



## DESTAQUES:

**PÁG. 2:** Bicicletas e Desenvolvimento Rural: uma parceria sustentável

**PÁG. 2:** À Conversa com... As Ervas da Zoé

**PÁG. 3:** Património Humano e Desenvolvimento Rural

**PÁG. 5:** Iniciativas EcoGerminar

## APOIOS:



Patrocine  
aqui

## Que Desenvolvimento Rural?

Quando falamos de desenvolvimento rural, sentimos o património cultural e natural, as nossas memórias a ganharem vida, porque dele relembramos as gentes e a simplicidade do estar, do ser, do saber, enfim, do viver. Recuperar esta sabedoria do viver na sua expressão mais humilde, poderá não ser encarada como desenvolvimento, mas sim como retrocesso à simplicidade da vida e aos valores que mais significado lhe atribuem. Todos podemos fazer parte deste retrocesso, desta recuperação de memórias vivas, para isso precisamos de estar e valorizar, de sentir e retribuir, de viver, e amar toda a forma de vida... e isso sim, é desenvolvimento rural...

Marco Domingues

## As Aldeias de Xisto

As **Aldeias do Xisto** são, essencialmente, um projeto de desenvolvimento sustentável, tendo como objetivo o combate a desertificação humana e a recuperação das tradições e características únicas ligadas ao património cultural, social e arquitetónico da região, que proporciona uma oferta a diversos níveis, tais como a hotelaria tradicional, a gastronomia, o comércio justo dos produtos locais, o artesanato, e principalmente a Natureza, entre outras.

São 27 as Aldeias do Xisto, que traduzem um símbolo de riqueza etnográfica ainda muito bem preservada, distribuídas pela região centro num território de enorme beleza que oferece experiências únicas.

No concelho de Castelo Branco existem duas dessas aldeias, Sarzedas, que se distingue pela mistura de cor das paredes feitas de argila e pedra, e Martim Branco, com os seus fornos comunitários a cheirar a pão quente.

É a caminhar pelas aldeias que se descobrem os seus encantos, todas elas tem percursos pedestres demarcados com sinalética específica sendo a rota de Sarzedas classificada com o PR3 CTB e a rota de Martim Branco o PR2 CTB.



Margarida Carmona

PortaMartimBranco



PercursoMartimBranco





## Bicicletas e Desenvolvimento Rural Uma parceria sustentável

Fazendo uma retrospectiva, acho que sempre houve bicicletas na minha vida. Ainda me lembro de tentar pedalar sem as "rodinhas" laterais ou daquela árvore que se atravessou na minha frente (ainda hoje, tenho quase a certeza que ela se moveu sorrateiramente).

Os meus pais são oriundos de aldeias do "Portugal Profundo", algures na Serra do Moradal. Certo dia, um amigo dos meus pais disse-me "nunca esqueças as tuas origens". Por vezes, as suas palavras ainda fazem eco na minha mente. E, se é verdade que - neste percurso que é a vida - mesmo que tenhamos tentado (ou por vergonha ou simplesmente por ser do contra) renegar essas mesmas origens, acabamos sempre por nos orgulhar das mesmas, fruto de um amadurecimento pessoal e da valorização do nosso património, da nossa cultura, do nosso povo. Devemos orgulhar-nos das vivências, dos pequenos nadas que - no fundo - são os que permanecem na nossa memória e são também aos quais recorreremos mais do que imaginamos.

Portugal é essencialmente rural. Mesmo em cidades de dimensões médias - como é o caso de Castelo Branco - ainda conseguimos sentir um viver descontraído, como que a apreciar o tempo mesmo que - por vezes - pareça que andemos todos ao ritmo do ponteiro dos segundos.

Mas, mesmo vivendo nestas cidades, sentimos o desejo de nos evadir da rotina, de sentir o vento na cara, de cheirar as diferentes essências que só a Natureza consegue produzir e isso, são experiências únicas e individuais. Há alguns anos atrás - mais concretamente 1999 - voltei a andar de bicicleta.

