

Ervas Medicinai s

Saber e Prática no Fazer Feminino



EXPEDIENTE

Esta é uma publicação da Sociedade de Apoio Sócio Ambientalista e Cultural (SASAC), em parceria com o Grupo de Trabalho de Gênero, Colegiado Territorial da Cidadania do Território do Alto Sertão Sergipano e Agricultoras que lidam com ervas medicinais no referido território.

ENDEREÇO SASAC:

Rua Cônego Andrade, 167 CEP 49 480 - 000, Centro Simão Dias /Sergipe
FONE FAX (79) 3611 10 73
E.mail: sasac.ong@hotmail.com

NÓS NAS REDES:

Blog: <http://ongsasac.blogspot.com.br/>
Facebook: <https://www.facebook.com/SASAC-237937116416607/>
Youtube: <https://www.youtube.com/c/SasacSasac>

AGRICULTORAS QUE PARTICIPARAM DA ELABORAÇÃO DESSA CARTILHA:

Dalva Ferreira, Luciene Ferreira e Eliene Ferreira (Bom Jardim - Poço Redondo/ Se), **Maria do Socorro Batista** (Cururu - Poço Redondo/Se) **Josefa Ferreira dos Santos**(Poço Preto - Poço Redondo /Se). **Maria José Militão, Josefa Zafira, Creuza Pereira**, (Patos - Redondo/Se), **Dona Zefa da Guia** (Serra da Guia - Poço Redondo/ Se,) **Dona Arlinda** (Assentamento Nova Canadá - Canindé de São Francisco/Se), **Aparecida Silva** (Lagoa da Volta - Porto da Folha/SE), **Maria Genalva M. Santana**, Dona Dil (Assent. Emília Maria II - Nossa Senhora da Glória/Se), **Josefina Vieira** (Assentamento Jaramataia -Gararu/ Se)

COLABORAÇÃO:

Euziane Rafael (Núcleo de Extensão em Desenvolvimento Territorial: Agroecologia, Gênero e Participação Política no Campo Sergipano- NEDET;

ILUSTRAÇÃO:

Edineia Carvalho (79) 9 9978 94 92 e **Eliene Ferreira** (79) 9 991 32911

TEXTOS, EDIÇÃO, PROJETO GRÁFICO, DIAGRAMAÇÃO e FOTOS: Daniela Bento (Rede de Comunicadores (as) Populares de Sergipe), (79) 9 9991 41 48

REVISÃO ORTOGRÁFICA: Antônia Iva Ferreira Melo (Pedagoga)



Realização



ÍNDICE

Bem vindas, a casa é nossa!.....	01
1 Nossa trilha	02
1.1 Conhecimento de Resistência no broto da rebeldia das Mulheres	02
2 As Receitas nossas de cada dia	11
3 HISTÓRIAS DE MULHERES	27
3.1 Discípulas da Boa Nova Revolucionária	28
3.2 Dona Arlinda: Fé, cantos e oração para além da religião.....	31
3.3 Aparecida Silva, a Cida da Lagoa da Volta, uma vida toda dedicada ao aprendizado	33
3.4 Dona Josefa e a Serra que guia	40
3.5 Dona Josefina a guardiã das ervas medicinais	44



Durante muito tempo andamos perdidas umas das outras. O meu nome nada significa para vós. A minha memória é pó. Nada disto é culpa vossa, nem minha. A cadeia entre mães e filhas quebrou-se e a palavra passou à guarda dos homens, que não tinham condição de saber.

Anita Diamant

Dedicação

Dedicamos essa cartilha, a todas as mulheres que ousam romper o silêncio e a invisibilidade do seu saber, fazer...

A todas que ainda não se perceberam como sujeitas de suas histórias, mas que as tem e as constroem em seu cotidiano.

A todas aquelas que já tombaram vítimas do feminicídio, que violenta uma de nós a cada 11 minutos.

E por fim, a toda luta feminista em construção e resistência no Alto Sertão Sergipano.

Bem vindas, a casa é nossa!

Entender as linhas dessa cartilha exige um olhar sensível as histórias de mulheres. Não é apenas mais uma história de Ervas, são as ervas dessas mulheres. Cada receita, não é apenas um juntar de folhas e água morna numa xícara ou com um punhado de açúcar na feitura de um lambedor.

As receitas são, antes de tudo, o seu saber, sua medicina, muitas vezes a única em muitos momentos de suas vidas.

É, portanto, a resistência do saber popular herdado de suas predecessoras: mães, avós, madrinhas...

Ao contar suas histórias vão revelando tantas outras que ficaram pelo caminho e que ora ganham corpo nessas receitas e memórias.

Também é um revisitar na alma de mulher, no jeito de sentir e viver as lutas constantes desse gênero, tão cheio de desigualdade social.

É descobrir que as bruxas da inquisição já guardavam nosso saber de manejar as ervas e que o peso do olhar inquisidor ainda pesa sobre nossa prática atual.

Nos lançando esse olhar redescobrimos que nosso fazer, ainda que no silêncio e isolamento de nossos quintais e cozinhas, guardam as trilhas e veredas da nossa história, que unidas formam uma colcha, painel e vitrine de todas as mulheres que somos, fomos e seremos.



Conhecimento de Resistência no Broto da rebeldia das Mulheres

“Sem dúvida, alma nossa esperança os sinais de resistência que brotam da nossa gente nos momentos decisivos da história, a capacidade de interpretar o mundo e de desejar a sua profunda transformação. Sem dúvida, alma nossa esperança, a certeza de que o povo tem memória da história e não se desvinculou dos conhecimentos vividos entre gerações. Sem dúvida alma nossa esperança, a certeza da luta das mulheres contra as opressões, por sua emancipação na difícil relação entre o cotidiano e os belos ideais de vida, seja no campo ou na cidade”.

Quando olhamos para os tantos conhecimentos e experiências que possuem as mulheres camponesas, em torno da das sementes crioulas, da produção de alimentos, dos remédios a partir da ciência das ervas, na organização da família e das questões comunitárias que lhe envolve na luta econômica e política, compreendemos o quanto é largo seus processos históricos de resistência e os desafios da sua emancipação.

Quando olhamos para a riqueza desse trabalho sistematizado, recordamos que seu embrião nasceu em outro momento de conjuntura do nosso país, quando a classe trabalhadora buscava avançar nas conquistas e na pauta de um projeto de soberania. E agora o resultado do trabalho construído a muitas mãos, com muita intencionalidade e mística é compartilhado com a sociedade num cenário de golpe, onde a classe trabalhadora faz a luta para evitar desmontes na constituição, na democracia, nos direitos, contra os gigantes retrocessos que pauta o ilegítimo governo. Esse cenário coloca em jogo conquistas, gera impactos temerosos e amplia os desafios na luta das mulheres.

É necessário ressaltar que trabalhos dessa natureza, que alimentam, sobretudo, o protagonismo das mulheres, não cabem nas ideias e no projeto de um governo que não mede esforço para bloquear qualquer possibilidade de avanço da classe trabalhadora, que alimenta o machismo, o preconceito, a exploração das trabalhadoras e da natureza, que promove reformas antipopulares, que serve ao projeto imperialista. Portanto, registramos nosso sentimento de alegria pelos passos dados nessa construção, ao mesmo tempo em que negamos os dedos desse ilegítimo governo nesse processo de tanto sentido político para as mulheres camponesas.

E segue a longa marcha da resistência camponesa! E seguem as mulheres, sem o medo do risco, sem silenciar! *Rafaela Alevés (MPA)*

Nossa Trilha

Nosso ponto de partida pode-se dizer que surgiu dentro do Coletivo de Gênero do Movimento dos Pequenos (as) Agricultores (as) - MPA. Onde foi sentido que há no fazer das camponesas saberes e práticas que deveriam ser melhor contadas.

O debate ganha força nas rodas dos encontros do Colegiado do Território da Cidadania, onde foi discutido a ideia e sendo acolhida portanto como uma ação territorial.

Sendo uma ação territorial, passou a ser uma pauta do Grupo de Trabalho de Gênero (GT) do referido colegiado.

Foi dentro do coletivo, como o apoio da Assessoria de Gênero do Núcleo de Extensão em Desenvolvimento Territorial: Agroecologia, Gênero e Participação Política no Campo Sergipano- NEDET; que a atividade ganhou corpo e concretude.

Dentro desse espaço foi debatido as participações, mobilizações, parcerias, metodologia ...

As trilhas foram definidas com a participação do Movimento Sem Terra (MST), EMDAGRO, MPA, NEDET, SASAC, Sindicato dos Trabalhadores (as) Rurais de Monte Alegre, Secretaria de Ação Social de Monte Alegre e Federação dos Trabalhadores (as) de Sergipe - FETASE

O processo inicial buscou reconhecer o trabalho de 30 mulheres em todo o território. Ficando as vagas distribuídas entre as instituições integrantes do GT Territorial de Gênero. Por possuírem uma base mais ampla o GT deliberou 10 vagas para o MST, 10 para o MPA e 10 seriam distribuídas entre as outras instituições.

Para uma melhor compreensão a nossa trilha esta dividida em Quatro partes:

- 1. Apresentação dos quintais: Como se deu a construção;*
- 2. As receitas nossa de cada dia;*
- 3. As rezas populares;*
- 4. Elas nos representam: Histórias de Mulheres.*

Dona Dil



Cada encontro aqui será chamado de quintal. Ao todo percorreremos seis quintais. O quintal não é necessariamente o espaço físico, é mais uma simbologia para representar o nosso fazer e a nossa troca, e essa se dá muito no espaço dos quintais. Tanto pela produção das ervas, mas, sobretudo por ser o espaço de pleno domínio e encontro das mulheres e do nosso fazer diário.

"não se nasce mulher, torna-se mulher"

Simone de Beauvoir

Primeiro Quintal: Ervas Medicinais: De onde vem nossa Prática? Para iniciar nossa trilha foi solicitado que cada uma fizesse um esforço para descobrir quem são elas e que elementos elas consideram que compõem o ser mulher. A pergunta norteadora foi: Quem sou eu? Em roda fomos traçando um roteiro sobre o que pensamos de nós, e como muitas vezes esse pensar sobre nós pode ser nossas piores amarras para liberdade. O resgate foi feito em grupo, onde cada grupo deveria compor um painel com aquilo que elas acreditam ser o eu mulher.

Continuando nossa trilha fomos perceber como esse saber entra na vida, para tanto foi realizado um trabalho em grupo com as seguintes questões a ser respondida: Qual a importância do saber que temos? Por que ele não é mais explorado ou valorizado?

Para se pensar o eu e a prática se fez necessário percorrer o caminho da história onde em algum lugar nos deparamos com as bruxas, feiticeiras que nos precederam.

Ao nos deparar com elas pudemos perceber como a ideia negativa que se espalhou e cruzou a linha do tempo e do imaginário popular, tem sido perverso para com a nossa prática.

