deixar as minhocas fazerem seu trabalho, a minha tem 3 caixas. Duas para colocar os Resíduos orgânicos e uma para o líquido que solta.

Uma dica que acho bacana é colocar os resíduos em pedaços pequeninhos. Pedaços muito grandes demoram para se decompor.

Outra dica legal, é

sempre colocar algo sequinho, como folhas ou serragem para não ficar muito úmido para as minhocas.”



Andréa Fossati

O que pode colocar na composteira

-  - Restos de comida crua, como talos, cascas de verduras e frutas, casca de ovo, borra de café.
-  - Resto de comida cozida ou assada até 20% da quantidade do lixo orgânico que estiver sendo compostado. (Menos as carnes).
-  - Frutas Cítricas, até 20% da quantidade do lixo orgânico que estiver sendo compostado (Menos limão).
- Grãos e sementes em geral.
-  - Restos de flores de jarro.
- Saquinhos de chá.
- Podas de grama
- Folhas secas
-  - Serragem (Menos as de madeira tratada)

O que NÃO pode colocar na composteira

- Carnes de qualquer espécie. 
- Serragem de maneira tratada.
- Alho, cebola, nozes pretas, trigo, arroz.
- Laticínios, óleos, gorduras. 
- Carvão vegetal.
- Papel higiênico usado ou qualquer tipo de papel, por causa das tintas que normalmente vêm impressas e são tóxicas. 
- Plantas doentes.
- Fezes de animais domésticos.
- Comidas com excesso de sal. 

Uma história de amor entre o lixo, as minhocas e a natureza



COMPOSTEIRA

- 1** - Tenha três recipientes plásticos. É importante que um encaixe no outro. Os baldes de tinta de plástico costumam ser bons para isso.
- 2** - Faça 15 furos no fundo e nas bordas superiores dos dois primeiros latões (podem ser feitos por pregos porque os furos devem ser pequenos).
- 3** - No fundo da primeira caixa, coloque uma camada de aproximadamente três dedos de terra seca, cerca de 200 minhocas Californianas, uma camada com a mistura de orgânicos picadinhos, uma camada de folhas secas que caíram da árvore.
- 4** - Quando você tiver mais lixo orgânico, coloque mais uma camada e por cima, mais uma camadinha de folhas secas.
- 5** - Assim que estiver cheia, a primeira caixa vai para o segundo andar, onde por cerca de dois meses, as minhocas vão trabalhar na digestão. O recipiente que estava no segundo andar vai para o topo, onde receberá os novos restos de comida.
- 6** - Enquanto rola o processo de decomposição, um líquido rico em nutrientes e livre de bactérias escorre para a caixa da base, onde fica armazenado. Esse "chorume" do bem, pode ser coletado e depois ser pulverizados nas plantas, servindo de adubo e pesticida.
- 7** - À medida que os alimentos são absorvidos, a maioria das minhocas rumam para a caixa do topo em busca de mais comida. No recipiente do meio temos o adubo pronto e fresquinho para ser utilizado nos jardins e vasos.