



# *Esporte Educacional &* **SUSTENTABILIDADE**

**Realização**



**Apoio**

Associações Comunitárias:  
Vila da Felicidade  
Jardim Mauá  
Parque Mauá  
Mauazinho I e II

**Patrocínio**



**GOVERNO  
FEDERAL**

# PROJETO ESPORTE EDUCACIONAL E SUSTENTABILIDADE

## EXPEDIENTE

**DIRETOR EXECUTIVO** RUBENS GOMES

**COORDENAÇÃO DE PROJETOS** JÉSSICA FREITAS

**COORDENAÇÃO DO PROJETO ESPORTE EDUCACIONAL E SUSTENTABILIDADE** KATIUSSIA SOUZA

**ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO** GEISE MELO

**COLABORAÇÕES** MAURA PANTOJA  
ALCILENE ARAÚJO  
DANIELLY DA MATA

**TIRAGEM** 600 EXEMPLARES

Oficina Escola de Luteria da Amazônia - OELA  
Rua Francisco Oliveira, Nº. 8  
Quadra O, Conj. São Cristóvão.  
CEP: 69084-583. Bairro: Zumbi II  
Manaus | Amazonas | Brasil



## CARO LEITOR (A)...

A Oficina Escola de Luteria da Amazônia (OELA) completou 20 anos de atuação em 2018, são duas décadas de trabalho que busca ofertar a crianças, adolescentes e jovens acesso aos direitos básicos e fundamentais.

A OELA deu seus primeiros passos com o curso básico de luteria – a construção de instrumentos com caixa de ressonância, utilizando madeiras oriundas do bom manejo sustentável da Amazônia certificado FSC®. No decorrer do tempo a OELA dando visão as outras demandas da comunidade amplia seu leque de oportunidades adensando uma diversidade no seu atendimento, entre elas, a inclusão do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) nos programas desenvolvidos pela OELA, e outras atividades foram encorpando o escopo da entidade, e uma delas foi a prática do esporte educacional através do projeto Esporte Educacional e Sustentabilidade (EES).



Um dos direitos de toda criança previsto no ECA é 'brincar, praticar esporte e divertir-se', exatamente o que se proporciona aos participantes do projeto EES por meio das atividades práticas de remo, taekwondo e esportes coletivos com a metodologia do esporte educacional.

O Programa de Educação Ambiental também contribui muito para alinhar conhecimento e diversão dentro do projeto. Oficinas como de 'Boas práticas no meio ambiente', criação de horta e plantio de mudas são alguns dos exemplos das atividades de conscientização dentro do projeto. Outra grande iniciativa realizada pela OELA é o setor Psicossocial, formado por uma psicóloga e uma assistente social, esse setor faz o acompanhamento familiar das crianças atendidas no projeto e desenvolve diversas oficinas com o objetivo de contribuir positivamente na vida das famílias das comunidades alcançadas pelo projeto.

Nessa cartilha você encontrará conceitos, orientações e dicas referente ao trabalho desenvolvido no projeto, que contribuirão para a reflexão sobre a cidadania e o desenvolvimento integral do ser humano.

**Rubens Gomes**  
Fundador e Diretor Exetutivo  
Oficina Escola de Luteria da Amazônia

## SUMÁRIO

	Projeto Esporte Educacional e Sustentabilidade	07
	Psicossocial em ação	09
	Educação Ambiental em ação	12
	Principais vulnerabilidades sociais	14
	Educação Ambiental e sua importância na comunidade	17
	Telefones úteis e endereços	24



## PROJETO ESPORTE EDUCACIONAL E SUSTENTABILIDADE (EES)

Lançado em maio deste ano, o projeto Esporte Educacional e Sustentabilidade realizado pela Oficina Escola de Luteria da Amazônia (OELA) com o patrocínio da Petrobras, atende crianças e adolescentes das comunidades Vila da Felicidade, Parque Mauá, Jardim Mauá, Mauzinho I e II, Zona Leste de Manaus.

