



VOZES DAQUI

#DEPARELHEIROS PARA O MUNDO

ANO 1 - Nº 3 - JULHO/SETEMBRO DE 2020

DO LADO DE CÁ

Em "Os Ps de Parelheiros", compartilhamos a importância das hortas comunitárias nas comunidades.

GENTE DAQUI

Em "O Lado escuro da maternidade", Jéssica, do bairro São Norberto, conta sobre as experiências de ser mãe

DO TERRITÓRIO

Sobrevivendo a falta de acesso à comunicação, o Coletivo Amara Cozinha Saudável se reinventou em meio a pandemia.

LER, VER E CONTAR

Ketlin Santos e Bruno Souza falaram sobre a importância da literatura negra na luta por uma educação antirracista.

ESCREVENDO

Maria Amorim, Mãe Mobilizadora do Bairro São Norberto, compartilhou conosco o conto "Era apenas um Corpo" de sua autoria.

FICA EM CASA

Para você que está em casa, algumas dicas de materiais para passar essa quarentena.

AMARAS: DANDO A VOLTA POR CIMA

SOBREVIVENDO A FALTA DE ACESSO À COMUNICAÇÃO, O COLETIVO AMARA COZINHA SE REINVENTOU EM MEIO A PANDEMIA. | P. 04 |



EDITORIAL

TEXTO: CONSELHO EDITORIAL.

O acesso à informação, à produção de conteúdo e o uso de meios de comunicação são direitos humanos! Narrar nossas histórias, contar nossas vivências, acessar informações e ser escutado faz parte do exercício da cidadania. São essas premissas, ancoradas na Educomunicação, que dão vida ao Vozes Daqui: de Parelheiros para o Mundo. Esse é um espaço para escrevermos sobre Parelheiros. A partir de nossos olhares, valorizando as potências do nosso território e da nossa gente!

CONSELHO EDITORIAL: Bruno Souza; Claudia Nogueira; Eduardo Faria; Fernanda Pompeu; Flávia Kolchraiber; Gabriel Razo; Laniela Feitosa; Rafaela Nunes; Sidineia Chagas; Thamires Gouveia; Valdirene Rocha; Valéria Macoratti; Vania Santos; Wender Gomes.

COLABORADORES DESTA EDIÇÃO: Bruno Souza Francisca Jéssica Rodrigues; Ketlin Santos; Laniela Feitosa; Maria Amorim; Paulo Paz; Wender Gomes.

REVISÃO: Fernanda Pompeu.

EDIÇÃO: Cláudia Nogueira, Gabriel Razo e Valdirene Rocha.

INSTITUCIONAL: IBEAC - ibeac.org.br | CPCD - cpcd.org.br

Realização:



Apoio:





DO LADO DE CÁ

OS PS DE PARELHEIROS

TEXTO: PAULO PAZ, LANIELA FEITOSA E WENDER GOMES. FOTO: WENDER GOMES

PARELHEIROS SAÚDÁVEL TERRITÓRIOS ABRAÇADOS

Vocês lembram que, no jornal anterior, falamos dos 3 Ps: Pão, Proteção, Poesia? Pois agora trazemos o 4P – que é de Plantio. Ao longo desse tempo percebemos a necessidade de garantir uma alimentação produzida no território e pelos moradores do território, garantindo assim o acesso a uma alimentação saudável e à segurança alimentar. Um dos bons caminhos encontrados foi a horta comunitária, que também significa inclusão social e produtiva. As hortas comunitárias têm o papel de produzir alimentos através do trabalho voluntário da comunidade. Elas podem ser implementadas em áreas públicas ou nos quintais.