Curiosamente, vivia então numa aldeia perto de Castelo Branco. Na altura, serviu essencialmente para descontrair ao fim do dia de trabalho e explorar os inúmeros caminhos rurais que temos o privilégio de ainda poderemos percorrer. Este "retomar" da bicicleta foi o início de muitas voltas.

Foi também o reencontrar de locais, ou melhor, a descoberta de locais que - sem este meio de locomoção - muito dificilmente teriam sido registados na minha memória para revisitá-los sempre que quiser. Foi ainda a causa de grandes amizades criadas aos longo de cada pedalada.

Muito raramente pedalo só. Tenho o privilégio de acompanhar algumas das pessoas mais genuínas que conheci ao longo da vida. Partilhamos emoções, partilhamos vivências, partilhamos pequenos nadas. Ali, somos apenas parte de um todo. Esse todo ferve constantemente no sentido de manter a amizade pura.

Acredito que contagiámos ao longo destas pedaladas inúmeros habitantes rurais, no sentido de trocar palavras, trocar apertos de mão e até abraços como se de familiares se tratassem, ou amigos de longa data. São estes momentos que nos tocam e que ficam para sempre.

De forma a que parte deste espírito permaneça, tentamos sempre captar alguns momentos com as nossas máquinas fotográficas com a finalidade de publicar nos nossos blogs. Talvez este seja um excelente meio de promoção do Portugal Rural, em que nos inserimos. Talvez seja a vontade de partilhar algo que nos tocou de alguma forma.

**Paulo Alves**

<http://bttcastelobranco.blogspot.com/>



BTTMonfortinho2011



Agosto de 2010 junto à Cruz dos Franceses, na Serra da Labruja (Ponte de Lima) - Caminho Português de Santiago de Compostela.

Mais em: <http://cpssc-spa.blogspot.com/>





# À Conversa

com...



## 1. A Ervas da Zoé assume-se como promotora do desenvolvimento rural, uma vez que se sediou num meio rural, como o Ladoeiro. Aconselha outras empresas a optar pelo investimento no meio rural?

Sim. A instalação de empresas em meio rural parece-nos fazer parte das respostas para vários problemas socioeconómicos da atualidade nacional. Por um lado, existe essa necessidade para a economia nacional em geral. Depois de anos de políticas que quase levaram à asfixia da agricultura em Portugal, são agora recorrentes os apelos dos políticos dos mais variados setores para a criação de investimento no setor primário e na necessidade do aumento da produção agrícola portuguesa.

Por outro lado o êxodo rural massificado acabou por criar graves problemas sociais. É urgente lutar contra a desertificação e a instalação de empresas gera riqueza e postos de trabalho contribuindo para a fixação de pessoas.

A falta de pessoas no interior é um problema social grave que acarreta uma série de outros problemas como a solidão, falta de apoio familiar, encerramento de escolas, falta de serviços e trabalhos disponíveis, etc...

Nós somos um dos exemplos na região de que a instalação de empresas em meio rural é possível apesar de todas as dificuldades acrescidas decorrentes da interioridade. O facto de se estar longe dos grandes centros de consumo é inegavelmente um fator que pesa enormemente mas acreditamos que é uma questão de tempo e que o negócio acaba por se afirmar pela qualidade dos produtos. Os custos de produção numa região de interior são mais elevados do que em regiões rurais mais centrais como por exemplo Mafra ou Torres Vedras onde existe disponibilidade de todos os fatores de produção e a custos inferiores; também a distância dos dois grandes centros de consumo do país e dos principais eixos rodoviários de distribuição implica dificuldade e custos acrescidos na colocação dos produtos no mercado.

Acreditamos que a chave do sucesso passa mais pelo facto de se trabalhar com paixão, de produzir com qualidade e pela persistência e vontade de vencer. E no nosso caso pensamos que o que se perde em termos de facilidade nos negócios se ganha em termos de satisfação pessoal por ter um modo de vida em meio rural na nossa região e não noutra qualquer. É uma satisfação acrescida trazer mais vida à nossa Beira Baixa.