O objetivo do projeto é beneficiar mais de 300 participantes, levando a prática gratuita do taekwondo, remo e esportes coletivos a crianças e adolescentes, de 04 a 17 anos. O diagnóstico na área de atuação do projeto, envolve seis comunidades à margem da sociedade, é acolhida no seu entorno pelo Rio Negro com inúmeros impactos ambientais, apresenta vários indicadores sociais como: prostituição, drogadição, tráfico, violência, alto índice de trabalho infantil e ausência das crianças e adolescentes no contexto escolar regular. Pela área geográfica ser carente de espaços públicos para acesso recreativo e interativo, o Porto Fluvial local passa a ser o ponto central de entretenimento, geração de renda ilegal e acesso livre para os “olheiros” identificar e mapear as próximas vítimas.

A parceria Petrobras e OELA vem oportunizar por meio do esporte educacional atrelado aos programas complementares, ações e estímulos positivos no desenvolvimento cognitivo, emocional e social, contribuindo para sua formação, alcançando inclusive a comunidade.

Desde seu lançamento o projeto vem ganhando espaço e apoio da comunidade para o desenvolvimento das ações tanto nas modalidades ofertadas quanto nas atividades psicossociais e de educação ambiental que levam em consideração a metodologia do Esporte Educacional do Instituto Esporte e Educação e dar espaço ao ser criativo com um olhar diferenciado para o ambiente.

A atividades dos esportes coletivos acontecem na Escola Municipal Vila da Felicidade e no Campo próximo a Cozinha Comunitária com o educador Kaique Pinho. Já a prática do taekwondo é realizada na Escola Municipal Escritor Anísio Teixeira no bairro Jardim Mauá e na Escola Municipal Nova Vida, localizada no Mauzinho I, sob o comando do educador Júnio Reis. A Escola de Remo do projeto EES fica ancorada no 4º Centro de Geoinformação do Exército Brasileiro, na Compensa, Zona Oeste da capital e atende as comunidades focais do projeto, quem comanda a garotada nesta modalidade é o campeão mundial de remo, Manasseh Barbosa juntamente com o Waldonilton Andrade. As três modalidades já somam 245 participantes nas atividades do projeto.

O projeto EES também conta com o programa socioeducativo em que o educador Everton Bacury utiliza o esporte como ferramenta de educação complementar de reforço escolar, além disso, tem o programa ambiental que oferece diversas atividades aos participantes e a comunidade. A educadora ambiental, Danielly da Mata é a responsável pela realização de oficinas ambientais que procura mobilizar a comunidade para inserir em seu cotidiano a prática sustentável.

Nas próximas páginas você vai conferir um pouco das atividades já realizadas pela Educação Ambiental, além disso, vai encontrar informações sobre o setor Psicossocial. Muito importante dentro do projeto, esse setor contribui com o acompanhamento dos participantes do projeto e sua família criando estratégias relevantes para a melhoria da qualidade de vida dos mesmos por meio de oficinas lúdicas criativas, visitas domiciliares e atendimentos.

O projeto proporciona esse atendimento direto de crianças e adolescentes buscando fortalecer aridez sociais esportivas e a disseminação de tecnologias sociais esportivas com foco na ação comunitária, na acessibilidade, na diversidade e na ação integrada com setores saúde, educação e cultura. Proporcionando construir plataforma de integração do esporte educacional com a rede local de proteção de crianças e adolescentes.

## PSICOSSOCIAL EM AÇÃO



O setor psicossocial na organização da sociedade civil “Oficina Escola de Luteria da Amazônia-OELA”, desenvolve suas atividades baseados no Estatuto da Criança e do Adolescente /ECA- Lei nº 8.069 de 13 de Julho de 1990 no artigo 4º, e na Tipificação Nacional de Serviços Socioassistencial Resolução Nº 109, 11 de novembro de 2009 especificamente dentro da proteção social básica, que se organiza a partir de percursos, de modo a garantir aquisições progressivas aos seus usuários, de acordo com o seu período de vida, a fim de complementar o trabalho social com famílias e prevenir a ocorrência de situações de risco social.

O Serviço Psicossocial é caracterizado por ser um atendimento interdisciplinar, realizado por profissionais de Psicologia e Serviço Social. O projeto Esporte Educacional e Sustentabilidade têm como público alvo crianças e os adolescentes na faixa etária de 04 a 17 anos e suas respectivas famílias. Esses profissionais atuam principalmente nas situações de violações de direitos e risco social devem ser acompanhadas por profissionais especializados na área psicossocial.