A agricultura urbana promove a interação das pessoas com a natureza, através de práticas que proporcionam benefícios físicos e mentais. A agricultura familiar é importante ação integrante de políticas de desenvolvimento sustentável – tendo em vista a segurança alimentar e nutricional, elementos fundamentais para o desenvolvimento e o bem-estar social. O projeto “Parelheiros Saudável Territórios Abraçados” visa a produção de alimentos com a participação da comunidade, em áreas próximas às suas casas, promovendo inclusão social e a segurança alimentar de todos, possibilitando também troca de saberes e afetos entre a comunidade.

Se você tem interesse em participar dessas ações e moram nos bairros São Norberto, Vargem Grande, Colônia e Barragem entre em contato:

 @parelheirossaudavel  11 5926-7314



Felipe cultivando horta no Projeto Parelheiros Saudável

#Ficaadica Passo a passo antes de iniciar uma horta em casa

1 Antes de iniciar uma horta caseira, é importante conhecer quais são os alimentos naturalmente produzidos na região em que as famílias moram e que se adaptam melhor ao clima local.

2 É interessante cultivar os alimentos mais usados no dia a dia da alimentação da família, pois assim quem cozinha terá esses alimentos sempre ao alcance das mãos e não precisará comprá-los. Uma boa opção são os temperos, como cebolinha, cheiro verde, coentro, orégano, entre outros.

3 É importante lembrar que as frutas, verduras e legumes variam de acordo com a época do ano, portanto, é bom plantar mais de um tipo de fruta ou verdura para ter pelo menos uma produzindo, independentemente da estação. Com isso, será possível preparar sucos e receitas deliciosas, nutritivas e saudáveis.

Realização:



Apoio:





GENTE DAQUI

O LADO ESCURO DA MATERNIDADE

TEXTO: FRANCISCA JÉSSICA RODRIGUES

Nem só de luz e sorrisos é feita a maternidade. Contudo, pouco se fala abertamente sobre a escuridão materna. É um tabu.

O bebê nasce e a mãe viverá feliz para sempre? Fim? Não, essa não é a realidade. E, sim, precisamos falar sobre isso.

Os especialistas são claros em dizer que o bebê precisa se adaptar à vida fora do útero, ser cuidado. Toda essa descoberta pode lhe gerar muita angústia, mas quase ninguém conta das mudanças e das angústias da mulher numa nova vida, nesse recomeço como mãe.

A maternidade é também uma renúncia.

Quando você está grávida, sempre falam do amor imensurável que você irá sentir e, no geral, ele vem mesmo. Para algumas mais rápido, outras nem tanto. O que não contam é que amor demais pode trazer o medo e a insegurança. A maternidade é também uma renúncia. Sim, renunciar à liberdade de tomar um banho na hora desejada, de deitar e dormir quando e como quiser. Ir e vir como bem entender. A mãe se doa por completo. Nesse processo, por vezes, ela se perde. Se doa e não mais se encontra e se culpa.

Tanto se fala, hoje, sobre as famosas “crises de crescimento” que alteram o humor, apetite, sono e comportamento dos bebês. Mas o que nenhum artigo conta é que as mulheres também passam por fases de crescimento, nessa infinita aprendizagem como mães e como pessoas.

Educar é muito mais aprender do que ensinar. Compreender é muito mais assimilar do que aceitar. A mãe passa pela fase da renúncia à vida antiga, processo que varia de tempo e grau de mulher para mulher, mas que existe com todas elas. Daí ela precisa recomeçar, reaprender para, por fim, renascer como mãe.

Ninguém fala que nessas fases dolorosas de crescimento e aprendizado como mãe. Existirão dias em que você só gostaria de ficar sozinha, de ter colo ao invés de dar colo. Dias em que você se indagará, no lugar mais secreto do seu subconsciente, se fez a escolha certa ao ser mãe. Dias que perderá a paciência e sentirá todo seu corpo se corroer em dúvidas, medo e culpa. Dias escuros. E na grande maioria das vezes você nem sequer tem alguém para desabafar.