É preciso, portanto, assumir a nossa prática enquanto afirmação do saber popular, mas também da identidade feminista, de luta e de resistência.

Em todos os quintais dois objetivos nortearam nossa trilha: o auto reconhecimento das participantes como mulher e com a prática realizada, ou seja, o manejo com ervas medicinais.

Nós somos as Bruxas



Dil



Luciene



Dona Creuza



Dona Dalva



Josefina



Arlinda



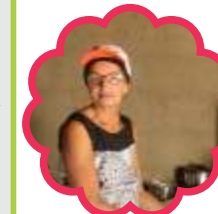
Josefa



Zefa da Guia



Cida



Dona Socorro

A turma



Se pedirmos para que uma criança desenhe uma bruxa, sem dúvida ela irá nos mostrar a imagem de uma velha corcunda, uma vassoura e um caldeirão, e com certeza irá afirmar que a bruxa é má e que mata gente envenenada e por aí vai.

A grande questão é que essa ideia também esta presente no imaginário de muitas pessoas adultas.

O que talvez muitos não saibam é que essa imagem é a mesma criada, principalmente, pelas igrejas católicas e protestantes ainda no fim da Idade Média. E poucas ousaram perguntar o porquê e compreender quem de fato foram e são as bruxas.

E para compreendermos é preciso sim fazer esse paralelo entre as bruxas da Idade Média e as bruxas da era moderna.

As bruxas da Idade Média foram mulheres a frente de seu tempo, mulheres dotadas de saberes e rebeldias, aquelas que fugiram ou se negaram apenas a seguir as determinações de como deveriam se comportar. Entenda-se: casar, ser submissa, não interferir na vida social e política da época e sobretudo expressar ou dominar qualquer tipo de saber, entre estes o manejo com ervas.

Mas como assim?

As bruxas na Idade Média foram, em sua grande maioria, às parteiras e curandeiras, que durante muito tempo

foram reconhecidas como a única possibilidade de tratamentos e nascimentos em muitos povoados, e portanto gozavam de certo reconhecimento social. Mas, com a ascensão da medicina, ofício exclusivamente masculino, a ira e perseguição a esse saber e essas mulheres foi a saída encontrada para manter a ordem e soberania do patriarcado.

Mas, na verdade, as bruxas eram e são apenas mulheres que ousaram e ousam reunir-se, organizar-se, trocar saberes sobre ervas, chás, cicatrizantes, anti-hemorragicos... São as mesmas parteiras, médicas e enfermeiras sem títulos acadêmicos.

Se hoje já não arde em nossa pele as brasas do "fogo santo", arde a mesma labareda machista, que continua não aceitando que nós mulheres temos saberes e inteligências diversas e portanto, queremos mais que: votar, casar, parir e ser do lar.

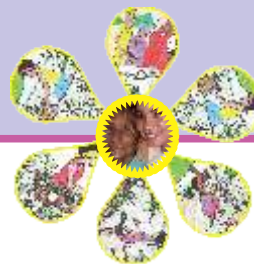
Precisamos cada dia mais resgatar nosso elo de mulheres, irmãs e parceiras para podermos honrar as bruxas que nos antecederam e aquelas que nos sucederão.



Edinéia

O Primeiro quintal foi marcado por muita emoção. Aqui nesse espaço fomos acolhidas e nos acolhemos. Nosso desafio foi descobrir no quintal de nossas existências, a nossa identidade de Mulher.

De modo leve e bem descontraído fomos conversando, cantando e descobrindo a mulher forte, guerreira... Mas também onde guardamos nossas dores e desafios a ser superado em nosso cotidiano. E a nossa colheita veio em forma de poesias.



Eu sou...

Sou Mulher, sou mãe
Sou porta do segredo da vida

Sou guerreira a cada instante,
Por direitos e deveres, sou líder
Na sociedade quero espaço
Não sou causa perdida
Educo filhos, filhas e trabalho
Quero viver sem embaraço
Levar paz no meu abraço.

(Dil, Dalva, Paula, Rosa e Luciene)

Nós somos de luta
Mulheres guerreiras
Que jamais "abaixa" a cabeça.
Jamais!

Porque quem "abaixa"
Não levanta jamais.
Ergue a cabeça mulher brasileira.
Somos ervas maravilhosas
Ervas da costa
O mal não encosta.

Aroeira bom pra coceira
Cidreira que não deixa
Cair na ladeira

Capim santo
Que o mal espanta



Mulheres Sertanejas Arretadas

Somos mulheres guerreiras que sabemos «se valorizar». Não somos domesticadas e não vamos nos deixar nunca.

Trabalhadoras que sabemos lutar e cobrar os nossos direitos sociais e igualdade.

Lutamos contra a violência sofrida por mulheres trabalhadoras do campo e das florestas.

Temos um objetivo: fortalecer e mobilizar as mulheres e os jovens para a luta da classe trabalhadora para criar autonomia.

(Aparecida, Zefa da Guia, Elisângela, Cleosvalda).

Textos construídos durante o Primeiro Quintal. Antes de sermos raizeiras, curandeiras, rezadeiras...Somos mulheres. E fomos lá, no fundo de nós para nos definirmos na subjetividade que compõe todas as almas: A poesia.

Dona Creuza

Assim somos NÓS!

Gardênia



Para concluir nossa trilha construímos uma poesia coletiva, a partir de 4 frases iniciais (Eu gosto de...; Mas fico triste com...; mas também fico feliz... Assim é minha vida de...)

Eu gosto de ficar em casa, participar, compartilhar, escutar, fazer doce (adoçar), cuidar de pessoas e plantas, visitar, conhecer, ajudar, dialogar, reunir, abraçar, trabalhar no quintal, multiplicar no quintal, tranquilidade, coletividade e sonhar.

Mas, fico triste com disputa, mágoa, calúnia, quando não posso trabalhar e participar, injustiça, desânimo da população pra lutar, indiferença, violência e desigualdade e injustiça social.

Mas também fico feliz com a chuva no chão, os sonhos realizados, construção coletiva, chuva no amanhecer, companheirismo, as amizades, partilha, união e cheiro de terra molhada.

Assim é minha vida de agricultora, de aprendiz, de mulher trabalhadora, caminhante, militante, sertaneja, sonhadora e de missão.



AS ERVAS QUE NOS DEFINEM

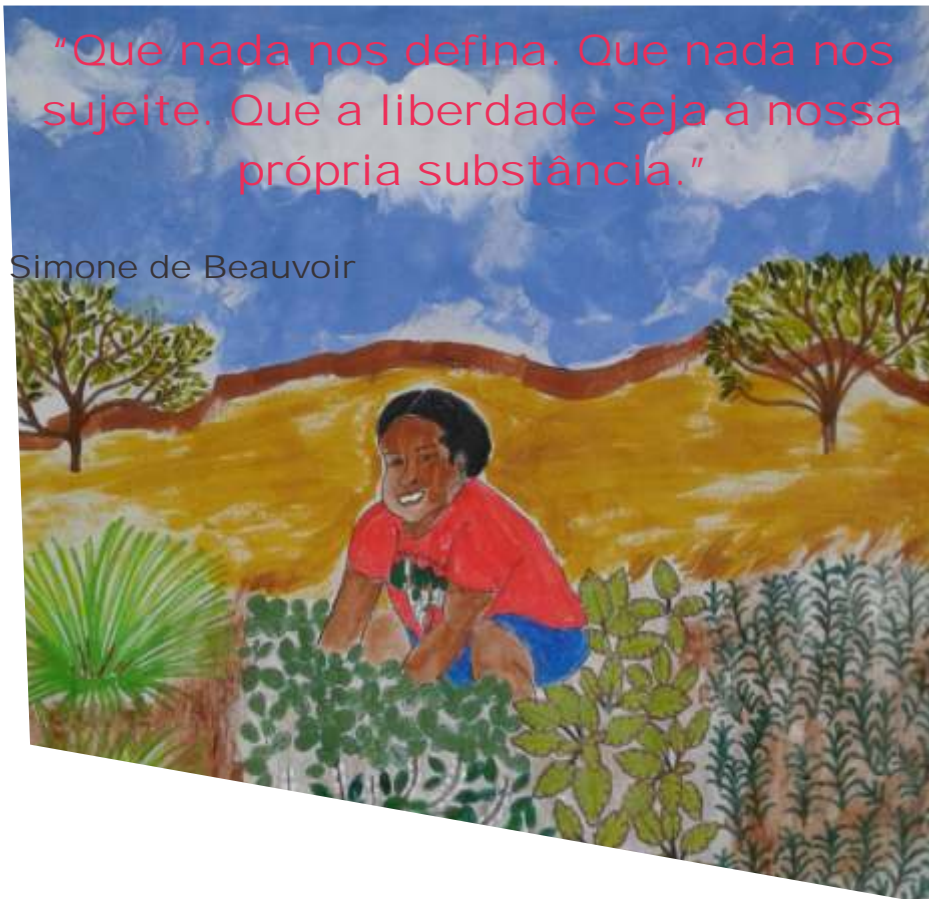


Dona Josefa

Segundo Quintal: Aqui descobrimos que as plantas são mais que vegetais, nesse manejar feminino. Para nós as plantas, sejam pela força, aromas ou função, contribuem para a construção pessoal de nossas identidades. E assim, nesse reconhecimento e semelhanças adotamos algumas como sobrenomes, ficando assim nosso espiral de alma e flor.

"Que nada nos defina. Que nada nos sujeite. Que a liberdade seja a nossa própria substância."

Simone de Beauvoir



Dona Dalva

Em nosso Terceiro Quintal, passeamos pelos conceitos básicos de gênero, buscando compreender que muitas coisas que fazemos, ou pensamos como natural são reflexos da construção cultural e patriarcal, portanto, é preciso compreender para modificar. Veja nosso debate:

Sexo: *Estrutura do ser sexuado, componente Biológico = Macho ou fêmea.*

Gênero: *É o conjunto de características sociais, culturais, políticas, psicológicas, jurídicas e econômicas atribuídas às pessoas de forma diferenciada de acordo com o sexo. As características de gênero são construções socioculturais que variam através da história e se referem aos papéis psicológicos e culturais que a sociedade atribui a cada um, do que considera "masculino" ou "feminino".*

Sexualidade: *O modo próprio como cada um cada uma vive o fato de ser sexuado.*

COMPONENTES DA SEXUALIDADE HUMANA: *Componente Biológico = Macho ou fêmea, Componente social = papéis sociais, Componente psicológico = identidade sexual.*



«Mujer bonita es la que lucha»!



Luciene

Perguntas que nortearam nossa trilha nesse Terceiro Quintal.

1. O que você entende por violência de gênero?
2. Quem são as maiores vítimas da violência doméstica?
3. Por que acontece violência Doméstica?
4. O que você entende por violência doméstica?
5. O que você entende por violência patrimonial?
6. O que você entende por violência institucional?
7. O que você sabe sobre a Lei Maria da Penha?
8. Cite pelo menos 05 tipos de violência de gênero.
9. Em briga de marido e mulher...
10. O que você entende por cultura do estupro?

