

Projeto de inclusão social para famílias carenciadas –A Horta do Saber

Maria de Lurdes Silva¹, Isabel Mourão², Lia Jorge³, Paula Rodrigues³, José Raul Rodrigues², Luís Miguel Brito²

¹Escola Superior Agrária, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Refóios, 4990-706 Ponte de Lima, Portugal, lurdessilva@hotmail.com

²Centro de Investigação de Montanha (CIMO), Escola Superior Agrária, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Refóios, 4990-706 Ponte de Lima, Portugal, isabelmourao@esa.ipvc.pt

³Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação de Braga, Av. 31 de Janeiro, 317, 4715-052 Braga, Portugal, dbraga.paula.r@cruzvermelha.org.pt

Resumo

No atual contexto de elevado desemprego as hortas sociais em meio urbano podem desempenhar um papel importante, contribuindo para uma melhoria do bem-estar, alimentação e saúde das populações e, ainda, para uma maior sensibilização ambiental e conservação dos recursos naturais, incluindo a biodiversidade.

A Cruz Vermelha Portuguesa-Delegação de Braga, através do seu Centro Comunitário da Vila de Prado, propôs a criação de uma horta comunitária, como forma de contribuir para a integração social de famílias carenciadas, com baixos níveis de qualificação e socialmente estigmatizadas. O objetivo do presente trabalho foi desenvolver o projeto desta horta comunitária, com base nas características e expectativas dos beneficiários, incluindo: (i) um plano técnico agrícola sustentável, segundo o modo de produção biológico; (ii) o funcionamento, recursos necessários, promoção e divulgação; (iii) um plano formativo com vista a induzir capacitação e a promover uma potencial integração profissional; (iv) um plano de atividades dirigido à comunidade como forma de integração do projeto; e (v) a avaliação da influência do projeto nos beneficiários. A metodologia incluiu o acompanhamento do processo de candidatura das famílias; a análise do potencial agronómico do local e das interligações da comunidade; a avaliação de outros projetos similares e entrevistas.

O projeto foi denominado "Horta do Saber " e incluiu 16 talhões familiares (200 m²/talhão) e um curso de formação profissional em agricultura biológica (200 h). Ao trabalhar as competências e autoestima das famílias, ao facultar formação, criar deveres de cumprimento de horários, promover a sensibilização ambiental e o trabalho em equipa, o projeto apresentou-se como um estímulo para o renascer de uma nova atitude e uma oportunidade de inserção social das famílias beneficiárias. O projeto revelou-se ainda um importante contributo para uma melhor qualidade de vida da comunidade e do meio ambiente no espaço envolvente.

Palavras-chave: horta comunitária, produção biológica, formação, benefícios sociais e ambientais.

Abstract

Social inclusion project to support low income families – The Garden of Knowledge.

In the present context of high unemployment, social gardens in urban areas can play an important role, contributing to an improvement in the well-being, food and health of the population and also to greater environmental awareness and conservation of natural resources, including biodiversity.

The Portuguese Red Cross-Delegation of Braga, through its Community Centre of Vila de Prado, proposed the establishment of a community garden, as a way to contribute to the social integration of low income families with low levels of qualification and socially stigmatized. The objective of the present work was to develop the project of this community garden, based on the characteristics and expectations of the beneficiaries, including: (i) a sustainable technical plan according to the organic production system; (ii) functioning, needed resources, promotion and dissemination; (iii) a training plan to promote skills and potential professional integration; (iv) a community-based activity plan as a way of integrating the project; and (v) the evaluation of the influence of the project on the beneficiaries. The methodology included the monitoring of the application process of the families; analysis of the local agronomic potential and community interconnections; the evaluation of other similar projects and interviews.

The project was named “Garden of Knowledge” (Horta do Saber) and included 16 family plots (200 m²/plot) and a professional training course in organic farming (200 h). By working on the skills and self-esteem of families, by providing training, creating scheduling duties, promoting environmental awareness and teamwork, the project presented itself as a stimulus for the rebirth of a new attitude and an opportunity for inclusion of the beneficiary families. The project has also proved to be an important contribution to a better quality of life for the community and increased local environmental quality.