## 2. Porque investir no meio rural? (vantagens do meio rural vs urbano, potencialidades)

No nosso caso a atividade desenvolvida é a produção agrícola mas existe uma diversidade de atividades possíveis de desenvolverem meio rural, o regresso ao campo não passa apenas exclusivamente pela agricultura. A região tem condições naturais de exceção para as atividades do setor agropecuária (gado, hortícolas, mel, todos os derivados: queijos, enchidos, azeite, etc...), mas também para várias atividades do setor do turismo.

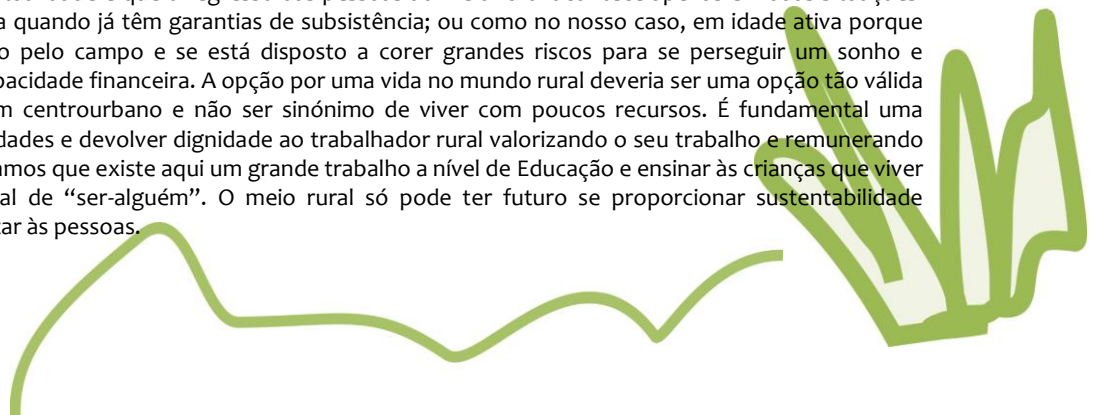
É uma pena ver esta região com tanto potencial económico não conseguir vencer o problema de saída de pessoas do seu território. Existem imensas lacunas e oportunidades na região.

Pessoalmente gostava de ver um dia a campina de Idanha ganhar de novo vida e encher-se de empresas a produzir alimentos em modo biológico... Vejo que a região tem potencial para ser um grande centro de produção de alimentos biológicos e considero que isso teria um enorme impacto económico e social sem prejuízos ambientais.

Numa região com características ecológicas como esta (Geopark Naturtejo, Reserva do Tejo Internacional, Serra da Malcata, etc...) e com as suas características edafoclimáticas que permite produzir alimentos de grande qualidade (melancia, tomate, beringelas, pimentos, queijo, azeite, mel, etc...) julgo que isso seria uma grande valia para a região e para o país.

## 3. Os apoios existentes para quem quer realmente desenvolver o meio rural português são suficientes? Quais as principais dificuldades que sentiu?

O que se verifica na atualidade é que o regresso das pessoas ao meio rural acontece apenas em duas situações: ou depois da reforma quando já têm garantias de subsistência; ou como no nosso caso, em idade ativa porque se tem imenso gosto pelo campo e se está disposto a correr grandes riscos para se perseguir um sonho e disposto a perder capacidade financeira. A opção por uma vida no mundo rural deveria ser uma opção tão válida como a de viver num centrourbano e não ser sinónimo de viver com poucos recursos. É fundamental uma alteração de mentalidades e devolver dignidade ao trabalhador rural valorizando o seu trabalho e remunerando de forma justa. Pensamos que existe aqui um grande trabalho a nível de Educação e ensinar às crianças que viver na cidade não é sinal de "ser-alguém". O meio rural só pode ter futuro se proporcionar sustentabilidade económica e bem-estar às pessoas.