«A gente não pode ficar parada, mesmo sendo agricultora, tem que está se preparando porque tudo muda».

Cida Silva



«A Revolução será feminista,
ou não será!»



Zefa da Guia

Em nosso Quarto Quintal passamos pelos usos diversos das ervas. Compreendemos a importância delas na vida da humanidade e como esse saber, foi perseguido ao longo da história.

entendemos que o trabalho exercido por mulheres no manejo com as ervas, as curandeiras e as parteiras já as levou a serem chamadas de bruxas e serem queimadas por isso. E assim entendemos porque esse ofício, embora seja tão praticado, é pouco valorizado. a partir da seguinte pergunta: Onde e como usamos as ervas na nossa vida? Resgatamos o uso das ervas no nosso cotidiano.

«Não tem terra ruim. O que precisa é respeitar a terra».

Cida Silva

Em nosso trilhar percebemos que o uso das ervas estão presentes em nossas vidas desde o nascimento e que seus usos são os mais diversos, indo desde a sua utilização para fins medicinais como os chás, xaropes, lambedores, pomadas..., Assim como na culinária: temperos, corantes... E ainda como partes inseparáveis de nossas crenças: rezas, banhos, descarrego...

Nesse sentido, fomos escrever nossas receitas, considerando os seguintes aspectos: Colheita, qual o melhor horário? Quantidades (proporções)? Tempo de cozimento? Maturação, validade, dosagem e indicação?



As Receitas nossas de cada dia





Aqui experimentamos nossa panaceia e alquimia da e na alma de mulher. Cantamos, sorrimos, trocamos e nos fortalecemos.

Tecemos nossa colcha de vidas e nos alimentamos para a luta diária na busca de sermos donas de nossas vidas e saberes.

Prazeres



CICLOS LUNARES para a Colheita:

A LUA CHEIA é boa para se colher RAÍZES.

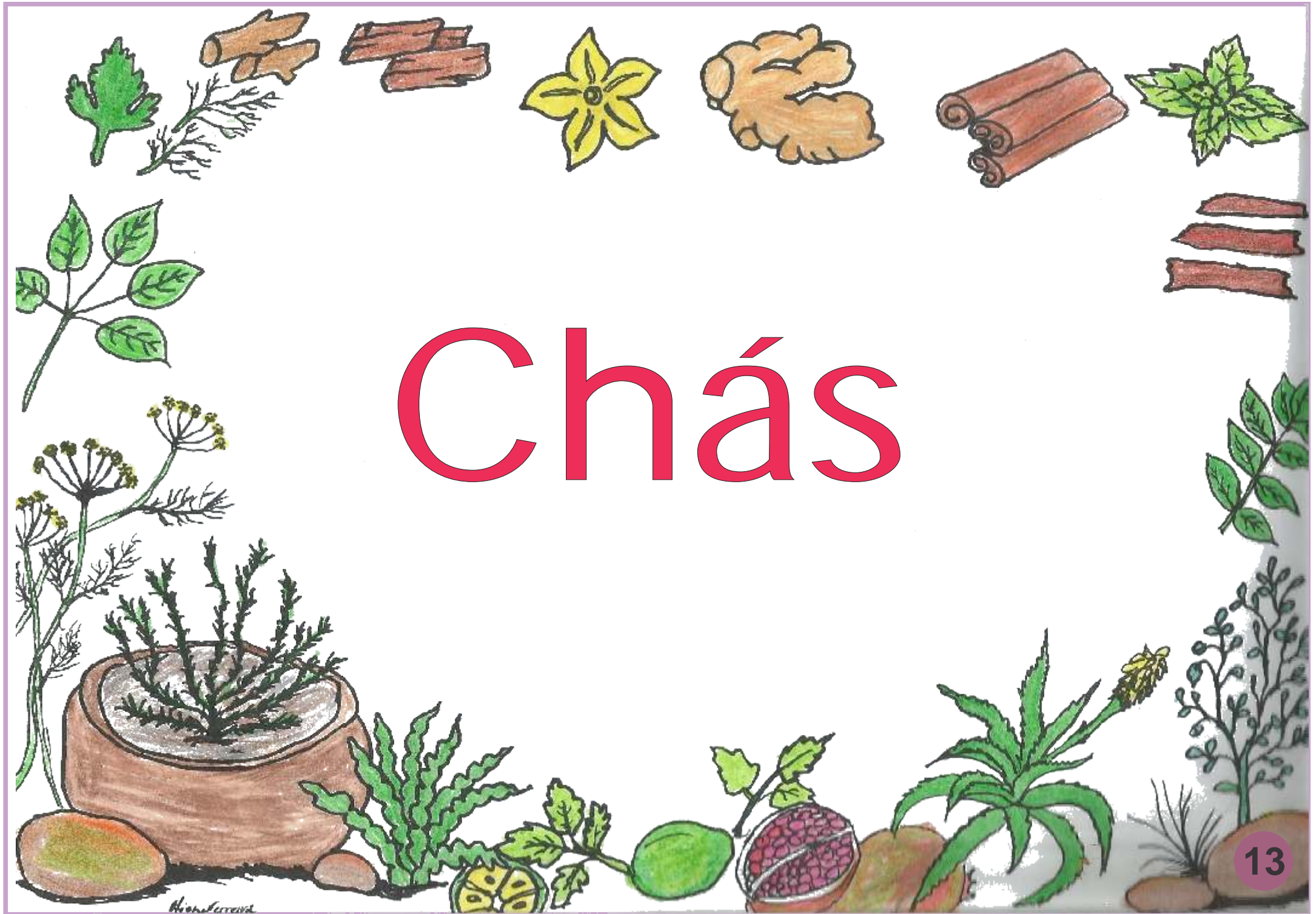
A CRESCENTE e a NOVA, para as outras partes do vegetal.

NÃO usar a Lua MINGUANTE.

As receitas estarão divididas por categorias e indicação.

Todas as receitas foram escritas durante o processo de formação, assim possibilitou a troca de olhares sobre uma mesma receita, em alguns casos havendo ajustes quanto as quantidades e indicações.

Chás



Indicação: Gripe e Febre

Chá de Mandacaru

Melhor horário de colheita – Manhã cedo ou depois das 16 horas.

Ingredientes:

*05 rodelas de 1cm de mandacaru (lembrar de tirar os espinhos)
200 ml de água.*

*Preparo
cozinhar por 3 minutos, depois espremer e tomar com 01 comprimido de melhora!*

Dosagem: 2 vezes ao dia – manhã e noite

*O mandacaru (nome científico *Cereus jamacaru*) é uma cactácea nativa do Brasil, adaptada às condições climáticas do Semiárido. Conhecida também como cardeiro.*



O Sertão que dá certo





Chá de Manjericão

Ingredientes:

03 olhos de manjericão (o equivalente a 30 gramas)

250ml de água (xicara)

Preparo:

Ferver a água e despejar sobre as folhas (servir apenas frio)

Dosagem: 3 vezes ao dia.

Criança 1 colher de chá

Adulto 05 ml.

Calmanantes

Chá de flor de maracujá

Ingredientes

10 gramas de flor de maracujá

250 ml de água fervente.

OBS - Não ferver a flor.



Nome científico: *Ocimum basilicum*, É originário da Índia, local em que descobriram as suas propriedades e os seus benefícios, sendo utilizado para fins medicinais e na culinária. O manjericão contém muitos nutrientes e possui diferentes funções, contribuindo para o bom funcionamento do organismo.



Flor de Macacujá





Ingredientes

10 cm de casca de mulungu.

Preparo: adicionar as cascas de mulungu em 500ml de água fervente. Deixar ferver por 15 minutos e tomar o chá ainda morno, de preferência 1 xícara 3 vezes ao dia.

OBS: Evitar tomar por mais de três dias seguidos.

Chá de mulungu



Mulungu

Nome científico: *Erythrina verna*, é nativa da parte central e Nordeste do Brasil. O mulungu está contraindicado para indivíduos que usam medicamentos anti-hipertensivos.



Chá de cidreira com capim santo

Ingredientes

3 galhos pequenos (10g)

250ml de água fervente

Tomar 1 xícara pela manhã e 1 uma a noite por 15 dias.

OBS - Não ferver a folha e tomar frio.

Chá de Alecrim

Ingredientes:

5 gramas de alecrim

500 ml de água

Modo de preparo

Quando a água estiver fervendo

Colocar o alecrim e desligar o fogo e tampar.

Indicado para febre, gripe.

OBS- também é chamado de chá da alegria contra depressão.



Nome científico: *Rosmarinus officinalis*: O alecrim pode ser utilizado Como chá, óleo aromático, tintura compressa...

Alecrim



Nome científico: *Cymbopogon citratus*) O Capim Santo Pode potencializar o efeito de medicamentos sedativos, diminuindo a pressão arterial e até causar desmaios.

Capim Santo

Edineia

Antiflamatórios

Chá de sambacaitá

04 folhas de sambacaitá
250 ml de água fervente
OBS- Não ferver a folha

Chá de folha de amora

03 folhas de amora
250 ml de água fervente
OBS - Colocar as folhas para secar a sombra.
tomar morno e deitar por trinta minutos.
Indicação: Menopausa , dor nos ossos

Chá de imburana de cambão

04 pedaços de casca (10cm cada)
1l de água.
Colocar a casca junto com a água para ferver e quando a
água estiver vermelha desligar o fogo. Ou colocar as cascas
de molho por 24 horas ou até ficar vermelha.

Indicação:
Limpar parto de animal e evitar aborto.

Nome científico: *Commiphora leptophloeos*.
Espécie da flora brasileira, característica
da vegetação de caatinga. Outros Nomes
amburana,-cambão, imburana,
imburana-de-espinho, imburana-femea,
imburana-vermelha, jamburana e
emburana, imburana-braba



O sambacaitá (*Hyptis pectinata* L)
também é conhecido por : macaé,
mercúrio-do-campo, poejo-do-brejo,
canudinho Seu uso na medicina
popular se dá em inúmeras situações,
entre elas: rinofaringite, congestão
nasal, doenças de pele, problemas
gástricos, febre, infecções, dor, cancer
bacterianas e fúngicas, inflamação,
e cicatrização de feridas.
(Bispo et al., 2001; Malan et al., 1988).





Amora

Nome científico: *Morus*: Os vários tipos de de amora – branca, vermelha ou preta – integram os grupos de plantas do gênero *Rubus* ou *Morus* e são nativos da Ásia. A fruta se adaptou em diversos locais de clima quente e cresce abundante no Brasil, sendo considerada uma planta de fácil cultivo por não demandar o uso de muitos pesticidas e agrotóxicos. Em geléias, doces ou degustada naturalmente, esta frutinha delicada é também um grande aliado da saúde.