Keywords: community garden, organic production, training, social and environmental benefits.

Introdução

As hortas urbanas podem ter um papel importante para o bem-estar dos cidadãos, a melhoria da alimentação e da saúde das populações, a sensibilização ambiental, e para a conservação dos recursos naturais e da biodiversidade (FAO, 2012; Wiskerke, 2012). Podem ter fins pedagógicos, culturais e, simultaneamente, fins sociais, facilitando trabalho e rendimento para grupos sociais mais desfavorecidos, diminuindo a pobreza e fomentando o empreendimento, nomeadamente junto de idosos, pessoas desempregadas ou sem-abrigo (Milligan et al., 2004; Mourão, 2013). No conceito amplo de Agricultura Social estão também incluídas outras estratégias como, por exemplo, empresas privadas em que a agricultura social é uma forma de diversificar as fontes de rendimento, fornecendo um serviço social para a comunidade e continuando sujeita às leis do mercado (Di Iacovo e O'Connor, 2009).

Para além dos benefícios considerados, as práticas que se desenrolam em contacto com a natureza, nomeadamente no âmbito da horticultura social e terapêutica, têm efeitos benéficos para a saúde e para o bem-estar de quem as pratica (Sempik et al., 2003; Twiss et al., 2003; Catanzaro e Ekanem, 2004; Waliczek et al., 2005; Hawkins et al., 2011; Davies et al., 2014). Os benefícios são amplos e incluem a aprendizagem e valorização pessoal (Kingsley et al., 2009), a autoestima (Sempik et al., 2003), a interação e integração social (Wakefield et al., 2007; Kingsley et al., 2009; Draper e Freedman, 2010) e, ainda, um aumento da consciência ambiental e social. O prazer do cultivo dos próprios alimentos e a segurança alimentar, têm sido também referidos na literatura como benefícios percebidos por quem cultiva uma horta (Catanzaro e Ekanem, 2004).

A prática da agricultura biológica em hortas urbanas permite preservar os solos, minimizar a contaminação ambiental, aumentar a fauna auxiliar e promover a biodiversidade, e representa um modo de produção de alimentos adequado, promovendo uma alimentação saudável, diversificada e com menores riscos para a saúde das pessoas,

como é amplamente reconhecido, sendo um bom exemplo a rede de hortas urbanas biológicas de Barcelona (EUGO, 2012).

Em Vila Verde, Portugal, na margem do rio Cávado, existiam cerca de 2 ha de terra abandonada há várias décadas. Era um espaço público ermo, com vegetação arbórea arbustiva, não seguro e alvo de depósito de lixo doméstico. No entanto, este espaço apresentava um imenso potencial de utilidade pública como espaço de lazer. Em 2013, destinou-se aproximadamente 1 ha deste terreno a uma horta comunitária. Esta horta, promovida pela Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação de Braga (CVP-Braga), no seu Centro Comunitário da Vila de Prado (CCVP), surgiu como forma de resgatar famílias do concelho, da situação de carência económica e de exclusão social, principalmente devido ao elevado índice de desemprego de longa duração e baixa qualificação profissional e escolar.

O objetivo do presente trabalho foi desenvolver o projeto desta horta comunitária, com base nas características e expectativas dos utentes, incluindo: (i) um plano técnico agrícola sustentável, segundo o modo de produção biológico (MPB); (ii) os planos de funcionamento, dos recursos necessários e de promoção e divulgação; (iii) um plano formativo com vista a induzir capacitação e a promover uma potencial integração profissional; (iv) um plano de atividades dirigido à comunidade como forma de integração do projeto; e (v) a avaliação da influência do projeto nos beneficiários.

Metodologia

O presente projeto foi financiado através de uma candidatura da CVP-Braga, designada por “Horta Comunitária - Gotas II”, ao Programa EDP Solidária. O projeto foi acompanhado por um grupo de trabalho multidisciplinar constituído por elementos da Equipa de Atendimento e Acompanhamento Social do Centro Comunitário da Vila de Prado, CVP-Braga, nomeadamente, Assistente Social, Educadora Social e Psicóloga e, ainda, por uma Engenheira Agrícola. Estudaram-se as características e perspetivas dos utentes, através do acompanhamento do processo de candidatura à horta comunitária, incluindo a caracterização sociodemográfica das famílias.