“Não quis ser mãe? Agora aguenta” é o que, no geral, a sociedade impõe. Não aceite este rótulo. Tem dias que você não aguenta não, porque maternidade é também um relacionamento, como qualquer outro, provido de dias ruins, dias bons, muita entrega e estágios.

Madrugadas em claro que quando o choro vem, você só queria chorar também e sumir.

Do mesmo modo que um bebê aprende a falar, andar, comer, uma mulher também aprende a se tornar mãe. Quando se fala em desmame, desfralde, introdução alimentar dentre outros processos, sempre a preocupação e foco são o bebê. Tudo para ele não sofrer. Mas e a mãe? E aqueles pensamentos que, por vezes, a corroem?

Talvez ela só queria desmamar para poder dormir um pouco mais, sair e ter umas horas livres. Madrugadas em claro que quando o choro vem, você só queria chorar também e sumir. Mas não, ela não se permite admitir tais sentimentos, quanto menos vivenciá-los ou falar sobre eles.

Mãe, se você está tendo um dia ruim, sentindo toda sua força se esvaír, olhe para seu filho. Ali está sua força, descubra que você não só a doou como também a multiplicou em si. Você é maior do que pensa, e tão humana quanto qualquer outro. Você não é a pior mãe do mundo.

Todas as mães têm um baú trancafiado de dias escuros na maternidade, nós somente não falamos sobre eles, muito menos permitimos abri-lo até para nós mesmas.

Você não está sozinha. Não tenha medo da tempestade, deixe-a vir e se abrandará. Não se esconda da escuridão, se permita e enxergará a luz.

Francisca Jéssica é mãe da Helô de 10 anos, moradoras do Bairro São Norberto, em Parelheiros.

Realização:



Apoio:



DO TERRITÓRIO



AMARAS: DANDO A VOLTA POR CIMA

TEXTO: KARINE VIEIRA SOUZA E SABRYNA DOS SANTOS MARTINS. FOTO: ARQUIVO
AMARA COZINHA SAUDÁVEL

A Cozinha Amara é uma iniciativa que gira em torno do encontro. Seja na produção dos alimentos ou na hora de servir/vender nossos produtos, o principal ingrediente das nossas receitas é o contato entre as pessoas. Antes da Pandemia da COVID-19, nossas principais fontes de faturamento eram o serviço de alimentação para eventos e as vendas avulsas em feiras de alimentos. Com a quarentena e impossibilidade de aglomerações, toda a nossa agenda e previsão de entrada de verba foram canceladas. Por semanas, mantivemos nossa equipe parada até entendermos o que poderia ser feito para nos adaptarmos a esse momento de “atualização mundial”.

Observamos que o fluxo de muitos empreendimentos foi direcionado para os chamados e-commerce (vendas pela internet). Este poderia ser um meio para nós também, mas encontramos muitos obstáculos. O primeiro foi a falta de acesso à internet, pois, na região de Parelheiros, o acesso é muito precário. O segundo foi a falta de qualificação do grupo para lidar com as práticas de vendas online. E, por fim, nos faltava logística de entrega para fazer as possíveis encomendas chegarem

até nossos clientes.

Então, observamos também que muitos movimentos comunitários se voltaram para o acolhimento da população mais carente que, com a quarentena, ficou ainda mais vulnerável. Daí, houve doação de alimentos, financiada por empresas, institutos e outros. Esse se tornou um meio de garantir a alimentação básica para os moradores e girar verba no território. Percebemos que as doações eram majoritariamente de cestas básicas, compostas por alimentos não perecíveis que sustentam, mas não dão conta de toda a refeição das famílias.

A saída para voltarmos a produzir foi oferecer alguns de nossos produtos (pães e geleias) para as famílias complementarem as cestas básicas que estavam sendo distribuídas nos bairros próximos à sede da Cozinha Amara. Assim, passamos a produzir os alimentos com equipe enxuta e entregamos os produtos nos pontos de distribuição sem causar grandes aglomerações. Desta forma, temos mantido nossa equipe ativa e sem depender dos eventos ou vendas online.