## AÇÕES DO SETOR PSICOSSOCIAL

### ESCUA QUALIFICADA



Escuta Qualificada: por meio de entrevista objetiva verificar situações de vulnerabilidade relacionadas à renda, condições de moradia, convivência familiar e as necessidades de inserção em serviços sociais e necessidades de atendimentos individuais..

### OFICINAS



Oficinas psicossociais: tem o objetivo de sensibilizar os sujeitos para à prevenção de comportamentos de risco social e contribuem com a formação crítica e participativa.

### VISITA DOMICILIAR



Visita domiciliar: é uma investigação que tem como objetivo constatar situações de vulnerabilidade social observadas pela equipe psicossocial no momento da entrevista social.

### ATENDIMENTO PSICOSSOCIAL



Atendimento psicossocial: ocorre através da identificação da demanda na hora da escuta qualificada e encaminhamento feito pelos educadores e equipe técnica, em observações de comportamentos atípicos pelos participantes das atividades. Os participantes serão encaminhados ao setor psicossocial, no qual, são feitas os devidos encaminhamentos.

### ENCAMINHAMENTOS



Encaminhamentos: os participantes e os seus familiares são encaminhados para atendimento de necessidades básicas, direitos e aparelhos comunitários com o objetivo de acionar e articular sistemas de direitos de garantia. Os encaminhamentos são feitos para a rede socioassistencial vistos na página 21 desta cartilha.

### ATUAÇÃO EM REDES



Atuação em Redes: a equipe psicossocial participa de reuniões ordinárias e extraordinárias em Fóruns e Conselhos de Direito e Assistência Social da Criança e do Adolescente, com o objetivo de acompanhar as ações e medidas governamentais referentes à criança e ao adolescente e contribuir com a formulação de políticas públicas que realmente efetivem os direitos das crianças e adolescentes.

## EDUCAÇÃO AMBIENTAL EM AÇÃO

Dentro do projeto desenvolvemos campanhas ambientais, eventos e oficinas ambientais direcionadas aos usuários do projeto e para a comunidade.

A temática das oficinas são de sensibilização e conscientização levando todos a refletir de onde surgem as coisas que compramos, como são produzidas, quais recursos naturais são utilizados na produção até chegar às nossas mãos, se estamos usando somente o necessário ou estamos contribuindo com o consumismo. Trabalhamos o cuidado que precisamos ter para com o lugar onde vivemos chamado de Meio ambiente, devemos entender que tudo que está ao nosso redor, as pessoas, as plantas, os animais, precisam conviver de forma harmoniosa, o cuidado que precisamos ter com o lixo é de suma importância, se jogarmos no lugar correto e de forma adequada estaremos contribuindo para um planeta sustentável.

## EM QUANTOS PLANETAS VOCÊ VIVE?

Como sabemos vivemos em um único planeta chamado planeta Terra, e se nós como cidadãos não nos preocuparmos com o futuro dos nossos filhos e netos, eles não terão um futuro saudável, precisamos pensar e educar nossos filhos para o futuro, pensando na qualidade de vida que terão e como eles entregarão para os seus filhos.

Pensando nisso, desenvolvemos oficinas teóricas e práticas junto aos alunos do Projeto e com a comunidade interessada.

## OFICINAS E PROJETOS FUTUROS

Transformando lixo em brinquedos:  
Escolinha Alternativa



Horta orgânica  
Escola Municipal  
Nova Vida

Horta Comunitária:  
Parque Mauá

Jardim: Escola  
Vila da Felicidade



Espaço Verde:  
Campo Vila da  
Felicidade

Oficinas Ambientais: Vila  
do Pescador





## PRINCIPAIS VULNERABILIDADES

Vulnerabilidade social é o conceito que caracteriza a condição dos grupos de indivíduos que estão à margem da sociedade, ou seja, pessoas ou famílias que estão em processo de exclusão social, principalmente por fatores socioeconômicos.

**DESEMPREGO:** O desemprego hoje é uma das mais importantes causas de conflitos familiares. A insegurança gerada pelo desemprego leva os indivíduos a viverem sob constante pressão, se sentindo ameaçados e com os nervos a flor da pele. Esta ausência da capacidade protetiva e provedora da família corrompem o caráter dos indivíduos afetando a dinâmica familiar.

