

## **PROJETO HORTA COMUNITÁRIA NA ASSOCIAÇÃO TERAPÊUTICA DE ACOLHIMENTO PSICOSSOCIAL SHALOM ADONAI (ASA)**

Julio Cesar Silveires Virginio  
Estudante de Agronomia  
Faculdade Multivix  
[juliosilvares@gmail.com](mailto:juliosilvares@gmail.com)

### **RESUMO**

Essa apresentação visa relatar a realização de um estudo acadêmico estimulada pela disciplina Projeto de Extensão e Inovação 3 dentro da temática direitos humanos para a faculdade Multivix, a experiência vivenciada na Associação Shalom Adonai - Reabilitação e Integração Social, situado em no município de Guarapari/ES. A Associação Shalom Adonai é uma casa de recuperação para homens em estado de drogadição, sendo uma referência de atuação no município em questão. Sabe-se que o uso de drogas ilícitas é uma realidade em todo o país, a dependência química é entendida como uma doença que envolve diversos aspectos biopsicossociais e requer soluções para os conflitos dos envolvidos. A premissa principal do nosso trabalho é a revitalização da horta comunitária dessa instituição, pois acredita-se que uma horta sustentável pode contribuir para o aumento da qualidade de vida dos acolhidos, porque está diretamente ligada à nutrição adequada e a saúde humana. Além disso, o uso e conservação da horta, na formulação de Bio-fertilizante para obter nutrientes para o solo e inocular e microrganismos eficientes no solo e a responsabilidade de da o destino correto para o resíduo orgânico gerados no instituto com o sistema de compostagem, tendo efeitos terapêuticos (hortoterapia) e envolvendo os acolhidos em aprendizagem e responsabilidade diárias, onde a instituição está tendo ótimos resultados no tratamento e recuperação dos acolhidos.

Os pilares do projeto consistem em promover ações que revitalizem a horta e integrem todos os moradores do Instituto, vale à pena salientar que o uso racional da agricultura é imprescindível para diversas comunidades e também significa ganhos em diversos aspectos.

**Palavras-chave:** Horta Comunitária, Hortoterapia, Compostagem, Bio-Fertilizante.

## ABSTRACT

This presentation aims to report the realization of an academic study stimulated by the subject Extension Project and Innovation 3 within the theme of human rights for the Multivix faculty, the experience lived at the Shalom Adonai Association - Rehabilitation and Social Integration, located in the municipality of Guarapari/ES . The Shalom Adonai Association is a recovery house for men in a state of drug addiction, being a reference for action in the municipality in question. It is known that the use of illicit drugs is a reality throughout the country, chemical dependence is understood as a disease that involves several biopsychosocial aspects and requires solutions to the conflicts of those involved. The main premise of our work is the revitalization of the institution's community garden, as it is believed that a sustainable garden can contribute to increasing the quality of life of the sheltered, because it is directly linked to adequate nutrition and human health. In addition, the use and conservation of the garden, in the formulation of Bio-fertilizer to obtain nutrients for the soil and to inoculate and efficient microorganisms in the soil and the responsibility of giving the correct destination to the organic residue generated in the institute with the composting system, having therapeutic effects (hortotherapy) and involving the sheltered in learning and daily responsibility, where the institution is having excellent results in the treatment and recovery of the sheltered.

The pillars of the project consist of promoting actions that revitalize the garden and integrate all residents of the Institute, it is worth noting that the rational use of agriculture is essential for several communities and also means gains in several aspects.

**Keywords:** Community garden, Hortotherapy, Composting, Bio-fertilizer.

## INTRODUÇÃO

A Associação Terapêutica de Acolhimento Psicossocial Shalom Adonai tem como finalidade fortalecer de forma planejada e contínua a gestão e estrutura das organizações e negócios sociais na promoção da assistência social, Ação social coletiva que visam potencializar a conscientização sobre os direitos sociais e civis das pessoas em risco social, do acolhimento, prevenção e assistência á dependência química, do empreendedorismo, da economia inclusiva, da defesa e garantia dos direitos humanos, saúde e desenvolvimento humano; da conservação do meio ambiente, do acesso à tecnologia, da arte, da cultura e do esporte, contribuindo para o desenvolvimento integral de todo o cidadão, estimulando sua autonomia na busca pela melhoria da qualidade de