Lamedores, garrafadas, banhos e cozimentos



“Para males do espírito só Deus cura, mas para todo o resto, temos ervas”

Sueli Campos-vendedora do Mercado Albano Franco em Aracaju/SE)





Ingredientes

01 cebola pequena
01 dente de alho
01 limão com casca
01 pedaço de casca de laranja seca
04 folhas de capim santo
06 flores de catingueira
01 pedaço de flor de romã
10 folhas de hortelã grande
10 folhas de hortelã pequeno
01 folha da costa
03 folhas de eucalipto
06 folhas de angico
10 folhas de aroeira.
01 litro de água
500g de açúcar

Modo de Preparo

Cozinhar tudo em fogo brando por 1 hora
Tomar uma colher de chá 3 vezes ao dia (criança)
Tomar uma colher de sopa 3 vezes ao dia (adultos)

Indicação

Tosse, rouquidão
Melhor indicado para criança.

Ingredientes

200 gramas de hortelã grande
50 gramas de alecrim de caco
50 gramas de hortelã de folha miúda
20 ml de mel,
500 gramas de açúcar

Modo de preparo

Junte em uma panela formando camadas de folhas, açúcar e mel e levar ao fogo brando até formar um mel concentrado.

Modo de Usar:

Tomar 1 colher de chá 4 vezes ao dia (criança)
Tomar 1 colher de sopa 4 vezes ao dia (adultos)

ROMA-Nome científico: *Punica granatum* - As suas flores crescem em grupos de três ou quatro e geralmente são de cor vermelho-alaranjado e as suas folhas são verdes e brilhantes



Nome científico - *Caesalpinia pyramidalis* Tul: Popularmente conhecida pelo nome de catingueira, pau-de-rato ou catinga-de-porco é uma planta da família das leguminosas originária das áreas do bioma da caatinga, desde as partes mais úmidas até o semiárido no Seridó



Romã

A romã é utilizada para fazer sucos, chás e até como ingrediente em alguns molhos, podendo ainda, a sua fruta, ser consumido de forma natural.



Garrafada

Medir 10 centímetros de entre casca das seguintes plantas: Aroeira, Bonome, Quixabeira

Imburana de cambão, 50 gramas de flor de catingueira

50 gramas de folha de sambacaitá

20 gramas de folha de marmeleiro verde ou 10 gramas de folha seca

15 cm de babosa sem casca (da parte mais grossa da folha)

01 garrafa de vinho branco

Preparo

Juntar tudo na garrafa de vinho e deixar em repouso em local escuro de 3 a 7 dias (se preferir pode enterrar a garrafa pelo período indicado)

Após esse período coar

desdobrar em outra garrafa de vinho

Indicação: inflamação e infecção

Dosagem: 10 a 15 ml de 2 a 3 vezes ao dia durante 7 dias.

OBS: Esta receita rende aproximadamente 2 litros e tem validade de 60 dias.



Bom Nome

A espécie *Maytenus rigida* Mart., família *Celastraceae*, é conhecida como "bom-homem", "bom-nome", "cabelo-de-negro", "casca-grossa" ou "pau-de-colher".



Edineia

INGREDIENTES

Medir 30 cm de folha de babosa;
½ litro de mel;
50 ml de cachaça.

PREPARO

Retirar as folhas da babosa antes do sol nascer ou depois que o sol se põe;
Limpar as folhas com um pano, não pode molhar;

Retira os espinhos e se a casca da folha for muito grossa retire só o gel. Junte tudo, bata no liquidificador, coloque em um garrafa e depois de dois dias comece a tomar.

INDICAÇÃO:

Problemas: intestinais; estomacais, circulação, próstata, câncer, inflamação, fraqueza nos ossos.

Aloe vera/Babosa

Essa planta possui muitos benefícios medicinais e cosméticos, conhecida popularmente sua característica gelatinosa, e utilizada pela humanidade há mais de 5.500 anos.





Lambedor de Romã

Ingredientes:

Meia Romã (grande);
500 gramas de açúcar;
600ml de água;

Modo de Preparo:

Tire as cascas .
Coloque numa panela
junto com o açúcar e
água.
esquente tudo em fogo
brando até formar um
mel.
Coe o líquido e coloque
numa vasilha limpa.

Uso:
tomar 3 vezes ao dia,
uma colher das de
sobremesa. Adultos)
tomar 03 vezes ao dia,
uma colher das de chá
(Criança)



cozimento de Mastruz

Ingredientes:

03 olhos de mastruz
(10cm)

Modo de Preparo:

Cozinhe em 300 ml de
água;
Deixe ficar morno;

Uso:

lave o rosto e beba um
gole todos os dias antes de
deitar até curar a gripe.



Melzinho de Laranja

Ingredientes:

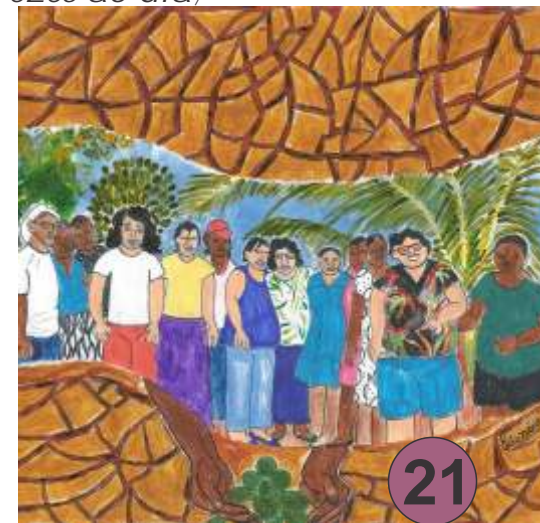
7 laranjas;
250 gramas de açúcar;

Modo de Preparo:

Fatie a laranja em rodela, com
casca;
Arrume em um prato; 1 camada
de laranja e coloque 3 colheres de
açúcar. (repetir até acabar a
laranja)
Colocar o prato em banho maria
até formar um melzinho.

Uso:

Adulto: tomar 1 colher das de sopa
03 vezes ao dia, sempre depois das
refeições;
crianças: 01 colher das de chá 03
vezes ao dia;





Sucos, Geléias e multimisturas

Alternativas

Michal Ferraz



Suco de capim santo, cidreira e maracujá.

Ingredientes

04 copos de água;
01 copo de erva cidreira;
04 colheres de sopa de açúcar;
01 xícara das de chá de suco de maracujá e gelo.

Preparo

Bata no liquidificador as folhas de erva cidreira e o capim santo em 02 copos de água. Coe e acrescente o restante de água, o suco de maracujá e o açúcar e volte a bater no liquidificador. Acrescente o gelo e sirva a seguir.



Suco Fantasia

Ingredientes

1 ½ Litros de água;
02 cenouras médias;
suco de 02 limões;



Geléia para combater verminoses

Ingredientes

Semente de mastruz, semente de mamão, semente de bredo, semente de abóbora, hortelã miúdo, hortelã grande, três cabeças de alho, duas bananas com casca.

Preparo

1. coloque numa panela 5 litros de água juntamente com os 02 tipos de horelãs e deixe ferver por 30 minutos e depois coe.
2. Passe no liquidificador as sementes o alho e as bananas e junte com a água dos hortelãs e acrescente a mistura 5kg de açúcar mascavo ou branco.
3. Leve ao fogo e deixe em fervura até parecer em espuma e obter o ponto de geléia (ou quando na mexida conseguir ver o fundo da panela);
4. Coe novamente para retirar as sementes.
5. coloque em um vidro com boca larga.

Validade 90 dias.

Preparo

bata no liquidificador a cenoura com água e coe. Torne a colocar no liquidificador e acrescente a laranja e o suco de limão. Adoce a gosto, acrescente cubos de gelo e sirva a seguir.

Suco de Abacaxi, limão e hortelã

Ingredientes

01 abacaxi cortado em cubos;
01 xícara das de chá de açúcar;
01 litro de água;
Suco de 02 limões;
01 xícara das de chá de folhas de hortelã.

Preparo

Coloque o abacaxi, a água e o açúcar em uma panela e leve ao fogo para cozinhar até o abacaxi ficar macio.

Retire do fogo e deixe esfriar e bata no liquidificador com o suco do limão e as folhas de hortelã. Coe e acrescente o gelo. Depois é só servir.



Edinéia



Refresco de Melancia

Ingredientes

½ melancia média e gelada
½ xícara das de chá de suco de laranja; Folhas de hortelã picadinhas;

Preparo

Bater no liquidificador a melancia e suco de laranja. Colocar em copos com gelo e servir, enfeite com o hortelã picado.

Preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador, coe e adoce. enfeite o copo folhas de hortelã.

Suco de Limão com Hortelã

Ingredientes

03 galhinhos de hortelã;
02 limões médios;
01 ½ litros de água;
açúcar e gelo a gosto.

Preparo

Bata todos os ingredientes no liquidificador, coe e adoce. enfeite o copo folhas de hortelã.



Alertas Sobre o Uso de Plantas e Ervas Medicinais:

1 - As plantas e ervas medicinais, mesmo sendo medicamentos naturais, podem intoxicar, cegar, provocar coma e até matar!

2 - Todas as plantas têm mais de um princípio ativo. Alguns dos princípios ativos pode ser contra indicado para o usuário.

3 - As informações desta cartilha têm apenas os fins educacionais, de pesquisa e de informação. Elas não devem ser usadas para diagnosticar, tratar, curar, mitigar ou prevenir qualquer doença, muito menos substituir cuidados médicos adequados.

4 - Consulte sempre um especialista!

5 - Tome cuidado especial ao manusear ervas e as mantenha longe das crianças.



Preparo

Bater no liquidificador a melancia e suco de laranja. Colocar em copos com gelo e servir, enfeite com o hortelã picado.

Suco de Clorofila

Ingredientes

1 litro de água;
03 limões;
02 folhas de couve;
05 folhas de hortelã;
Açúcar e gelo a gosto.





Receita de Multimistura

Ingredientes:

500g de sementes de girassol;
500g de amendoim;
500g de semente de jerimum;
500g de gergelim;
30g de folha de macaxeira ou batata doce.

Preparo:

Torre separadamente todas as sementes;
Deixe esfriar para então pisar tudo muito bem, também separadamente;
Depois misture todos os ingredientes e passe numa peneira até conseguir um farelo bem fininho;

As folhas de macaxeira

ou batata, devem ser bem lavadas e secas no forno. Depois pise bastante até virar um pó bem fino. Quando a multimistura é colocada nos potinhos, semeia uma colher das de chá do pó das folhas.

Indicação:

Seu uso é indicado para anemia, falta de sono, esgotamento físico e mental, prisão de ventre, fraqueza e falta de apetite.

Uso:

Adultos: 02 colheres das de sopa duas vezes ao dia.
Crianças: 01 colher das de chá também duas vezes ao dia.

Dica



Oi eu Sou Cida Silva, e essa receita é da Pastoral da Criança de Porto da Folha, Sergipe.