O aumento progressivo do desemprego permite que muitas pessoas tornem-se inadimplentes, assim, pode gerar conflitos e vulnerabilidades no seio familiar, insegurança familiar, inviabilizar o financiamento dos estudos dos filhos e o apoio a idosos. Apenas estas referências já apontam para algumas das causas do desemprego no País, pessoas sem capacitações específicas para o setor de trabalho margeiam as cidades vivendo em condições subhumanas deixando-se degradar física e moralmente.

### Dando a volta por cima!

Para os conflitos emocionais e sofrimentos psíquicos em decorrência do desemprego e outras vulnerabilidades, existem serviços públicos da Rede de Atenção à Saúde que podem realizar atendimentos para essas pessoas, como os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), Policlínicas e Unidades Básicas de Saúde que estão habilitadas a prestar atendimento. (mais informações na página de endereços e telefones úteis).

Em relação à capacitação profissional, o estado oferece gratuitamente cursos de qualificação profissional por meio do Centro de Educação Tecnológica do Amazonas (CETAM), onde são disponibilizados mais de 100 cursos nos espaços de escolas públicas, algumas organizações não governamentais e também nos centros de convivência. Também é possível realizar qualificação profissional pelo Sistema Nacional de Emprego (SINE), mas o órgão também oferece outros serviços como: Cadastro dos Trabalhadores; Orientação aos Trabalhadores; Intermediação de Mão-de-Obra e Emissão de CTPS.

**DROGAS:** Do ponto de vista do consumo, o problema das drogas permeia o

discurso tanto dos adolescentes envolvidos quanto dos pais e responsáveis. O consumo de drogas lícitas, especialmente o álcool, em alguns casos, inicia-se na própria família. Por ser socialmente aceito, o álcool é incorporado como elemento de sociabilidade em todas as camadas sociais. Encontram-se vários casos de alcoolismo de pais, irmãos ou parentes.

Já a droga ilícita — os inalantes, a maconha, o crack, ou outros — começa a ser consumida geralmente fora do espaço da família, a partir de uma relação de amizade ou de pertencimento a um grupo. De fato, os relatos enfatizam que os jovens envolvem-se com drogas principalmente pelas amizades.

Também podemos destacar que alguns jovens se envolvem com drogas, "porque acreditam que a vida é difícil", querem sentir-se mais leves, mais contentes, e, ou porque "muitos carecem de referência familiar", falta de oportunidade de emprego, a possibilidade de atingir um status social, obter respeito da sociedade, muitos se sentem excluídos, com a autoestima baixa, minam vontades e reproduzem violências. Diante disso, o tráfico atuaria nesses espaços de múltiplas vulnerabilidades sociais.

### Existe uma luz no fim do túnel!

Existem espaços públicos que precisam ser acessados pelas pessoas e famílias que estão passando por esse conflito, em Manaus temos o CAPS AD (Álcool e Drogas) que é mais direcionado para o público adulto e o CAPS i, direcionado para o público infanto-juvenil.

O Departamento de Proteção Social Especial (DPSE) da Secretaria de Estado de Assistência Social (SEAS) também pode ser acessado pelas pessoas adictas e suas famílias para verificar a possibilidade de internação e encaminhamento para organizações da sociedade civil que atuem na prevenção, recuperação e reinserção social de jovens e adultos dependentes químicos. (mais informações na página de endereços e telefones úteis).

**VIOLÊNCIA:** Violência significa usar a agressividade de forma intencional e excessiva para ameaçar ou cometer algum ato que resulte em acidente, morte ou trauma psicológico. A violência se manifesta de diversas maneiras: Violência contra a mulher, à criança e o idoso; Violência sexual, Violência urbana e Violência Verbal.

A violência doméstica contra crianças e adolescente pode se manifestar de diversas maneiras além da agressão física, é comum a violência através de ameaças, humilhações e outras formas que afetam psicologicamente as crianças e adolescentes.

Violência sexual é qualquer ato sexual ou tentativa de obtenção de ato sexual por violência ou coerção, pornografias (fotos e exposição de crianças), exploração sexual, telefonemas obscenos, mostrar órgãos sexuais, pedofilia, comentários ou investidas sexuais indesejados, atividades como o tráfico humano ou diretamente contra a sexualidade de uma pessoa, independentemente da relação com a vítima, é considerada como uma das violações dos Direitos humanos mais traumáticas e comuns.