Avaliou-se o espaço físico da horta, as características do solo e as interações com o meio envolvente. Contactaram-se instituições públicas e privadas e os vizinhos, solicitando-lhes colaboração. Organizaram-se visitas de estudo a hortas sociais e realizou-se uma revisão de bibliografia da especialidade. Delimitou-se por GPS a área da implantação do projeto, realizou-se um levantamento topográfico do local e acompanharam-se os trabalhos de movimentação do solo, com os meios disponibilizados pelo promotor do projeto. Analisaram-se determinadas características químicas do solo (Lab. da Escola Superior Agrária/IPVC), que se encontram no quadro 1.

Foi elaborado e implementado um plano de formação abrangente, capaz de fornecer competências aos beneficiários.

A produção biológica foi a opção que se afigurou mais adequada para este projeto, uma vez que utiliza os recursos naturais de uma forma mais sustentável, permitindo ainda fornecer alimentos de qualidade às famílias beneficiárias e aumentar a consciência ambiental.

Para a avaliação do impacto do projeto nos utentes foram entrevistadas três técnicas do CCVP envolvidas no projeto, nomeadamente, a assistente social que efetuou a triagem das famílias beneficiárias, segundo as suas características sócio económicas e potencialidades/motivação para a prática da agricultura; a educadora social que colaborou também na triagem das famílias beneficiárias, atendeu as famílias selecionadas para o preenchimento da ficha de candidatura e acompanhou o curso de formação de Agricultura Biológica; e a psicóloga que foi formadora do módulo de Relacionamento Interpessoal

(25 h) do curso de formação e que participou em determinadas atividades desenvolvidas. As entrevistas foram realizadas com base em duas perguntas abertas e sem restrições de tempo, designadamente, “como observou a participação/motivação dos beneficiários nas atividades desenvolvidas no âmbito da Horta do Saber” e “quais foram os benefícios para as famílias que considera mais relevantes, em consequência das atividades inerentes ao projeto da Horta do Saber”.

Resultados e discussão

Caracterização sociodemográfica das famílias beneficiárias

A caracterização sociodemográfica das famílias beneficiárias dos 16 talhões agrícolas da horta comunitária, do Centro Comunitário da Vila de Prado, encontra-se no quadro 2. Os beneficiários têm, em média, 38 anos de idade, são maioritariamente desempregados sem proteção social e com uma escolaridade básica. A redução de trabalho, a falta de formação e o trabalho precário são as principais causas das suas atuais situações.

Implementação do projeto

Os projetos sociais, no âmbito da criação de hortas sociais comunitárias, não devem ser encarados, exclusivamente, como um espaço de cultivo da terra para obtenção de benefícios alimentares e económicos. Considera-se imprescindível uma abordagem holística com a participação de uma equipa de trabalho multidisciplinar, nas áreas da assistência e educação social, psicologia e agronomia, como se verificou no presente projeto, tal como tem sido revelado em outros projetos (Sempik e Aldridge, 2006; Thrive, 2009).

O projeto da horta comunitária foi denominado “Horta do Saber”, designação que associa a vertente fundamental de formação e capacitação das famílias e de aprendizagem ao longo da vida.

Produziram-se documentos como a ficha de candidatura, o contrato de participação e o regulamento de funcionamento da horta comunitária. Elaborou-se o plano da horta conduzida no MPB (fig. 1), incluindo a organização dos seguintes espaços: 16 talhões agrícolas para as famílias beneficiárias (200 m²/talhão), outros talhões comunitários, estufa, pomar, unidade de compostagem, armazéns, zona pedagógica, parque de merendas e instalações sanitárias. O plano técnico de produção hortícola biológica constou da elaboração de um plano de correção do solo, da instalação de um sistema de compostagem e de uma rede de rega, da criação de um modelo de talhão familiar com uma rotação de culturas e da criação do caderno de campo.