Aqui no povoado de Lagoa Volta, ela salvou muita gente da morte, entre crianças e idosos.

Mas vai aí um conselho dessa camponesa aqui: para essa receita ser melhor, precisamos usar as sementes da produção agrogeológica, aquelas sem veneno. Pra você ter a certeza que as sementes são saudáveis, procure adquirir de camponesas que você sabe que produz sem veneno ou plante no seu quintal.

Quintal de Dona Socorro





Suco de Erva Cidreira

Ingredientes:

04 copos de água;

02 copos de erva cidreira
picadinha;

04 colheres de sopa de
açúcar;

Limão e gelo a gosto.

Preparo

Coloque no liquidificador as folhas e a água. Bata e coe numa peneira fina. Depois coloque o suco já peneirado, o açúcar e o gelo novamente no liquidificador e torne a bater. Ao servir coloque gotas de limão.

Garrafada para Inflamação feminina

Ingredientes:

01 panela de barro
(virgem)

01 litro de água (filtrada
e fervida);

Raízes de Cajueiro roxo,
catolé, urtiga branca e
quixaba (Em torno de 02
cm de cada raíz);

Preparo

Lave bem as raízes e
coloque de molho por 24
horas,

Uso

Beber a água durante o
dia.

Repetir a receita até
curar.



Quixaba

Nome Científico: *Sideroxylon obtusifolium*

Nome Popular: Quixabeira,
quixaba-preta, rompe-gibão, quixaba

Local que pode encontrar:
Bahia, Paraíba, Monas Gerais, Piauí,
Pernambuco, Alagoas, Sergipe.



Católé

Nome Científico (*Attalea oleífera*)

Características: Cresce até 20 metros, nativa do Brasil, de estipe ereto e liso.

Outros nomes: indaiá, indajá e pindoba



HISTÓRIAS DE MULHERES



Dona Dalva e Eliene

Discípulas da Boa Nova Revolucionária

Dentre tantas mulheres descritas na Bíblia, que nos servem de exemplo, o de Marta e Maria, sem dúvida serve para ilustrar essa narrativa.

A história aqui é da vivência de três mulheres: duas irmãs e sua mãe. Alguém mais atento às histórias bíblicas poderá está dizendo: A bíblia nunca falou da mãe de Maria e Marta! Eu serei obrigada a concordar em parte, pois é bem possível que toda a bondade e fidelidade dos três amigos confidentes de Jesus tenham vindo de sua mãe, anônima.

Começemos então por Dona Dalva, que pode representar a mãe não revelada.

Nascida na comunidade Craíbas, em município de Olho d'água das Flores-AI, no ano de 1948, vindo a casar-se aos 21 anos de idade com Seu Ione, 07 anos mais velho.

O casal teve 14 filhos, dos quais conseguiram criar 05, sendo 03 homens e 02 mulheres, nossas Marta e Maria.

Quando o casal migrou para Sergipe em 1974, trazia a filha mais velha Luciene, com idade de 09 meses, hoje ela está com 43 anos, é casada e mãe de 03 filhos, duas meninas e um menino.

Luciene, nossa Marta contemporânea, militante da igreja e militante da fé que transforma, mas restrita ao espaço do fazer local: Casa, quintal.

Eliene, 28 anos, artesã, desenhista, solteira e militante do Movimento dos Pequenos Agricultores (MPA), desde 2013. Aqui configura como nossa Maria, temente aos pais, professa a fé na capelinha local, mas crê que a luta e transformação social, exige que sua missão extrapole as cercas de sua comunidade.

O que une essas mulheres e as faz semelhantes à história de Marta e Maria é um postulado de doação e bondade aprendidos com Dona Dalva.

Assim como na Bíblia Maria fez com que, a convite de Jesus, Marta refletisse sua prática na missão, é também Eliene que através de sua atuação na luta campesina, faz sua pequena revolução: expande seus horizontes e leva consigo a mãe e a irmã.

Luciene iniciou o trabalho na igreja quando tinha 14 anos e até hoje continua esse ofício. Para ela a igreja é uma vocação.

“Eliene começou a ingressar no MPA e a gente foi entrando de cabeça dentro. Porque ela ficava exigindo. Ficava dizendo, 'oi' precisa isso, precisa aquilo. Tem que participar disso, daquilo e eu 'findei' entrando. E tive que entrar forte quando ela foi pra escola, porque me cobrava as duas coisas, cobrava 'o eu e o ela'”.

Luciene não estudou. A obediência aos pais, não a deixou seguir. Mas nem por isso deixou de ser apoio à irmã Eliene em seu desafio na busca do estudo.

Se Dona Dalva, nossa mãe anônima, é pedra basilar dessas duas filhas, o relato da primogênita e da matriarca revela a força e determinação da caçula em ir além da fé.

Quando pergunto a Dona Dalva como ela se tornou militante do MPA ela revela, entre risos: " **Isso aí começou por Eliene. Ela que arrumou essas coisas. Eu no começo briguei com ela, Deus me perdoe! Só vivia pelo mundo, não parava em casa.(rs). Quem já viu arrumar o negocio pra andar só pelo mundo sem parar em casa. Eu falei foi muito. Mas não teve jeito. Com a Luciene até que segurei a corda. Mas ela, 'quê! A corda dela parece que tem elástico. É eu puxando e ela esticando, 'num' para não**".

Moram as três no Povoado de nome Bom Jardim, distante da sede de Poço Redondo uns 17 km.

A união entre as três é mesmo algo típico de uma antiga Betânia. A cidadezinha visitada por Jesus e que Marta tão prontamente o acolheu.

Luciene tem sua casa, mas praticamente o quintal é um só. O caminhozinho sem porteira ou cerca divisória selam esse minifúdio dessas almas femininas.

E foi assim da teimosia de Eliene, e da sororidade que as une, que hoje as três são fortes militantes do Movimento dos Pequenos Agricultores e Agricultoras de Sergipe e faz da comunidade uma referencia para o Movimento.

Aqui elas mantêm seu banco de sementes, suas produções de mudas e hortaliças que Luciene comercializa na Feira da Agricultura Familiar em Poço Redondo, todas as sextas, e as

muitas experiências agroecológicas de Eliene, que ora integra a Primeira turma do Semiárido no curso de agroecologia da Universidade Federal do Recôncavo Baiano (UFRB).

Eliene se desafia em várias artes, é artesã e confecciona bonecas de pano que são comercializadas na feira da Agricultura Familiar. Quem passa pela feira as sextas, as encontram na barraca da Luciene, ao lado de suas couves, coentros e outros cheiros. Eliene estuda e nem sempre pode ir à feira, mas conta sempre com a parceria da irmã para comercializar seus produtos.

Ela ainda é colaboradora dessa cartilha como ilustradora. Seus desenhos, suas cores e sensibilidade revelam um campesinato produtivo, amoroso e belo como sua própria história de jovem camponesa e missionária da boa nova revolucionária.



Luciene e o quintal

A história das três nos faz refletir sobre o passo de cada uma de nós mulheres. Na Bíblia, Maria fez sua escolha e Marta também, e em dado momento Marta revela seu descontentamento com a escolha de Maria. Aqui as escolhas de Eliene, nossa Maria, foi, e é apoiada pela irmã e a mãe e as três avançam rumo às suas autonomias.

«Aqui no Bom Jardim, as vozes e as bases da organização comunitária é nossa. Toda feminina! Seja no grupo de jovens, na igreja nos grupos organizados, tudo». Eliene





Dona Arlinda: Fé, cantos e oração para além da religião.

Ela é uma mulher de riso fácil, a simpatia e risada são sem dúvida sua marca. Impossível não se encantar por essa mulher.

Sua fé arrebatava a gente para um universo místico e encantador, um lugar onde não cabe definição dessa ou daquela religião, esse lugar esse canto pode ser definido apenas por uma vontade de fazer o bem, de ajudar e colocar-se a serviço, um saber que hora vem das ervas, noutras vem das rezas.

Em sua casa de oração o que se percebe é um exemplo forte de um sincretismo religioso que alinha santos da devoção católica aos cânticos de orixás e caboclos.

Como nesse canto que acolheu nossa conversa:

*Na minha aldeia só tem é Naná
Na minha aldeia só tem é Naná
Oi que como é Naná
Vem brincando mar
Oi que como é Naná
Vem brincando mar*



*Na minha aldeia do meu juremá
Na minha aldeia do meu juremá
Ela tem Naná, ela vem trabaiá
Ela tem Naná, ela vem trabaiá*

*A chuva do céu Chove não demora
A chuva do céu Chove não demora
E as águas que vem do céu
É de Deus, Nossa senhora
E as águas que vem do céu
É de Deus, Nossa senhora*

*Na minha aldeia só tem Naná
Na minha aldeia só tem Naná*

*Oi como é Naná
Vem brincando mar
Oi que como é Naná
Vem brincando mar.*



Dona Arlinda relata com tranquilidade a falta de compreensão e intolerância que as rezadeiras, benzedoras enfrentam na sociedade. Segundo ela, as pessoas não compreendem e não respeitam a fé e as diversas crenças, mas que no final é tudo um Deus só.

“ Agente que anda na terra nós sabe que tudo que Deus deixou na Bíblia Sagrada, foi a palavra de Deus. A pessoa nasceu e se criou e tem problema de corrente, na vida ou qualquer coisa, quem num quiser levar a arte de oração, de reza com o povo na sua casa, pode procurar a igreja que é mesma coisa, que fica bom. E pede a Deus pelos outros e pronto vai ficando boa também. Acredite quem quiser e no que quiser também”.

Numa caminhada de 28 anos de prática, ela relata que nunca quis rezar em ninguém, por medo, vergonha e discriminação do povo, mas foi o próprio povo que a libertou quando a procurava e ela não podia negar.

“ Eu comecei a rezar primeiramente pela minha saúde. É uma coisa que eu carrego, eu não queria rezar pro povo. Só queria saúde, mas o povo me 'libertaro'. Eu só queria saúde. Foi o povo. O povo me descobriu e me 'botaro' pra benzer e eu fui, mas num é bom não viu. Por que a gente leva muito nome que não merece, mas tem que ter fé e fazer”.

Nascida em Frei Paulo, município do Agreste sergipano, migrou com a família aos 3 anos de idade para Canindé de São Francisco e aqui construiu a sua vida, cresceu, casou e foi mãe 14 vezes, 07 filhos e 07 filhas.

Devota de São Gregório e São Bento, acredita no poder das ervas e das rezas populares. Para ela, rezar é um dom bonito, mas que não é uma tarefa fácil de se levar por conta dos preconceitos que existe na sociedade. Há muita

incompreensão e isso as vezes se torna um fardo pesado de se levar.

« A minha guerra foi Deus quem me deu, e eu sei o que é do benzedor e o que é do médico. O que é de um o outro não cura»





Aparecida Silva, a Cida da Lagoa da Volta, uma vida toda dedicada ao aprendizado.