Outra forma constante de violência é a negligência: alguns pais deixam de fornecer os cuidados necessários ao crescimento de seus filhos, que passam a sofrer privações essenciais à sua formação, como falta de carinho, de limpeza e, até mesmo, de alimentação adequada. Vale ressaltar que nem sempre essa omissão é decorrente da situação de pobreza em que a família vive.

Crianças e adolescentes, mulheres e idosos e de mais vítimas de violência doméstica, costumam apresentar vários sintomas físicos e psicológicos associados, o que pode ser observado através de seu comportamento.

A violência doméstica seria um elemento desencadeador que se expande também contra a mulher, por parte de seus companheiros e contra os idosos por parte de seus filhos e netos.

### **Precisamos parar a violência!**

Os casos de abuso e violência precisam ser reconhecidos como uma grave violação dos direitos humanos, por isso, é importante o acesso à informação, aos canais de denúncia e atendimento inicial para o rompimento do ciclo de violência e proteção da vítima. Em Manaus temos uma rede de proteção especializada para atuar nesses casos:

Criança e adolescente: Conselhos Tutelares, Delegacia Especializada de Proteção a Criança e ao Adolescente (DEPCA) e Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS).

Mulher: Delegacia Especializada em Crimes Contra a Mulher (DECCM) e Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS).

Idoso: Delegacia Especializada de Crime Contra Idoso (DECCI) e Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS).

### **Denuncie!**

Nos casos em que o denunciante teme retaliações e punições por ter denunciado, é possível fazer a denúncia de forma sigilosa com a garantia que a identidade de quem denunciou não seja revelada. Esse é um meio seguro de realizar denúncias anônimas e ajudar pessoas a escreverem uma nova história para suas vidas.

É importante procurar ajuda e não permitir que a violência e abuso continuem a acontecer. Denuncie se estiver acontecendo com você e denuncie se estiver acontecendo com alguém que você conhece, pois ficar calado pode custar a vida de alguém. Disque 100! (mais informações na página de endereços e telefones úteis).

## **EDUCAÇÃO AMBIENTAL E SUA IMPORTÂNCIA NA COMUNIDADE**



### **O QUE É EDUCAÇÃO AMBIENTAL?**

A educação ambiental é fundamental para que todos nós nos tornemos cidadãos mais conscientes sobre a sustentabilidade e a importância de construir um mundo melhor para as futuras gerações.

Adotar boas práticas ecológicas e incentivar o uso moderado dos recursos naturais são medidas básicas porém de suma importância na educação ambiental.

A proposta é muito simples: Saber usar os recursos naturais de forma equilibrada, porque nós seres humanos precisamos respeitar o ambiente em que estamos inseridos. Entendem-se por educação ambiental os processos por meio dos quais o indivíduo e a coletividade constroem valores sociais, conhecimentos, habilidades, atitudes e competências voltadas para a conservação do meio ambiente, bem de uso comum do povo, essencial à sadia qualidade de vida e sua sustentabilidade. Tudo isso está pautado na Constituição Federal da Política Nacional de Educação Ambiental - Lei nº 9795/1999, Art 1º.

“A Educação Ambiental nasce como um processo educativo que conduz a um saber ambiental materializado nos valores éticos e nas regras políticas de convívio social e de mercado, que implica a questão distributiva entre benefícios e prejuízos da apropriação e do uso da natureza. Ela deve, portanto, ser direcionada para a cidadania ativa considerando seu sentido de pertencimento e coresponsabilidade que, por meio da ação coletiva e organizada, busca a compreensão e a superação das causas estruturais e conjunturais dos problemas ambientais.” - SORRENTINO et all, Educação ambiental como política pública, 2005.

## O PAPEL DO PODER PÚBLICO NA EDUCAÇÃO AMBIENTAL

O Poder Público também faz parte desse processo e tem um papel importantíssimo junto a coletividade. O Poder Público é constituído por órgãos com autoridade para exercer um papel fundamental na preservação do meio ambiente. Isso ocorre não só porque tem o poder e dever de editar leis e fiscalizar o cumprimento da mesma, mas porque possui maiores e melhores condições de conduzir o comportamento da sociedade, a importância e significados de questões ambientais, o artigo 225<sup>a</sup>, CF/88, § 1º Assegura a efetividade desse direito. Assim como todos nós temos o direito ao meio ambiente ecologicamente equilibrado, bem de uso comum de todos. O papel do Poder Público é defender e preservar esses direitos para a as presentes e futuras gerações.