O plano de formação incluiu um curso de formação em agricultura biológica, de 200 h, obrigatório para os beneficiários que integraram o projeto e que foi estruturado nas componentes de relações interpessoais, de solo, clima e culturas e de agricultura biológica. Numa segunda fase, realizaram-se ações formativas teórico-práticas ao longo do ano, que incluíram os temas de higiene e segurança no trabalho agrícola, plantas aromáticas e medicinais e suas utilizações, culturas hortícolas, gestão e resolução de conflitos, fortalecimento da autoestima, motivação e competitividade e, gastronomia com os produtos da horta (fig. 2). Foram também realizadas visitas de estudo a empresas de produção biológica da região, nomeadamente à Horta solidária do Centro de Alojamento Temporário da CVP-Braga, às Hortas urbanas biológicas do Parque da Devesa, V. N. de Famalicão, à Quinta da Costa, V. N. de Famalicão e ao PROVE - Núcleo de Braga.

A Horta do Saber é um parque aberto à comunidade e, para a sua promoção e divulgação, o projeto foi apresentado no canal televisivo RTP 2 (Biosfera, 2015), elaborou-se uma brochura explicativa e organizou-se um plano de atividades como estratégia de promoção da inclusão social, direcionados às famílias beneficiárias, à comunidade escolar,

a pessoas com necessidades especiais e à comunidade em geral. No plano de atividades congregou-se assim, um conjunto diversificado de atividades adaptável aos diferentes públicos da comunidade, e que incluiu a oferta de *workshops*, ações de formação e atividades nas festas de calendário, direcionadas ao conhecimento do modo de produção biológico, à educação ambiental, aos critérios de uma alimentação e vida saudáveis, à promoção das relações interpessoais e à valorização da criatividade e originalidade. Deste modo, potenciou-se de uma forma eficiente o espaço da Horta do Saber, numa dinâmica com a comunidade ao longo do ano.

A estratégia da conceção da Horta do Saber procurou ser inteligente na sua estrutura, organização e dimensão dos espaços, permitindo a produção de alimentos para as famílias e a obtenção de excedentes como complemento ao rendimento familiar. Por outro lado, a adoção do MPB, assegurou uma maior preservação dos recursos naturais e uma melhoria da qualidade da alimentação, pela variedade e isenção de produtos químicos de síntese.

O espaço inicial abandonado passou a usufruir de segurança, dinâmica e beleza que o projeto em si foi capaz de induzir. Assiduamente a comunidade passou a utilizar os espaços envolventes para passeios e atividades de ar livre, em grupos familiares ou de amigos.

Avaliação da influência do projeto nos beneficiários

As entrevistas realizadas às técnicas, com sensibilidade e experiência de contacto com as famílias incluídas no Projeto da Horta do Saber, indicaram que o impacto do projeto se traduziu numa grande motivação, empenho e vontade de participar, com efeitos numa melhoria das suas relações sociais com a comunidade. As famílias foram-se deixando conquistar pelo projeto, e empenharam-se na aquisição de competências, o que foi revelado em momentos importantes como as apresentações dos trabalhos de grupo, no final do curso de formação que frequentaram. As famílias apresentaram desde o início do Projeto um forte desejo de trabalhar a terra. Isso foi-se revelando com o aumento do cumprimento de horários, criação de rotinas, desenvolvimento de hábitos de trabalho, apresentação de sugestões, desenvolvimento de espírito de equipa e interajuda nas atividades e nas dificuldades. O empenhamento e a responsabilidade no cumprimento das obrigações individuais foram-se solidificando com o avançar do projeto, sentindo a Horta do Saber como “o nosso Projeto”. Estas famílias passaram a sentir-se parte integrante de uma sociedade que os inclui e, na qual, tinham deixado de acreditar. Os agregados beneficiaram de alguma compensação económica, o que gera satisfação e bem-estar. A participação no projeto tornou os beneficiários mais motivados, com uma autoestima mais elevada, por se sentirem membros fundamentais na construção e continuidade do Projeto da Horta do Saber.

De acordo com as entrevistas, as famílias aumentaram também a sua capacidade e resistência física e, em alguns casos, melhoraram o seu estado de saúde, o que tem sido confirmado em diversos estudos que referem benefícios de melhoria da saúde física e aumento do bem-estar, em pessoas com atividades similares (Elings, 2006; Wakefield et al., 2007; Maller et. al, 2008; Hawkins et al., 2011; Mandela, 2012; Davies et al., 2014).