Quem é Aparecida Silva:

«Eu sou Maria Aparecida da Silva, mais conhecida como Cida Silva, moro aqui no Sítio Verde, próximo ao povoado Lagoa da Volta, no município de Porto da Folha, Sergipe. Sou agricultora observadora, experimentadora e multiplicadora».

Cida Silva é uma mulher que ousou e ousa construir seu próprio destino. Como tantas outras há ainda que em tempos distantes a marca da migração familiar. migrou com a família aos 14 anos para cidade de Arapiraca- Al, onde teve contato com a produção do fumo e a exploração humana comum a produção de monocultivo em grande escala.

Contudo o traço marcante nos relatos dessa mulher é sem

dúvida a eterna resistência ao machismo do pai, que, entre outras coisas, não permitia que as filhas mulheres estudassem, por isso, enquanto esteve na casa dos pais, cursou apenas o ensino fundamental menor (até a 4^a. Série). A forma de enfrentar essa convivência familiar machista foi, para a agricultora, casar-se cedo e construir sua própria família.

« Eu sabia que para estudar eu precisava ter minha autonomia. E foi então que casei e criei minha própria família».

A trilha, a lida a terra e a não terra.

A história de Cida Silva pode ser contada sobre vários ângulos. Se tomarmos como ponto de partida o acesso a terra, podemos dizer que Maria Aparecida Silva é uma agricultora de pequena propriedade. De tão pequena nem poderíamos considerar sua propriedade como um minifúndio, pois tratasse de uma área de quintal, no entorno da casa, medindo cerca de 1 tarefa (3.300 M²).

Cida Silva, casou em 1982 com Claudionor da Silva e logo constitui sua família, tendo a primeira gravidez e maternidade acontecida ainda em 1984, com o nascimento de Cidicléia e seguiu as outras na seguinte ordem, 1986 o Fábio; 1988 a Lara e em 1993 a Milena. Com tantas crianças em tão pouco tempo, se viu obrigada a adiar ainda mais seu desejo de formação.

Logo que se casaram, a família, que tinha 10 tarefas de terra na localidade Estado (pertencente ao esposo), adquiriu, por compra, mais 12 tarefas e com esta propriedade passaram a desenvolver as atividades de lavoura e de criação. Nesse tempo a agricultora se revezava entre o trabalho agrícola e os seus estudos, a época vivendo entre a vila de Lagoa da Volta e a propriedade. Foi durante um período de seca muito grande, quando a água para os animais e humana ficou muito

escassa na propriedade, que a agricultora vive a primeira experiência de mudar-se para Vila de Lagoa da Volta, com o esposo permanecendo na propriedade, entretanto, logo ela descobre que a relação com o esposo não resiste a este tipo de configuração de residência, instaura-se uma crise matrimonial e a agricultora retorna à propriedade.

Contudo, com as crianças chegando à idade de estudar e com a agricultora almejando estudar um pouco mais, os dois acabam entrando num acordo e voltando a morar na vila de Lagoa da Volta, mas, agora com toda família. Esse período coincide com problemas econômicos familiares que obrigam o esposo a vender a propriedade e adquirir uma casa no aglomerado urbano (vila), nesse período toda atividade agrícola fica restrita a exploração de áreas de terceiros e ao pequeno quintal da casa, onde se cultivava hortaliças e plantas medicinais para consumo humano.

Durante esse período o foco de desenvolvimento familiar baseia-se na formação, tanto dos filhos, quanto da agricultora que começa a tentar recuperar o tempo de estudo perdido, em virtude da forma de criação de seus pais, numa verdadeira maratona de buscas pela conclusão de seus estudos em nível fundamental e médio.

« Não é que Cláudio não apoiasse, mas é que com criança tudo se complica. A vida ficou bem difícil nesse tempo e eu tive que parar d estudar. Parei, adiei, mas não desisti».

A PASTORAL DA CRIANÇA

Cida iria concluir o primeiro grau apenas em 1999. Para ela a Pastoral da Criança foi a grande responsável por sua retomada ao desafio da escolarização.

“As vezes eu digo que as irmãs me fizeram o convite pra participar, mas foi Deus quem enviou”.

Fala assim pra enfatizar que a sua retomada se deu pelas dificuldades que enfrentava nas reuniões por não compreender bem os desafios de leitura, não só a escrita mais também de mundo. E foi na lida da Pastoral que ela deu a grande guinada em sua vida de líder.

Relata com saudosismo do trabalho voluntário da pastoral e de como ele salvou vidas nesse lugar.

«Aqui morria gente demais, as freiras até se assustava. Todo dia morria uma pessoa. Teve gente que parou de fabricar móveis pra fazer caixão, naquele tempo não tinha funerária.”.

Para Cida o trabalho voluntário foi o que funcionou, “ A pastoral da Criança enquanto voluntária dava muito certo, mas depois que se integrou ao trabalho de Agentes de Saúde, tudo ficou muito associado ao salário e minguou”.



Compostagem

Porém foi esse trabalho que abriu portas para as formações, estudos e capacitações.

Embalada nesse alento da Pastoral , em 2002, passa a viver um grande desafio pessoal, regado pela ajuda constante do esposo e de terceiros para concluir o Ensino Médio Profissionalizante, Magistério. Segundo ela, a cada semana saia com R\$ 10,00 do orçamento doméstico. O esposo além de colocar a disposição os poucos recursos, ainda ficava responsável pelo cuidado com os filhos/as, os amigos contribuíram com fardamento e o Estado garantia alimentação e estadia na cidade de N. Sra. Das Dores-Se, distante cerca de 120 km de sua residência.

O Magistério:

Todo o esforço parecia premeditado, tendo em vista que logo após sua formação o esposo sofre um acidente e a mesma tem que manter economicamente a família a partir de contratos temporário como professora do município de Porto da Folha-Se.

Exercendo a profissão do magistério e ao mesmo tempo agricultura, ela mantinha seu quintal e as áreas agrícolas nas terras de terceiros. Segundo ela, nessa época o que mais lhe incomodava no espaço escolar era a falta de valorização dos trabalhos agrícolas, o velho “estude para não ser burro e trabalhar na roça como seu pai” era para ela uma ofensa a sua própria condição, considerando que, para ela essa era a sua profissão e que sempre aliou sua atividade de educadora às atividades agrícolas.

«Mesmo quando eu estava trabalhando na escola eu nunca deixei de ser agricultora. Essa era minha identidade e nunca aceitei que se fizesse pouco caso da agricultura. Mas, isso incomodava e me desafiava a trabalhar isso com as crianças e a escola. Eu sempre tive orgulho de ser o que sou».



A prática Coletiva

Em 2003, através do trabalho da Pastoral da Criança, a agricultora é chamada a integrar o grupo, que mais tarde fundaria a Associação de Mulheres Resgatando sua História,

que começa seus trabalhos com a compra de um terreno de 0,5 ha. Nas proximidades da Vila de Lagoa da Volta, onde um grupo de mulheres deveria produzir, de forma orgânica, as sementes necessárias à produção de multimisturas. O terreno, um verdadeiro pedregulho de onde se havia que tirar leite e mel.

Acostumada a desafios Cida e o grupo de mulheres agricultoras começam a desenvolver toda sorte de estratégias para tornar produtiva o terreno coletivo, inicialmente apoiadas pela Empresa Rural do Estado, contudo, como a produção não se desenvolvia, em 2005 o grupo de Irmãs da Divina Providência consegue o apoio do CDJBC (Centro Dom José Brandão de Castro) que posteriormente as indica num

trabalho em parceria com um Projeto do Governo Federal, Projeto Dom Helder Câmara, e as insere nas ações da ASA colaborando para que essas mulheres tenham acesso a tecnologias de convivência com o Semiárido e trabalhando o seu empoderamento. Para a agricultora essas ações a torna cada vez mais encantada pelo trabalho agrícola e a faz apreender inúmeras técnicas de cuidado com o solo, logo todo o seu tempo é destinado a essa área coletiva e a formação em técnicas de manejo agroecológico, abandonando o seu trabalho como professora e dedicando-se as atividades agrícolas com este grupo de mulheres.

A partir da experiência com a associação de mulheres a agricultora começa a almejar seu retorno ao campo, de forma mais qualificada, depois de inúmeros cursos que realizou, trabalhar em sua própria propriedade e implementar seus conhecimentos agroecológicos, dentro do período de 2006 a 2013 a agricultora participou de mais de 23 formações certificadas em agroecologia, economia popular solidária, beneficiamento e técnicas de convivência com o Semiárido.

Em 2009 a família recebeu uma pequena herança da mãe do Sr. Claudionor, falecida nesse ano e comprou uma pequena faixa de terra, de cerca de 1 tarefa (3.300 m), ao lado do terreno coletivo da Associação de Mulheres Resgatando sua História, a área, segundo Cida, bastante impactada, possuía apenas um ipê e uma algaroba como vegetação.

« Quem vê hoje assim tudo ocupado e cheio de planta não faz ideia do que era antes. Tinha nada não, só o pézinho de Algaroba e aquele de Ipê, que eu deixei ali »

A família tratou logo de instalar as técnicas de convivência com o semiárido aprendidas em anos de formação e prática na Associação, implantou uma cerca viva de Nim e espécies forrageiras (gliricídia e murunga) e com os poucos recursos que possuía construiu um único vão de casa que fazia de

rancho enquanto ia povoando o local com forrageiras, fruteiras e instalando seus canteiros de hortaliças, no mesmo ano conseguiu ampliar mais a casa, com a construção de um quarto e sala e faz dessa sua habitação permanente.

« Aqui quando chegamos a terra estava bem castigada, mas não tem terra ruim. O que precisa é respeitar a terra. E aqui foi onde eu pude experimentar tudo que já tinha visto e aprendido nos cursos e nos intercâmbios por aí. A gente que é agricultor tem que experimentar. É por isso que eu digo sempre que sou uma agricultora observadora, experimentadora e multiplicadora »



Na mesma época a agricultora, através da assessoria técnica do CDJBC, vai buscando programas e projetos públicos que possam garantir estruturas de convivência com o semiárido e que garantam a estrutura mínima para tornar habitável a propriedade, tais como: água e equipamentos de irrigação para canteiros de hortaliças. Em 2010 a preeminência de conseguir uma cisterna de 16.000 l faz a agricultura vender móveis de casa para ampliar a residência da propriedade, construindo mais dois vãos e alpedrando-a, de forma a possuir a metragem de telhado suficiente para esse tipo de estrutura.

Em 2011 já com a primeira água garantida e fazendo todos os esforços de coleta de água em vizinhos, para manutenção de canteiros, a família adquire a cisterna de 52.000l, calçadão e, portanto, sua segunda água é garantida, com isso sua produção atinge uma perspectiva comercial bastante interessante, com venda dos produtos na feirinha da vila, com encomendas de produtos por outros moradores e uma produção bem planejada. 2012 recebe um Sistema de Produção Integrado e sustentável, PAIS que inclui além do trabalho com hortaliças a criação de galinha caipira e também começa a investir em ovinocultura. Construindo, num pequeno espaço de terra, um agroecossistema muito interessante, diverso em produção e com um extremo cuidado ecológico, manejo de solo que prima pela adubação com fertilizantes agroecológicos como húmus, esterco, biofertilizante e com cobertura vegetal.