## QUALIDADE DE VIDA

É a busca constante da valorização da vida, onde o cidadão adota um novo estilo de vida onde o consumo dos recursos aconteça de forma equilibrada, sem desperdício de recursos, sem degradar o ambiente que vivemos, pois necessitamos dele para ter uma vida mais saudável.

Precisamos evoluir e inovar para que sejamos uma sociedade preocupada em obter melhor qualidade de vida, revendo nossos conceitos podemos entender melhor de que forma podemos contribuir com a sustentabilidade do planeta, pensando assim nas gerações vindouras.

Já ficou se perguntando porque acontecerão tantas mudanças ao longo da sua vida?

Como está hoje?

E como será o nosso amanhã ou dos nossos filhos?

É importante pensar nessas questões, porém mais importante é o agir.

## SANEAMENTO BÁSICO

No Brasil o saneamento básico é um direito de todo cidadão a ser garantido por lei. Lei nº 11.445/2007 faz parte do conjunto de infraestrutura e instalações operacionais de abastecimento de água, esgoto, limpeza urbana, drenagem, manejo dos resíduos sólidos e águas pluviais.

Esses serviços nos levam a ter uma melhor qualidade de vida, como na saúde, melhor educação, redução da mortalidade infantil, na renda e na preservação dos rios.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS): "Saneamento é o controle de todos os fatores ambientais que podem exercer efeitos nocivos sobre o bem-estar, físico, mental e social dos indivíduos".

O saneamento ambiental é um conceito que está intimamente associado à

sustentabilidade, ou seja, à conservação e melhoria do meio ambiente a partir do impacto ambiental gerado.

Ele reúne um conjunto de procedimentos que visam a qualidade da população, sobretudo na infraestrutura das cidades, as quais geram poluição do ar, da água e do solo.

Uma importante medida adotada por programas de saneamento ambiental é a conscientização e educação da população em geral com o intuito de alertar para a importância da conservação ambiental.

## COLETA SELETIVA

Cada tipo de resíduo tem processo próprio de reciclagem, ex: os resíduos recicláveis secos são compostos de metais, aço, alumínio, papel, papelão e diferentes tipos de plásticos e vidro, chamados de rejeitos, são os não recicláveis como: resíduos de banheiro, fraldas descartáveis, absorventes, cotonetes e outros produtos de limpeza.

Outros resíduos importantes são os orgânicos que são compostos por restos de comida, folhas secas, restos de podas de árvores, cascas de frutas e verduras.