Conclusões

O projeto, ao trabalhar as competências e autoestima das famílias, ao facultar formação, criar deveres de cumprimento de horários, promover a sensibilização ambiental e o trabalho em equipa, apresentou-se como um estímulo para o renascer de uma população que se encontrava marginalizada e uma oportunidade para a sua inserção social. Revelou-se um projeto inovador a nível do sistema alimentar local, pela oferta diversificada de produtos hortícolas biológicos de qualidade, contribuindo para uma

melhor qualidade de vida da comunidade, para além de proporcionar um melhor ambiente. Um local abandonado com um grande potencial paisagístico, tornou-se numa horta comunitária inteligente, multifuncional e inclusiva, com uma proposta sustentável.

Referências

- Biosfera. 2015. Trabalhar a Terra Ajuda à Integração na Sociedade?, RTP 2, Biosfera 462, 3 Janeiro 2015. <http://www.faroldeideias.com/tv.php?programa=Biosfera&id=1505>.
- Catanzaro C e Ekanem E. 2004. Home Gardeners Value Stress Reduction and Interaction with Nature. *Acta Horticulture (ISHS)*, 639, 269-275.
- Davies G, Devereaux M, Lennartsson M, Schmutz U e Williams S. 2014. The benefits of gardening and food growing for health and wellbeing. *Garden Organic and Sustain*. Published by Development House, London, 46 p.
- Di Iacovo F e O'Connor D. 2009. Conclusions. In: F Di Iacovo e D O'Connor (eds.). *Supporting Policies for Social Farming in Europe – Progressing Multifunctionality in Responsive Rural Areas*, Agenzia Regionale per il Sviluppo e L'Innovazione nel settore Agricolo-forestale (Arsia), Itália, 203-215.
- Draper C e Freedman D. 2010. Review and Analysis of the Benefits, Purposes, and Motivations Associated with Community Gardening in the United States. *Journal of Community Practice*, 18:4, 458-492.
- Elings M. 2006. People-plant interaction. The physiological, psychological and sociological effects of plants on people. In: J. Hassink; M. van Dijk (eds), *Farming for health*, Springer, 43-55.
- EUGO. 2012. State of the art of urban gardens in Europe. *European Urban Garden Otesha*, Grundtvig Multilateral Project, 60 p.
- FAO. 2012. Criar Cidades Mais Verdes. Programa de Horticultura Urbana e Periurbana. <http://www.fao.org/>.
- Hawkins J, Thirlaway K, Backx e Clayton D. 2011. Allotment gardening and other leisure activities for stress reduction and healthy aging. *HortTechnology*, 21, 557-585.
- Kingsley JY, Townsend M e Henderson-Wilson C. 2009. Cultivating health and wellbeing: members' perceptions of the health benefits of a Port Melbourne community garden. *Leisure Stud*, 28, 207-219.
- Maller C, Townsend M, St Leger L, Henderson-Wilson C, Pryor A, Prosser L e Moore M. 2008. *Healthy Parks, Healthy People: The Health Benefits of Contact with Nature in a Park Context*, Australia, 2nd ed.
- Mandela N. 2012. Um Longo Caminho Para a Liberdade. *Editorial Planeta*, p. 459.
- Milligan C, Gatrell A e Bingley A. 2004. Cultivating Health: Therapeutic Landscapes and Older People in Northern England. *Social Science & Medicine*, 58, 1781-1793.
- Mourão I. 2013. Horticultura Social e Terapêutica – Contexto. In: IM Mourão e LM Brito, *Horticultura Social e Terapêutica - Hortas Urbanas e Atividades com Plantas no MP Biológico*, Publindústria/Engbook, 1-17.
- Sempik J e Aldridge J 2006. Care Farms and Care Gardens - Horticulture as Therapy in the UK. In: J. Hassink e M. van Dijk (eds.), *Farming for Health*, Springer, 147-161.
- Sempik J, Aldridge J e Becker S. 2003. *Social and Therapeutic Horticulture: Evidence and messages from research*. Reading and Loughborough: Thrive and Centre for Child and Family Research, UK.
- Thrive. 2009. *Using Gardening to Change Lives - A Guide to Who we are, What we do, How we do it*. Thrive, Reading, UK. <http://www.thrive.org.uk/about-thrive.aspx>.
- Twiss J, Dickinson J, Duma S, Kleinman T, Paulsen H e Silveria L. 2003. Community Gardens: Lessons Learned From California Healthy Cities and Communities. *American Journal of Public Health*, 93, 1435-1438.