Depois pensamos que é também necessária uma mudança de mentalidade por parte de alguns produtores que tem alguma dificuldade em trabalhar em parcerias e acabam por limitar o seu crescimento e o dos outros.

E enquanto não forem alcançadas essas mudanças de mentalidades que permitam que os investimentos no meio rural tenham uma boa rentabilidade e sejam apetecíveis, é crucial que exista uma política, uma estratégia sólida para apoiar os investidores que estão na disposição de realizar investimentos. Os apoios para os investimentos rurais (programas Programa Nacional de Desenvolvimento Rural - Proder ) existem e são fundamentais contudo impõem algumas limitações ao início de um projeto dado que os pagamentos são feitos mediante a prova do investimento realizado. Isto obriga a que o candidato tenha à partida uma considerável capacidade financeira. A forma como está estruturado torna-o um processo burocraticamente complexo e moroso, muitas vezes sujeitos a atrasos que podem complicar muito o andamento do projeto.

Na nossa opinião não existe um verdadeiro empenho político no desenvolvimento rural, apesar do que pode parecer em muitos discursos. É preciso que o Estado crie programas que apoiem iniciativas sustentáveis e deixe de ser paternalista, criando dependência pela concessão de subsídios. O encerramento de inúmeras escolas neste país é na nossa opinião mais uma prova da falta de uma política eficaz contra o êxodo rural. Como é que consegue atrair pessoas jovens para aldeias onde não existe sequer escola? Julgamos que poucos estarão na disposição de sujeitar os seus filhos a serem transportados com todas as consequências que isso tem.

#### 4. De que forma é que a EcoGerminar tem contribuído para o ajudar?

Em primeiro lugar é motivador saber que existem na região pessoas que se preocupam em contrariar o abandono do meio rural e que valorizam o trabalho das empresas que teimam em lutar e ter sucesso em meio rural apesar das dificuldades.

Nesta fase ainda muito inicial da nossa colaboração com a EG ainda não é possível avaliar em termos económicos o resultado do projeto em curso. A nossa expectativa é muito positiva mas sabemos que os resultados não se conseguem num curto espaço de tempo. Por agora, há a assinalar como benefícios positivos na nossa empresa a possibilidade de conhecer outros produtores, de partilharmos experiências, de nos integramos no quadro empresarial da região. Há ainda que realçar o facto de esta colaboração nos incentivar a abrir um espaço na nossa atividade para pensar, discutir outros temas, e pôr em prática algumas questões de estratégia na gestão da empresa. Falamos de questões como a definição da missão/visão da empresa, da adoção de medidas no âmbito da responsabilidade social, etc... Todas elas são questões que valorizamos e nos preocupam mas que acabam por ser sistematicamente adiadas devido à falta de tempo que nos deixa a intensidade da nossa atividade.

#### 5. O futuro passa pelo meio rural? De que forma?

Neste momento o nosso país passa por um grande fosso na distribuição de pessoas pelo meio urbano e o meio rural. Vivemos já as consequências dessa disparidade que tem impacto na produção/consumo de produtos agrícolas, nos problemas sociais urbanos por excesso de população e nos problemas sociais rurais por falta dela.

O modo de vida nas cidades é um modo de vida que subentende um grande consumo de recursos do Planeta e de poluição (pegada ecológica) que não é sustentável e não é uma possibilidade para todos, o nosso planeta não suporta tal consumo. Por outro lado, o crescimento da população mundial vai criar um grande desafio para a humanidade que é a produção de alimento em quantidade suficiente. Com a agravante de estarmos a entrar num período de alterações climáticas que dificultam a produção.

Na Natureza tudo tende para o equilíbrio e acreditamos portanto que um regresso ao meio rural seja uma inevitabilidade, uma inevitabilidade com grandes ganhos pois as pessoas trazem novas ideias, novos conhecimentos e experiências, diversas formações académicas, profissionais e novos valores. E pensamos que vão existir desafios para todos: desde os agricultores até aos cientistas que vão desempenhar também um papel essencial no futuro da Humanidade.