Da motivação pela formação, ensaiada desde os tempos de menina, a agricultura coleciona mais de 30 certificados, dentre estes 23 estão na área agrícola e envolve desde formação em Manejo da Caatinga, de solo, técnicas agroecológicas de produção de hortas e pomares, até a formação para processamento de hortaliças e frutas e apicultura, Além disso, os intercâmbios ajudaram a agricultura a conhecer novas realidades e inserir no seu sistema diversas tecnologias. Com recursos próprios, a família

instalou um biodigestor para transformação do metano em gás de cozinha, minhocário e esterqueira onde produz seu fertilizante e de doação para algumas famílias da comunidade.

Cida ainda não conseguiu cursar o ensino superior. Porém sua sabedoria, capacidade de gestão, saber e fazer agroecológico deixam pouco a desejar aos mestres da agronomia.

Prova disso é seu agroecossistema formado por essa área de 01 tarefa, os roçados de cultura permanente, milho e feijão de arranque, que ficam numa área de 3 tarefas de propriedade de terceiros. Tudo integrado e com harmonia que revela em si toda a sua capacidade.

Assim como o agroecossistema a família é um exemplo de integração, posto que o esposo é bastante sensível ao protagonismo da esposa e as filhas têm nestas relações suas referências profissional, assim cursaram o ensino médio técnico em agropecuária e atuaram como monitoras de Gerenciamento de Recursos Hídricos – GRH e Gerenciamento de Água para Produção de Alimentos-GAPA, oferecidos dentro dos programas da ASA.



Produção
de
Mudas
em
bandejas

Área, vida e família viram referência

A agricultora continua seu processo de formação, foi recentemente agraciada com o prêmio Mandacaru pela experiência com o biodigestor e é referência em todo Sertão Sergipano em agroecologia, realizando inclusive algumas capacitações na área. Durante o ano de 2013, foi destaque do programa Bolsa Família – MDS/ Governo Federal, sendo publicado um relato sobre sua vida, como sinônimo de êxito para esse Programa.

As trilhas, desafios e estratégias traçados por Cida são de extrema relevância para revelar o protagonismo das mulheres no mundo rural, bem como para pautar o campesinato como enfrentamento e superação da fome e integração social.

Nesse sentido o agroecossistema de Cida ganhou destaque na pesquisa: **SISTEMAS AGRÍCOLAS FAMILIARES RESILIENTES A EVENTOS AMBIENTAIS EXTREMOS NO CONTEXTO DO SEMIÁRIDO BRASILEIRO: ALTERNATIVAS PARA ENFRENTAMENTO AOS PROCESSOS DE DESERTIFICAÇÃO E MUDANÇAS CLIMÁTICAS**, realizada no período de 2012 a 2016, pelo o Instituto Nacional do Semiárido (INSA) em parceria com a Articulação Semiárido (ASA). A pesquisa revelou que um ha de terra manejado ao modo de Cida Silva, em termos econômicos produz 15 vezes mais que um sistema convencional de produção de queijo.

Por se tratar de um manejo agroecológico e que tem as bases na teoria do campesinato, onde a lógica produtiva não é apenas de identificar formas de obtenção do consumo, por meio do próprio trabalho, mas do reconhecimento da centralidade da unidade de produção para a reprodução familiar, através das formas de colaboração dos seus membros no trabalho coletivo – dentro e fora do estabelecimento familiar, prevalecendo as trocas, o equilíbrio ambiental, detenção do saber e da matriz genética

como patrimônio familiar, o Sítio Verde é uma referência a ser conhecida.



Novos Passos

Para uma mulher como Cida, sua luta, seu trilhar e seus desafios nunca chegam a um limite.

Sempre existirão novas rotas a serem desvendadas. As mais novas são: luta sindical, no STTR de Porto da Folha, como Secretária de políticas agrária, agrícola e meio ambiente e direção do Movimento dos Pequenos Agricultores e Agricultoras (MPA) de Sergipe.

“ Eu acho que sou uma agricultora, lutadora. Eu luto sempre. Tanto por mim como pela comunidade. O que eu sei eu não fico só pra mim. O meu prazer é repassar para os outros. Na verdade eu sou uma camponesa. Me identifiquei demais com o campesinato que conheci no congresso nacional do MPA. Eu disse pra mim mesma aqui eu me achei”.



Frente de casa



Biodigestor



Dona Josefa e a Serra que Guia.

O povoado Serra da Guia esta localizado no município de Poço Redondo-Se. Segundo os mais velhos existem várias versões para a origem do nome. Uma delas é que os vaqueiros negros usavam a serra como guia, como ponto de referência. Outra versão é que os caçadores também a utilizavam como Guia. Seja qual for a versão todas estão ligadas a fato do serrote servir de guia ou referência aos passageiros da região.

A comunidade de tradição e reconhecimento quilombola, ganha significado por suas histórias e encantos. Que vão desde as orquídeas, flora rara para região semiárida, as rezas, partos e curas de Dona Zefa da Guia, moradora mais ilustre da comunidade a qual contaremos um pouco da sua história aqui.

Josefa Maria da Silva é seu nome de batismo e registro, mas todos a conhecem apenas como Zefa da Guia. Nascida 07.09.1944, no povoado do mesmo município chamado

Risada, mas foi registrada com data de 15.09, segundo ela os antigos achavam que o dia 07 não era um dia agraciado para registrar uma criança.

Casou-se aos 13 anos com Alexandre Bispo Santos, 09 anos mais velho que ela e juntos tiveram 05 filhos e criaram mais 18, somando um total de 23 filhos, sendo 16 homens e 07 mulheres.

A PARTEIRA

Dona Zefa realizou seu primeiro parto aos 11 anos de idade e de lá para cá já somam 5.000, dois quais anotados em seu caderno 4.000 são seus afilhados/as.

Ela surpreende pela lucidez com que coloca a importância desse ofício para as populações rurais principalmente as mães de primeira viagem como ela chama as mães no primeiro parto e negras.

“Quem disse que todo parto tem que ser “cesario”? Não. Tem que se respeitar a hora de parir. O problema é que os médicos devia ter a função de cuidar. Mas quê? Chega lá no hospital e coloca as coitadas lá sozinha e fica só com negócio de toque. Aquilo é uma judiação. Eu já vi enfermeira botado a mão na boca das coitadas e dizendo: Num fez agora aguento.”

Talvez por isso é que, de acordo com dados do último Relatório Socioeconômico da Mulher, elaborado pelo Governo Federal, 62,8% das mortes decorrentes de gravidez atingem mulheres negras e 35,6% mulheres brancas. Nos últimos 22 anos, a mortalidade materna no Brasil caiu de 141 casos por 100 mil para 62 casos por 100 mil, uma redução de 56%, mas ainda está longe da meta estabelecida pela meta da ONU em 2015, de 35 mortes por 100 mil.



Dona Zefa ainda alerta para o fato do ofício de parteira não ser reconhecido e nem remunerado e isso faz com que cada vez menos mulheres se desafiem a aprender essa arte.

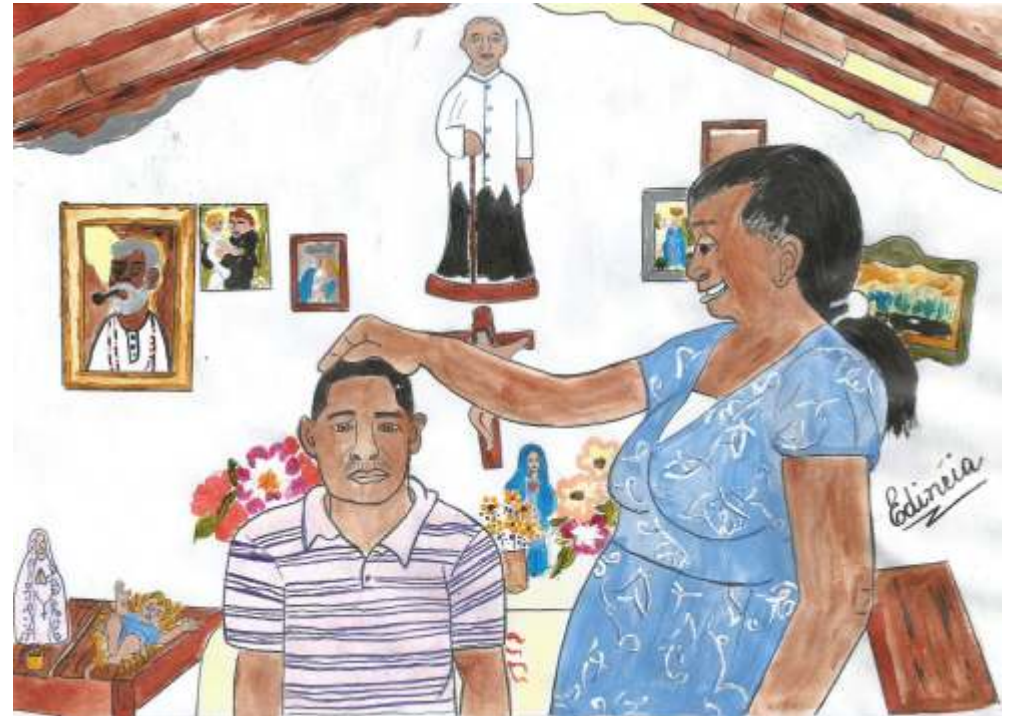
“ Eu já fiz mais de 4.000 mil partos. Nunca nem mulher, nem criança, morreu nas minhas mãos. A gente chega cedo, da carinho, conversa anima a mulher e isso ajuda muito. O cuidado. Mas os médicos tem o poder da caneta. Se morrer uma mãe, uma criança nas mãos deles, tudo certo, mas se morre na minha mão é crime. Quem vai querer?”

DESCOBERTA DE UM DOM.

Embora Dona Josefa seja mais conhecida pelo seu ofício de parteira, ela também tem uma relação profunda com as curas e rezas.

Segundo ela recebeu esse dom com idade de 07 anos. Uma entidade por nome Rainha das Flores teria revelado a ela o dom da cura. “ Deus deixou o curador mais condenou se

ganhar dinheiro com a Ação” A firma Dona Josefa. Ela atende pessoas vindas de todos o Nordeste. Todas as Quartas e Sextas seu terreiro é tomado por uma multidão que vem em busca de suas orações, segundo ela tem dias que tem mais de 100 pessoas em seu quarto de oração que ela construiu com recursos próprios.



Suas orações são vinculadas a matriz católica, como ela bem destaca e apresenta-nos uma oração para tirar dor de cabeça.