Realização:



Apoio:





LER, VER E CONTAR

POR UMA EDUCAÇÃO ANTIRRACISTA

TEXTO: KETLIN SANTOS E BRUNO SOUZA
B. C. CAMINHOS DA LEITURA. FOTO:
WEB¹ E KETLIN SANTOS².

Apesar da complexidade da luta contra o racismo, que consequentemente exige várias frentes de batalhas, não temos dúvidas de que a transformação de nossas cabeças de professores é uma tarefa preliminar importantíssima. Essa transformação fará de nós os verdadeiros educadores, capazes de contribuir no processo de construção da democracia brasileira, que não poderá ser plenamente cumprida enquanto perdurar a distribuição das individualidades históricas e culturais das populações que formaram matriz plural do povo e da sociedade brasileira.

Kabengele Munanga

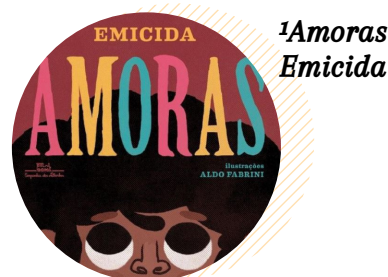
Sabemos que a literatura está presente na vida das pessoas, seja pela linguagem oral ou escrita, sendo umas das grandes influenciadoras na construção dos sujeitos. Nos inspira e mobiliza a intervir em nossas realidades, denunciando as desigualdades e violências como apresentam Carolina Maria de Jesus e Nelson Mandela em suas obras.

No texto “Direitos Humanos e Literatura”, o escritor e professor Antonio Candido defende que a literatura tem sido um instrumento poderoso de instrução e educação, entrando nos currículos, sendo proposta, a cada um, como equipamento intelectual e afetivo.

Os valores que a sociedade preconiza, ou os que considera prejudiciais, estão presentes nas diversas manifestações da ficção, da poesia e da ação dramática. A literatura confirma e nega, propõe e denuncia, apoia e combate, fornecendo a possibilidade de vivermos dialeticamente os problemas.

Compreendemos que a literatura é um direito universal e indispensável. Acreditamos que a luta antirracista se faz também com a literatura negra e periférica, possibilitando a imersão em conhecimentos, reflexões e inquietações. Essa literatura carrega consigo representatividades e compreensão das diversidades. A história que foi morta e apagada, durante séculos, ganha espaço de reconhecimento, ao lado das literaturas denominadas clássicas.

Pensando nessa construção, disponibilizamos algumas obras literárias para inspirar o trabalho pedagógico nas escolas:



¹Amoras
Emicida

¹Omo-Oba, histórias de princesas
Kiusam de Oliveira



²Americanah
Chimamanda Ngozi Adichie

Realização:



Apoio:





ESCREVIVENDO ERA APENAS UM CORPO!

TEXTO POR MARIA AMORIM
CENTRO DE EXCELÊNCIA EM PRIMEIRA INFÂNCIA

Maria Amorim é Mãe Mobilizadora do Bairro São Norberto e compartilhou com o Vozes Daqui de Parelheiros um conto de sua autoria.

Era apenas um Corpo

Bem no começo, já havia cobrança de um corpo perfeito, do que era padrão.
Era muita pressão, tudo me atordoava, mas não podia decepcionar.
Mídias, redes sociais, holofotes, sou influencer, sou o que representa a Moda.
Hora de tomar medicamentos, estimulantes, algo precisava ser feito.
Psicológico a 1000!
E nada de resultados.

Mais medicamentos, precisava entrar no conceito que a mim era exigido como um padrão.

Fui aos poucos adoecendo, corpo e mente.
Foram anos me punindo. Desde a adolescência, me automutilava, abstinência, nada podia, nada devia fazer, ou comer.
Meu corpo não era meu, minha mente não era minha, nem mesmo minhas vontades.
Uma Crueldade sem fim.
Tudo só piorava, tantos transtornos, desesperador.