#### Contactos:

[ervasdazoe@gmail.com](mailto:ervasdazoe@gmail.com)

<http://www.wix.com/quintadasmentas/ervasdazoe>





Foto: Luís Rodrigues

## Património Humano e Desenvolvimento Rural

### Como era antigamente?

### Procuramos a resposta no Centro de Dia das Benquerenças

Relativamente à forma de trabalho, os idosos do Centro de Dia das Benquerenças revelam que sobreviviam através do campo: **“A minha família trabalhava toda no campo, tínhamos rebanhos onde se tirava o leite e o queijo para vender e para comer, antigamente fazia-se aos 10 e 12 queijos”** (D.M.<sup>a</sup> Morgado); **“Trabalhavam no campo e pagavam ao dia, trabalhávamos em tudo, no trigo, na ceifa, aveia, havia nos campos semeado, era onde trabalhávamos”** (D.M.<sup>a</sup> Vilela); **“Os homens mondavam e todo o resto tratavam as mulheres”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado).

Quando se fala da atualidade, **“Agora, é uma diferença como do dia para a noite, agora ninguém trabalha no campo”** (D. M.<sup>a</sup> Vilela); **“Agora está pior, as famílias estão a piorar, em tudo, até nos valores morais”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado); **“A família era mais unida e havia outros valores, que agora não se encontram”** (D. M.<sup>a</sup> Graciete).

É notória uma evolução, contudo falam com ar de revolta, **“Acho que agora recebem mais dinheiro, mas o dinheiro agora não vale como antes”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado).

Abordando a qualidade da alimentação e dos produtos, indicam que antigamente **“Havia sempre farinha e comida, para nós e para os animais, não faltava nada lá em casa”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado); **“Agora não há carne boa, a carne dos animais é seca, o toucinho com a febrinha e os presuntos e chouriços já não pingam o molho e não são suculentos”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado); **“Agora vivem mal, porque lhes falta para comer, nem têm onde cultivar, e nós tínhamos onde cultivar e o que comer”** (D. M.<sup>a</sup> Vilela); **“As carnes compravam-se aos vizinhos, carne de porco e cabra, bem mais gostosa que agora. Agora compra-se os frangos de aviário que mal têm sabor”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado).

Acerca alterações de comportamento e de valores indicam que **“As famílias não trabalham como antes. O luxo agora é maior, as pessoas têm mais fatos. Nós no nosso tempo, só tínhamos um fato e era vestido aos domingos para ir à missa ou em dias de festa. Já o fato do campo era sempre o mesmo”**; **“Já não há vergonha, já não há palavra de honra, ouvia-se dizer que quem não tem vergonha, todo o mundo é seu”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado).

No que toca às alterações das construções das habitações e dos transportes referem que **“As casas de antigamente não tinham wc, e agora todas já têm, quase que dá uma para cada um”** (D. M.<sup>a</sup> Vilela) **“Os transportes eram a pé para todo o lado, inclusive para a cidade e para cá vinha-se carregada com os sacos das poucas compras que lá se fazia, trazia-se tudo à cabeça”**; **“Antes ninguém ia às aldeias a vender e agora toda a gente lá vai, desde o padeiro, à senhora com as roupas, nada la falta”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado).

Relativamente às compras, **“dantes ainda havia uma mercearia, agora a minha filha escreve num papelinho o que lhe faz falta e vai aviar-se as lojas grandes na cidade, porque dizem ser mais barato. Antes pouca coisa se comprava, porque tínhamos tudo no campo”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado).

Outra grande alteração que evidenciam esta relacionada com os médicos, **“Nunca se tomou medicamentos, para a constipação fazia-se um chá quentinho de poejo bem quentinho e doce. E agora toma-se comprimidos para tudo e para nada”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado).