ORAÇÃO

Louvado seja nosso senhor Jesus Cristo, para sempre seja louvado, nossa mãe Maria santíssima. Deus na frente paz na Guia, Jesus José e Maria, nos guie e nos “lumine”.

Nosso senhor Jesus Cristo ia da casa dele para a casa de Jerusalém. Jesus Cristo perguntou: O que é que tu tem “fulano de tal”? -



Um das dores de cabeça com dor de pontada e ar de malícia e dores "incausada".

Venha que eu quero te curar e Jesus vai te salvar.

Passa dor de cabeça, com dor de pontada, ar de malícia, dor "incausada" 'pras' ondas do mar sagrado se tangerá. Com sangue de Jesus seu corpo serei banhado, com as palavras de Deus seu corpo serei salvo. Salvo de que senhor? (...)

Com o nome do pai do filho e do espírito santo e as três pessoas santíssima trindade, sereis curado seu corpo, e retirado os perigos e o mal.

Saia de dentro pra fora, saia do tutano pros ossos, dos ossos pros nervos, dos nervos pras juntas, das juntas pro sangue, do sangue 'pras' veias, das veias pra carne, da carne 'pra' pele, da pele pro ar. 'Pras' ondas do mar sagrado se "arretire" mal. (...)

Saia dos teus olhos, sai dos teus ouvidos, do teu nariz, saia da tua boca, saia dos dentes, saia do queixal, saia da língua das tuas amídalas, da tua garganta, do coração, das tuas entranhas, do bofe do figo, do rim, da passarinha, das tripas, das triagem, do reto da tua "ureta", doença de pus, e fraqueza de água. (...) Grande é o nome de Jesus salvai o corpo desse "fulano de tal" com a força do "credincruz".



Como boa guardiã dos saberes e histórias de sua ancestralidade, Dona Josefa, traz na memória as cantigas e brincadeiras da Guia de outros tempos, como revela nesse canto saudoso de infância.

Ô de lá, ô de lá ô de lá

Na laranjeira ô de lá

Mulher do cabelo preto

Derramado pelas costas

Aquilo que eu disse ontem

Eu quero saber da resposta



A história da menina Zefa, que se tornou ao longo da vida Dona Zefa da Guia, é cheia de encantos, cantos, rezas e risos. Quem chega a sua morada ou a encontra nas ruas de Poço Redondo em dia de feira, não se afasta dela sem ganhar um abraço e oração.

Sua história fascina e encanto a todos e todas que a conhecem e bebem um pouco de seu saber.

De tão místico encanta aqueles que têm coragem de olhar sua prática com a alma. Que colhe em seu abraço e orações sua luta e desejo de proteção aos menos favorecidos.

E talvez por isso sua história seja estudada por tantas e tantas.

Dona Zefa não sabe lê nem escrever, um reflexo da negação secular aos povos negros e quilombolas.

Porem, isso não á impediu de fazer e registrar histórias, a sua e a da Serra.

A ultima é **O Médico e a Rezadeira** do autor Antônio Lino, que revela em seu livro o encontro e vivência de Dona Zefa da Guia e o médico cubano, Sael Caballero do Programa mais Médicos. Em seu prefácio, escrito por Hêider Pinto, médico sanitaria, responsável pelo Programa Mais Médicos, no governo eleito Dilma Rouseff: «**O livro é o mergulho na história e alma desses dois grandes sujeitos que são a Dona Zefa e o dr. Sael Caballero.**

Nesta publicação, O Médico e a Rezadeira, Lino mergulha na história de uma das mais belas e emocionantes fotos do livro do mago Araquém Alcântara.

Dona Zefa cumprimenta o negro de jaleco branco, caprichando no aperto afetuoso com cheiro no cangote (...) Emaranhado no abraço da rezadeira, o médico alonga o vasto sorriso que cultiva sob o bigode."



Capa do Livro (Foto Araquém Alcântara)



Dona Josefina a guardiã das ervas medicinais.

Josefina Vieira, 51 anos, natural da comunidade das negas, município de Itabí, casada com José Alves Silveira a 34 anos. Seu despertar para o manejo de ervas e as curas datam de quando ela ainda tinha 14 anos de idade. A inspiração veio de vó Adélia, que ela chama de mãezona, que sempre mantinha um quintal com ervas medicinais.

*“ Eu via e achava aquilo interessante. Todo mundo gostava de vó Adélia era assim que todo mundo chamava”.
O gosto e o manejo foram aprofundados através da sua participação como agente da Pastoral e da Saúde e da Criança.*

Dona Josefina é militante do Movimento dos Trabalhadores e Trabalhadoras Sem Terra (MST), é assentada da reforma agrária, no Assentamento Jaramataia, localizado no município de Gararu, Sergipe.

Fala com carinho da luta e do desafio debaixo da lona e de toda a troca e conhecimento que esse movimento tem lhe propiciado. Porém quando fala da Pastoral da Criança, seu olho brilha e ela parece voltar a um tempo onde a solidariedade e a partilha entre mulheres era o que tinha de mais forte e como isso a encantava e fortalecia a luta e protagonismo feminino.

“Os encontros eram sempre só de mulheres, homem lá não entrava. Era um momento muito rico. Sempre pela manhã, agente abria com a palavra de Deus, as ervas ali no centro espalhada, pra quem quiser saber o nome, sua utilidade. Cada uma tinha uma função, umas iam buscar folhas, outras iam limpando e era muito bom. Hoje infelizmente acabou”.



Entre outras questões, como a falta de solidariedade das famílias em colaborar com os materiais para confecção dos remédios, ela atribui a descontinuidade dos trabalhos das Pastorais a mudança de foco da Igreja, que vem ao longo do tempo substituindo os párocos por padres mais jovens e que não valorizam o trabalho de base comunitária.

“Pastoral vem de Pastor, né? Então o seguinte é esse. Hoje eu vejo uma derrubada grande com a mudança dos párocos. Porque tinha um que dava apoio e outros não dava. Aí por aí começa. Porque se um pastor que está alí pra cuidar do rebanho e ele não apoia o seu rebanho, ele vai fazer o que? Futuramente vão todos abandonar a luta, né. E isso aconteceu aqui na nossa paróquia também”.

E vai versando sobre como a igreja feminina, ou seja, das freiras, da Pastoral, era quem lutava e mantinha o grupo: “ Enquanto Irmã Luiza estava lá, ainda tinha aquela luzinha. Ela dizia assim, vamos deixar ele pra lá e vamos tocar nosso trabalho. Mas depois que ela se foi aí tudo fracassou”.

Dona Josefina é católica, tendo dedicado boa parte da sua juventude a catequese, nas vilas e povoados por onde passou até fazer morada fixa no Assentamento Jaramataia.

Hoje é uma referência na arte de raizeira e rezadeira popular, ou seja, as rezas de cura, arte que herdou de sua vó. “ Todo o meu trabalho eu louvo a Deus”.

Quando a conversa rumo para alquimia das ervas, essa arte de transformar ervas em lambedores, banhos, garrafadas entre outras, ela busca diferenciar um de outro. Deixa claro que cada processo exige determinados cuidados e que nem tudo é a mesma coisa.

“Quem não sabe pensa que é tudo é mesma coisa, né? Mas, tudo é diferente. Lambedor é totalmente diferente da garrafada. Por exemplo: tem garrafada pra próstata, colesterol, pra rins, pra muitas aí, né”.

E assim versando sobre arte de fazer garrafada ela nos revela a sua especialidade que é a garrafada pra coluna que aprendeu com seu pai.

“ Meu pai fazia sempre pra coluna. Leva quixabeira branca, semente da aroeira (07 sementes). Meu pai sempre fazia usando os punhadinhos, né? Um punhadinho de quixabeira, assim o equivalente a 10 gramas, colocava numa garrafa com cachaça ou vinho e enterrava por uns 07 dias”

As plantas também tem seus caprichos e pra dá certo a gente tem que respeitar, alerta Dona Josefina fazendo referência ao uso da babosa.

“Muita gente diz que a babosa tem veneno, mas o segredo está no colher a babosa. Ela tem que ser colhida antes do sol nascer, por que durante o dia ela esta cheia de impureza, e antes do sol nascer esta cheia de orvalho da noite. Aí é só pedir licença a natureza e colher”.



O QUINTAL

Dona Josefina, assim como muitas mulheres do nosso semiárido, enfrenta sérias dificuldades na produção de quintal por falta de água.

O Assentamento Jaramataia é um dos muitos do Estado que não possui uma estrutura pública e regular de abastecimento de água, mas também não possui nenhuma tecnologia social de armazenamento, como os Programas: 1 Milhão de Cisterna e P1+2.

Mas isso não a impede de buscar estratégias para guardar e cuidar de suas ervas medicinais.

Vamos caminhando pelo quintal e ele parece que teima em driblar a aridez e a poeira típica de um verão alongado, vai saltando um verde regado com a pouca água que chega em algumas madrugadas. E dona Josefina diz em um tom indecifrável, a mim, se de lamento, ou resistência, ou esperança:

“ Eu as vezes fico acordada esperando que chegue alguma água. E encho essa vasilha aqui (tambor de 200l), e vou aguando de pouquinho e vamos vendo, né?”

Mostra com entusiasmo algumas ervas nativas que ela mantém no quintal, dentre elas uma crista de galo, adubada e regada com tanto mimo que dá a impressão que é sua alma que transborda em verde esperança nesse quintal.

“ Você acredita que as vezes eu perco o sono pensando se vai ter água ou não? Por que uma pessoa ainda pode gritar, correr atrás, mas uma planta? Eu fico triste quando morre uma”.

Dona Josefina alimenta o sonho de conquistar uma cisterna calçadão e diz: « *Sem água tudo fica difícil e mesmo sem ter nenhum reservatório, você tá vendo que só tenho esse aí e ainda considero uma riqueza, imagina se tivesse uma Calçadão daquela, heim?»*»



SITES CONSULTADOS:

<http://www.remedio-caseiro.com/manjericao-beneficios-e-propriedades/>

<http://belezadacaatinga.blogspot.com.br/2012/05/mulungu-erythrina-mulungu.html>

<http://www.criasaude.com.br/N7507/fitoterapia/mulungu.html>

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-86502001000500005

<http://noticias.r7.com/saude/mundo-boia-forma/7-beneficios-da-amora-para-que-serve-e-propriedades-01022016>

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA:

Lino, Antonio

O médico e a rezadeira / Antonio Lino; foto Araquém Alcântara.
São Paulo: Ed. do Autor, 2016. -- (Série branco vivo) Pg (06)

Lorenzi, Herri 1949

Árvores brasileiras: manual de identificação e cultivo de plantas arbóreas do Brasil, vol. 1/ Harri Lorenzi. 5.ed Nova Odessa, SP: Instituto Plantarum, 2008. Pg (150,167)

Apoio



**Rede Comunicadores (as)
Populares de Sergipe**