vida. O Projeto de Horta Comunitária é uma forma encontrada para dar uma funcionalidade ao espaço existente dentro da comunidade terapêutica, tendo como base os objetivos de desenvolvimento sustentável e visando melhorar qualidade alimentar, a saúde e nutrição dos acolhidos. Além disso, o uso e conservação da horta podem ter efeitos terapêuticos (hortoterapia) para os integrantes da CT ASA, envolvendo os acolhidos em aprendizagem e responsabilidade diárias. Os pilares do projeto horta consistem em promover ações que revitalizem a horta e integrem todos os acolhidos da CT ASA, vale à pena salientar que o uso racional da agricultura é imprescindível e também significa ganhos em diversos aspectos, logo, mostraremos que a CT ASA pode ser diretamente beneficiada com a adoção de boas práticas e manejo correto da sua horta.

### **VANTAGENS DAS ATIVIDADES AGRÍCOLAS DENTRO DA COMUNIDADE TERAPÊUTICA**

É o estágio onde eles começam a restauração, devido ao contato direto com a terra, no preparo e adubação dos canteiros. As verduras cuidadas por eles são colhidas e consumidas nas refeições diariamente. Nesta fase, eles trabalham também a paciência e o cuidado com o próximo.

### **BENEFÍCIOS DA HORTOTERAPIA NO TRATAMENTO E RECUPERAÇÃO DE DEPENDENTES QUÍMICOS**

#### **Benefícios cognitivos**

- Melhora a concentração;
- Estimula a memória;
- Melhora o cumprimento de metas;
- Aumenta a capacidade de atenção;

#### **Benefícios psicológicos**

- Melhora a qualidade de vida;
- Aumenta a autoestima;
- Melhora a sensação de bem estar;
- Reduz o estresse;
- Melhora o humor;
- Diminui a ansiedade;

- Alivia a depressão;
- Aumenta o autocontrole;
- Melhora o senso de valor pessoal;
- Aumenta a sensação de calma e relaxamento;
- Aumenta a sensação de estabilidade;
- Melhora a satisfação pessoal.

#### **Benefícios sociais**

- Proporciona integração social;
- Aumenta a interação social;

- Proporciona padrões mais saudáveis de funcionamento social;
- Melhora a coesão de grupos e equipes;

#### **Benefícios físicos**

- Melhora a imunidade;
- Diminui o estresse;

- Reduz a frequência cardíaca;
- Promove a atividade física;
- Melhora habilidades motoras finas e grossas;
- Melhora a coordenação olho-mão.

### **PROJETO: PROPOSTAS E EXPECTATIVAS**

- O projeto consiste na implementação de uma horta visando produzir alimentos saudáveis e de alta qualidade, além de atividades que será de extrema importância para o tratamento dos acolhidos.
- Sistema de irrigação por micro aspersor.
- Um sistema de compostagem, onde 90% resíduo orgânico gerado na Associação será compostado e transformado em adubo.
- Um sistema de bio-fertilizante que é um adubo orgânico líquido utilizado para complementar a adubação e a inoculação de microrganismos eficientes no solo. Pode ser produzido dentro da propriedade com materiais fáceis de serem encontrados no comércio e até na comunidade, cuja preparação ocorre em um tempo relativamente curto (60dias).

### **SISTEMA DE IRRIGAÇÃO**

Realizamos um estudo para analisar o melhor método de irrigação a ser implementado na horta, levando em consideração o custo benefício e eficiência em economia de água. Concluímos que o sistema por microaspersores MC 20 Agropolo seria o mais indicado. A microaspersão é um sistema moderno que possui características importantes quando em se tratando de sistemas de irrigação econômico e acessível.