Nos rituais que recordam com nostalgia, falam agora com um certo rancor que até **“Até a missa vemos na televisão, antes todos íamos contentes com a roupa de Domingo, antes nem havia televisão”** (D. M.<sup>a</sup> Vilela); **“havia uma taberna com televisão lá na aldeia, e na altura das festas toda a gente se la juntava”** (D. M.<sup>a</sup> Morgado).

Ana Catarina Lopes



Utentes do Centro de Dia das Benquerenças





## Dica Sustentável

### O Campo na Cidade – Hortas urbanas

Nada como chegar à varanda e arrancar um raminho de coentros para umas amêijoas à Bolhão Pato. Ou ainda, noutra cenário, descer um bairro lisboeta, pela tardinha, entrar na horta e pôr mãos na terra, numa conversa suave e fértil com as plantas. Ora, as hortas urbanas estão aí e, naturalmente, vieram para ficar. Não se admire se um dia destes for surpreendido por uma placa com a mensagem: “Esta horta é auto-gerida, comunitária, ecológica. Não tem pesticidas, químicos, transgénicos.” O aumento progressivo de hortas urbanas no país, possivelmente resultado da crise económica, justifica um programa de incentivo à agricultura urbana e a criação de parques hortícolas em curso. Tal como já defendia o arquiteto paisagista Gonçalo Ribeiro Telles, nos anos 80, é possível associar um jardim à horticultura, e criar verdadeiros parques hortícolas de lazer. Manuela Raposo Magalhães, arquiteta paisagista e professora do Instituto Superior de Agronomia vai mais longe e defende mesmo a integração das hortas urbanas nos PDM “para criar as condições e agilizar o licenciamento destas actividades”. Existem atualmente em funcionamento no nosso país três tipos de hortas:

**Hortas sociais:** integradas em bairros de habitação social ou carenciada onde se pratica uma agricultura de sustento, cuja venda de excedentes pode servir de complemento ao rendimento familiar.

**Hortas pedagógicas:** geridas por escolas ou associações de sensibilização ambiental.

**Hortas de recreio:** destinam-se a quem quer divertir-se e aprender formas sustentáveis de se alimentar, com uma área mínima de 50 metros quadrados, onde é possível ter culturas interessantes de crescimento rápido: além das habituais ervas de cheiro (cebolinho, salsa, coentros), também alface, rabanetes, rúcula e lavanda para perfumar a casa!”. Um hobby barato e muito gratificante, sob o lema “água, luz, paciência e muito carinho”.

Aqui ficam algumas hortas urbanas em funcionamento no nosso país:

É o caso das Hortas da Graça (ou do Monte), Vale de Chelas e Quinta da Granja (Benfica), Horta do Monte (entre a Graça e a Mouraria) e Horta do Campo Grande. Mais a Norte, as referências vão para o projecto “Horta à Porta”, no Grande Porto, que conta já com 12 espaços comunitários para cultivo biológico e tem mais de 700 pessoas em lista de espera; Em resposta à crise, Maia viu nascer a



Foto: Luís Rodrigues

primeira horta de subsistência da região do Porto, podendo candidatar-se desempregados ou pessoas que declarem baixos rendimentos. Já Ponte de Lima apostou nas hortas urbanas como instrumento de educação ambiental e alimentar. Outras cidades, como Coimbra (Hortas do Ingote) e Funchal, disponibilizaram espaços verdes camarários para o cultivo de pequenas hortas e tornaram esta actividade um elo de convivência social e entre gerações. De Évora vem o exemplo dos já muito requisitados “quitandeiros” que aos sábados e domingos vendem à porta do mercado os produtos que cultivam nas hortas que existem à volta da cidade.

As hortas urbanas são uma realidade e um fenómeno em crescimento, inspirando a população citadina a boas práticas ambientais, para além de requalificarem os espaços urbanos e contribuírem para projectos de inclusão social.

Se gostou deste artigo e ficou interessado, o meu conselho é que procure saber junto da câmara municipal da sua cidade se existem hortas urbanas ou comunitárias em funcionamento ou se haverá algum projecto camarário ou de Associações, Escolas ou empresas.