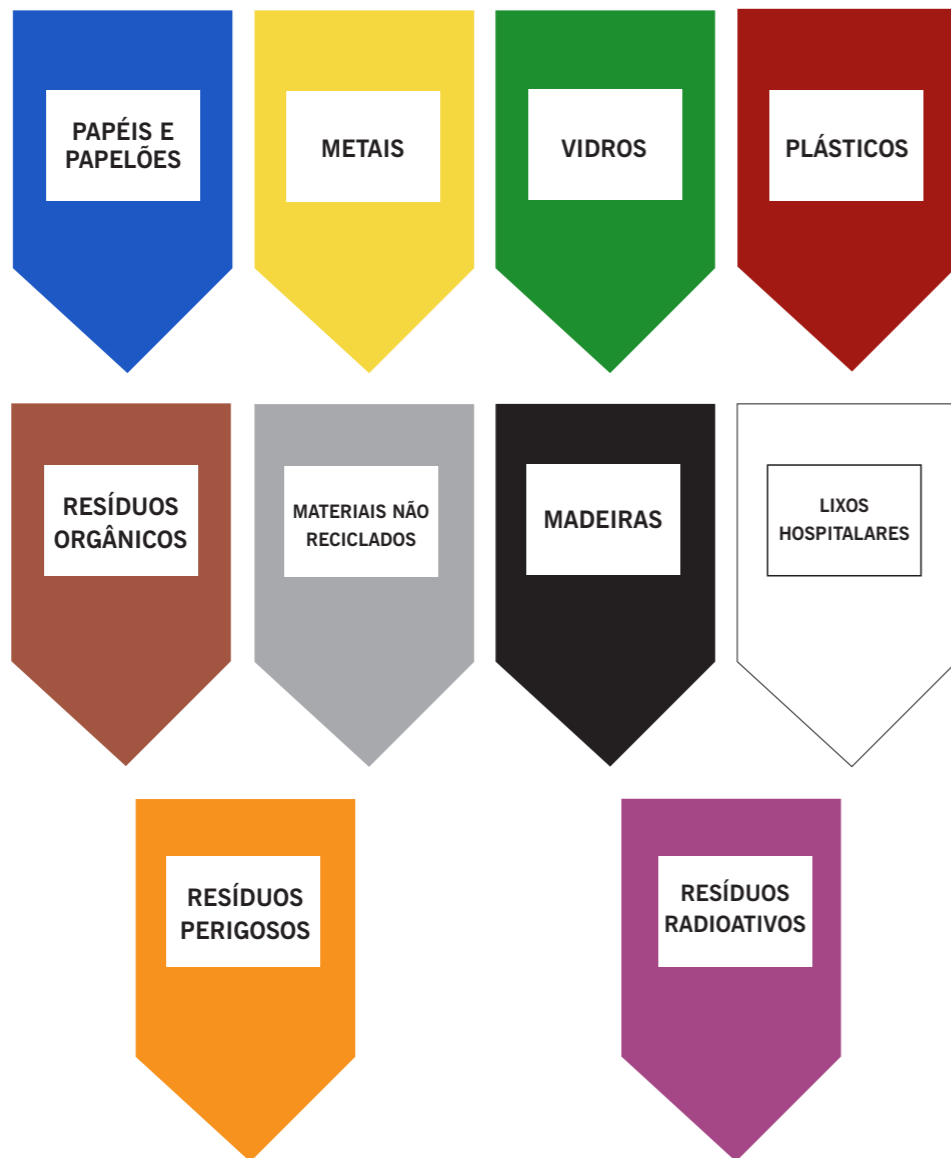
É importante que os resíduos orgânicos não sejam misturados para que não prejudiquem a reciclagem. Já os orgânicos podem ser transformados em adubo de forma simples, chamado compostagem.

É importante adotar o hábito de separar corretamente o lixo. A forma mais comum de descartar corretamente é a coleta por Pontos de Entrega Voluntária, por associações e cooperativas de catadores de material reciclável.

Segundo a Resolução do CONAMA (Conselho Nacional do Meio Ambiente) N.º 275/2001, foi estabelecido um código de cores para diferentes tipos de resíduos na coleta seletiva.

Assim, no padrão das cores dos contentores os materiais que cada um deles recebe são:





Todos os cidadãos podem colaborar com a separação dos materiais seguindo a teoria dos 3 r's, ou seja:

**Reduzir:** mudança de hábitos de consumo, reduzindo assim a proliferação de lixo.

**Reutilizar:** reutilização de materiais, como sacolas de supermercado, potes de vidro e plástico, dentre outros.

**Reciclar:** através de processos artesanais ou industriais, transformam-se materiais usados em novos produtos.

## RECICLAGEM

A reciclagem é um processo de transformação de resíduos sólidos, ela faz parte dos três erres, reciclagem, reutilização e redução.

A reciclagem é quando se reprocessa determinado item, já a reutilização é quando somente utilizamos algo, e a redução consiste em diminuir o consumo de determinado produto.

Esse processo é feito de várias maneiras como vemos no nosso dia a dia, como por ex: A garrafa pet pode ser transformada em muitas coisas reutilizáveis, artesanato, brinquedos, jogos lúdicos, nas hortas e etc, ou somente para se reutilizar ao armazenar água.

O óleo de cozinha usado pode ser transformado em sabão, que pode ser para consumo próprio ou como uma forma de renda. Abaixo temos dicas importantes de reutilização de alguns itens citados.

## SABÃO CASEIRO

### Materiais necessários

- 5 litros de água quente
- 1 kg de soda cáustica
- 5 litros de óleo de cozinha usado e coado
- Colher de madeira
- Balde – de material grosso e resistente

Recipiente para o molde do sabão (bandejas de plástico, caixas de leite cortadas ou gavetas velhas forradas com um pano ou papel manteiga).

### Passo a Passo

1. Coloque a soda cáustica no balde e adicione a água fervente aos poucos, com muito cuidado.

2. Junte o óleo e continue mexendo.

**Dica:** Mexa com a colher de madeira, sempre com a mesma intensidade e para a mesma direção para não coalhar, até que o sabão se torne pegajoso. Esse processo leva de 20 a 30 minutos.