### **COMPOSTAGEM E SUSTENTABILIDADE**

A compostagem é uma opção sustentável e responsável para o destino final do lixo orgânico produzido. A técnica, que ganha cada vez mais adeptos, consiste na transformação de restos orgânicos em adubo. É um processo biológico que acelera a decomposição do material orgânico, tendo como produto final o composto orgânico. De acordo com dados do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea), 60% de todo o lixo que produzimos em casa é orgânico. Todo esse resíduo, quando descartado em aterros e lixões, junto com materiais tóxicos como pilhas e remédios, acabam produzindo efluentes que contaminam solos, lençóis freáticos e atmosfera, agravando a qualidade de vida. Além de ocuparem uma grande quantidade de espaços, os resíduos sem tratamento acabam produzindo gás metano, que é cerca de 25 vezes mais prejudicial para o efeito estufa do que o gás carbônico.

Se todo o resíduo orgânico que é produzido no Brasil fosse tratado com compostagem, seria possível evitar emissões de gás metano, reduzir os espaços ocupados em aterros e lixões e também a poluição dos solos, dos lençóis freáticos e da atmosfera. Hoje a Associação Shalom Adonai está comprometida a dar o destino correto ao lixo orgânico e futuramente realizaremos campanhas para conscientizar toda a vizinhança.

## **BIO-FERTILIZANTE**

O que é bio-fertilizante? O bio-fertilizante é um adubo orgânico líquido que contém microrganismos eficientes (EM) e nutrientes que melhoram a saúde das plantas, deixando mais resistentes ao ataque de pragas e doenças. O líquido é resultado da fermentação de resíduos orgânicos e nutrientes em água.

## **VANTAGENS E BENEFÍCIOS DO USO DO BIO-FERTILIZANTE**

### **Para o planeta:**

Risco ZERO ao meio ambiente;

São condicionadores: auxiliam na recuperação e manutenção dos aspectos biológicos, químicos e físicos do solo, o que ajuda a equilibrar, de forma ideal, os microrganismos fundamentais para o bom funcionamento de todo o ecossistema vivo.

### **Para as plantas:**

Criam uma colônia de microrganismos eficientes nas raízes, fundamentais para potencializar a absorção e transporte de nutrientes; Aumentam a resistência natural contra pragas e doenças; Aumentam o vigor, melhorando a aparência visual de hortaliças, vegetais, flores.

**Para o solo:**

Promovem a formação de agregados no solo e aumentam a resistência contra a compactação, melhorando a estrutura e a porosidade; Aceleram a decomposição natural de matéria orgânica em húmus; Aumentam a viabilidade e disponibilidade de nutrientes no solo; Promovem a correção biológica do solo, criando uma rica colônia de microrganismos eficientes, que ajudam a evitar doenças e pragas, além de potencializar o transporte de nutrientes.

**Receita do bio-fertilizantes**

- Bombona de 60 litros
  - Aproximadamente 45 litros de água sem cloro
  - 1 litro de microrganismos eficientes(EM) capturados em mata virgem
  - 1 litro de leite
  - 1kg de açúcar mascavo
  - 1kg fosfato natural
  - 1kg farinha de osso
  - 1kg de calcário
  - 2kg torta de mamona
  - 3kg esterco de galinha
- obs: Fermentação aeróbica, diluição 1:10*

**CONCLUSÃO**

É muito gratificante ver a evolução dos acolhidos que estão participando das atividades geradas na horta. O fato de entrar em contato com a terra, com a natureza em geral, permite que a pessoa consiga aprimorar, no quesito físico, suas habilidades motoras, cardíacas, respiratórias e também, contribui para elevar sua imunidade. Porém, a prática da não proporciona apenas benefícios nas questões físicas, ela também contribui com o equilíbrio emocional, como por exemplo o desenvolvimento da autoestima, a sensação de bem-estar que o contato direto com a natureza transmite. Além disso, a interação social com outras pessoas, trabalho em equipe, estímulos intelectuais como o desenvolvimento do sistema cognitivo e da memória.





## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Gostaria de agradecer a presidência e toda a diretoria da Associação Shalom Adonai, todos os monitores, assistente social e psicólogos envolvidos no cuidado e tratamento dos acolhidos, em especial agradeço Sr. Jorge Carlos Balter de Araújo e a Igreja COMBC e seus pastores, por acreditar e apoiar nossos estudos e o trabalho realizado no instituto, agradeço também aos acolhidos pela dedicação, empenho e força de vontade, pois os resultados alcançados até presente momento têm sido satisfatórios.