Cláudia Tomás

Fontes de informação:

<http://www.regiao-sul.pt>

<http://www.lipor.pt>

<http://www.hortadaformiga.com>

<http://ecosfera.publico.clix.pt/noticia.aspx?id=1357449>

<http://www.camarasverdes.pt>



## Iniciativas EcoGerminar

### Ciclo de Cinema ao Ar - Livre

No passado mês de Setembro, a Associação EcoGerminar realizou na aldeia do Ladoeiro e em Castelo Branco um Ciclo de Cinema ao Ar Livre que pretendeu oferecer uma noite cultural diferente e com o objetivo de recolher bens alimentares a fim de poder ajudar famílias carenciadas.

Na aldeia do Ladoeiro foi exibido o filme “As Cordas de Amália” e para aprimorar a noite foi convidado o fadista da terra Rui Aziago, conseguindo assim cativar cerca 100 pessoas e leva-las a ter uma noite cinematográfica na sua própria terra. Nessa noite foram conseguidos cerca de 90kg de produtos alimentares.

Já na cidade de Castelo Branco, o Ciclo de Cinema ao Ar Livre foi extendido a dois dias, o espaço escolhido foi o anfiteatro do museu Cargaleiro a fim de promover o espaço e toda a parte histórica da cidade.

No primeiro dia foi exibido o filme “As cordas de Amália” e tal como no Ladoeiro foi convidado o fadista albicastrense, Nunes Fradique, conseguindo elevar ainda mais alto esta iniciativa. No segundo dia de atividade foi projetado o documentário “Ainda há Pastores ?” do realizador Jorge Pelicano, um documentário já muito galardoado e reconhecido.

Em Castelo Branco também houve uma boa adesão por parte do público albicastrense estando presentes nos dois dias cerca de 250 pessoas, angariando aproximadamente 130kg de bens alimentares.

Com esta actividade a Associação EcoGerminar pretendeu utilizar o cinema como um instrumento útil para a educação da sociedade e para a preservação de valores culturais apelando de igual forma á solidariedade das pessoas.



Ladoeiro – Ciclo de Cinema ao Ar Livre

**Manuel Filipe**



Anfiteatro Museu Cargaleiro – Ciclo Cinema ao Ar - Livre

O “Livro Escalos de Baixo, Meu Berço” é um olhar muito expressivo e emotivo sobre uma vida, uma cultura popular... É um despertar de histórias - e da história - que não queremos nem podemos perder.

Esta é uma forma nobre de preservar o património tradicional e de promover o desenvolvimento rural, uma forma criativa de abordagem às origens, um repto às gentes e descendentes de meios rurais.

**Teresa Preta**

*Por lembrar esse passado,  
Minhas origens meu fado  
Tantos bons e maus momentos,  
Quero, Escalos, escrever-te,  
Relatar-te, reviver-te  
Recordando esses eventos...*

*In “Escalos de Baixo, Meu Berço”, de Manuel d’Almeida Barata*

Contamos com a tua opinião,  
Contamos com a tua informação  
Contamos com a tua motivação...  
A tua atitude é a nossa mudança  
Participa, **ecogermina-te...**

**ecogerminate@gmail.com**

#### FICHA TÉCNICA:

**Coordenadora:** Teresa Gomes; **Paginação:** Teresa Gomes

**Colaboradores:** Cláudia Tomãs, Manuel Filipe, Marco Domingues, Margarida Carmona, Teresa Preta, Ana Catarina Lopes, Carisa Pláçido, Paulo Alves e Luis Rodrigues

**Associação EcoGerminar,** Rua da Fonte Nova, N.º 1, Quinta da Fonte Nova, 6000 - 167 C. Branco E-mail:

ecogerminate@gmail.com; Telefones: 91 797 02 14 / [www.ecogerminar.wordpress.com](http://www.ecogerminar.wordpress.com)

\*Esta newsletter foi escrita seguindo as regras do Novo Acordo Ortográfico