Até que se tornou grave, minhas veias não aguentavam mais, aquele quarto de hospital cheirava a doente.
E através da doença alcancei o padrão. Foram só elogios.
Uau que reflexão!!

Meu porto seguro sempre do meu lado.
Me ergui, passei a me amar.
Tive grandes mudanças no meu Corpo e que Corpo!!!

Hoje meu corpo não me decepciona.

Esqueci Padrões e Estereótipos.
Porque é apenas um Corpo.
Um Corpo que fala, um Corpo que sente, que dança, que balança.
Um Corpo que veste de Calça a Vestido, um Corpo de Alma e de grande Beleza.

Nunca mais justificarei meu corpo.
Eu escolho a Liberdade.
Sou feliz com qualquer corpo!
Um Corpo não me define mais!!!
Meu Corpo é Apenas um Corpo!!!!



Maria Amorim

Realização:



Apoio:





PARA VOCÊ QUE ESTÁ EM CASA, AQUI VÃO ALGUMAS DICAS!

clique no balão para
acessar o link

QUEBRADA ENSINA

IBEAC.ORG.BR

ESCOLA
SCHUMACHER
BRASIL.COM.BR

Em parceria com a Escola Schumacher Brasil, IBEAC e os times em Parelheiros promoveram a "Quebrada Ensina" uma série de três encontros que trazem para a centralidade da conversa o conhecimento da comunidade de Parelheiros. Confira no Youtube da Escola Schumacher Brasil!

CAMPANHA: PÃO, PROTEÇÃO, POESIA E PLANTIO EM PARELHEIROS

IBEAC.ORG.BR

ESCOLA
SCHUMACHER
BRASIL.COM.BR

Ainda, a série de encontros "Quebrada Ensina" está promovendo a campanha "Pão, Proteção, Poesia e Plantio", com o objetivo de arrecadar recursos financeiros para apoiar a comunidade de Parelheiros a enfrentar a pandemia. Apoie!

MEDIAÇÕES DE LEITURAS

@IBEACOFICIAL

As Mães Mobilizadoras e a juventude da Biblioteca Comunitária Caminhos da Leitura estão fazendo vídeos de mediação de leitura e indicações literárias. Acompanhe no Instagram.

REVISTA VIRAÇÃO LITERATURA E DIREITOS HUMANOS

VIRAÇÃO.ORG

A juventude do projeto "Literatura e Direitos Humanos: Para ler, ver e contar" produziu a mais nova edição da Revista Viração. Acesse e confira!

BOLETIM RNBC DE MAIO

RNBC.ORG.BR

No Boletim RNBC de maio contamos sobre o contexto de criação do Podcast Vozes Daqui de Parelheiros, uma produção colaborativa por quem vive e faz de Parelheiros o melhor lugar para se nascer e viver.

PODCAST VOZES DAQUI DE PARELHEIROS

VOZESDAQUI.IBEAC.ORG.BR

O podcast "Vozes Daqui de Parelheiros" é uma iniciativa da Agência de Comunicação Comunitária Vozes Daqui de Parelheiros, realizado pela comunidade com apoio do IBEAC e CPCD. Todas as terças e sextas um novo podcast vai ao ar.

Realização:



Apoio:





VOZES DAQUI DE PARELHEIROS PARA O MUNDO

ANO 1 - N° 3 - JULHO/SETEMBRO DE 2020

COMPARTILHE COM A HASHTAG
#VOZESDEPARELHEIROS

REALIZAÇÃO:



APOIO:



**QUER FAZER SUGESTÕES OU PUBLICAR NO JORNAL?
ENTRE EM CONTATO:
EDUCOMUNICA@IBEAC.ORG.BR**



@ibeac



@ibeacoficial



ibeac.org.br



@cpcdbh



@cpcdbh



cpcd.org.br