- Wakefield S, Yewdall F, Taron C, Reynolds J e Skinner A. 2007. Growing Urban Health: Community Gardening in South-East Toronto. Health Promotion International, 22, 92-101.
- Waliczek TM, Zajicek JM e Lineberger RD. 2005. The influence of gardening activities on consumer perceptions of life satisfaction. HortScience, 40, 1360-1365.
- Wiskerke H. 2012. Agriculture in an Urbanizing Society - Trends and Challenges. Int. Conf. on Multifunctional Agriculture and Urban-Rural Relations.
<https://www.box.com/s/7251b7d8b15482818700>



Figura 1 - Plano da Horta do Saber onde se encontram, entre outros, os 16 talhões agrícolas para as famílias beneficiárias (200 m²/talhão).



Figura 2 - Beneficiários da Horta do Saber em dias de formação e atividades de campo.

Quadro 1 - Características do solo do local de implementação da Horta do Saber, do Centro Comunitário da Vila de Prado, CVP-Braga.

pH	MO	P ₂ O ₅ *	K ₂ O *	Ca	Mg
H ₂ O	(g kg ⁻¹)	(mg kg ⁻¹)			
4,7	5,9	75	260	521	181

*Extraídos pelo método de Egner-Riehm.

Quadro 2 - Caracterização sociodemográfica das famílias beneficiárias dos 16 talhões agrícolas do Projeto Horta do Saber, do Centro Comunitário da Vila de Prado, CVP-Braga, em Setembro de 2013. D1: desempregado há menos de 1 ano; D2: desempregado há mais de 1 ano; BSD: beneficiário do subsídio de desemprego; RSI: rendimento social de inserção.

N.º da família	Género (F/M)	Idade (Anos)	Escolaridade	Situação profissional	Última profissão	Causa da atual situação
1	F	33	6.º Ano	RSI	Confeção	Falência fábrica
2	F	50	4.º Ano	D2	Tecedeira	Redução de trabalho
	M	53	Analfabeto	D2	Servente constr civil	Redução de trabalho
3	F	37	6.º Ano	D2	Tecedeira	Redução de trabalho
4	F	25	6.º Ano	D2	-	Falta de formação
	M	22	6.º Ano	D2	-	Falta de formação
5	F	37	4.º Ano	RSI	-	Falta de formação
	M	38	4.º Ano	D2	Sucateiro	Trabalho precário
6	M	34	Analfabeto	RSI	Servente	Redução de trabalho
	F	35	4.º Ano	D2	Doméstica	Falta de experiência de trabalho
7	M	49	4.º Ano	D1	Servente	Redução de trabalho
	F	41	9.º Ano	D2	Doméstica	Falta de experiência de trabalho
8	F	24	7.º Ano	D2	Doméstica	Falta de experiência de trabalho
9	M	46	6.º Ano	D1	Servente	Falta de trabalho
10	M	41	4.º Ano	D2	Servente	Redução de trabalho
11	M	33	4.º Ano	RSI	Feirante	Trabalho precário
	F	33	Analfabeta	D2	-	Falta de formação
12	M	29	4.º Ano	RSI	Cantoneiro	Trabalho temporário
	F	26	4.º Ano	RSI	-	Falta de formação
13	F	48	9.º Ano	RSI	Jornaleira	Trabalho sazonal
14	M	30	4.º Ano	D2	Servente	Trabalho precário
	F	27	4.º Ano	D2	Empregada de limpeza	Trabalho precário
15	F	42	6.º Ano	D1	Empregada de limpeza	Trabalho precário
16	F	52	9.º Ano	D2	Jornaleira	Trabalho sazonal