3. Quando o sabão já estiver com uma consistência pastosa, despeje-o no recipiente para o molde do sabão. Deixe-o secar de um dia para o outro, corte-o em pedaços e desenforme.

### Dicas importantes de segurança:

- Óculos de segurança
- Luvas de proteção
- Máscara respiratória
- Procure fazer as receitas em um local aberto e com boa ventilação.



## COMPOSTAGEM

A compostagem é uma saída sustentável para dar fim ao lixo orgânico produzido em casa, com sobras de frutas, legumes, serragem, folha seca, capim, transformamos em adubo natural, que pode ser usado em jardins, hortas e plantas em geral.

### O que devo usar:

- Restos de alimentos, talos e cascas de verduras ou frutas;
- Resíduos fresco;
- Serragem e folhas secas;
- Esterco.

### O que não devo usar:

- Restos de alimentos cozidos e gordura;
- Frutas críticas;
- Resíduos de banheiro, fralda descartável e outros;
- Fezes de cães e peixes;
- Alho e cebola.

### E aí bora fazer?

#### O PASSO A PASSO DA COMPOSTAGEM:

- Escolha um lugar sombreado, de fácil acesso e preferencialmente sobre a terra, de modo a manter contato mais íntimo com a vida do solo;
- Reduza o tamanho dos restos orgânicos, picando ou rasgando;
- Coloque primeiro o material graúdo (o mais adequado é o de poda de árvores e cercas vivas, devidamente picado) até uma altura de 20 cm;
- Acrescente outros resíduos de jardim e de cozinha, evitando porém, a formação de camadas nitidamente diferenciadas de um único tipo de material;
- Mantenha o material solto e fofo;
- Depois de colocar o material, recubra com uma camada de grama, palha, folhas de bananeira, de palmeira ou folhagem para protegê-lo tanto do ressecamento quanto de chuvas fortes, conservando-lhe a umidade e o calor;
- Molhe sempre que necessário para manter a umidade, mas lembre-se que não deve ficar muito úmido;
- Avalie a temperatura usando um termômetro de haste longa, uma barra de ferro ou colocando a mão no interior do monte. Se for possível suportar o calor da barra ou do composto, a temperatura está boa, mas se é praticamente

impossível segurar a barra ou manter a mão no monte, é preciso resfriá-la.

### LEIRAS:

No caso específico das leiras, existem algumas dicas para sua construção:

- À medida que se eleva, a leira deve ir diminuindo em sua largura, tomando a forma de uma tenda, em cujas paredes a água da chuva poderá escorrer;
- Revire a leira de 3 em 3 dias durante 15 dias (nesse período a temperatura pode chegar a 70°C), depois de 2 em 2 semanas do 16º dia até o quarto mês e por fim, uma vez no 5º e outra no 6º mês.

**Dicas importantes:** Após alguns dias, observar se o núcleo da leira está aquecido, caso contrário ela pode estar muito molhada ou seca, compactada demais ou muito pequena. Jamais revolva a leira enquanto estiver muito aquecida e ao mesmo tempo exalando cheiro ácido.

PODE

Frutas, vegetais, folhas secas, guardanapos, borra de café, casca de ovos.

NÃO  
PODE

Frutas cítricas, alho, cebola, frituras, comida temperada e industrializadas.



## TELEFONES ÚTEIS E ENDEREÇOS:



### PONTOS DE RECICLAGEM:

**Cooperativa Aliança** (92) 99507-3629  
**Cooperativa Camam** (92) 99342-8866  
**Limpex** (92) 3639-2300  
**Ecollope** (92) 3023-5667  
**Cooperativa Dillimpo Reciclagem** (92) 99148-6329  
**Associação de Catadores de Recicláveis** (92) 99157-2512  
**Eco Cooperativa de Recicláveis** (92) 99188-6407



### CRIANÇA E ADOLESCENTE

#### **Conselho Tutelar Zona Leste I**

Endereço: Avenida Grande Circular, nº. 5613 – São José I – CEP 69085-000.  
Ponto de referência: Próximo ao Ginásio Poliesportivo Zezão  
Telefones: (92) 3249-7380 – Corporativo: 8844-5628

#### **Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente (CMDCA)**

Avenida Perimetral, nº 22 – Conjunto Castelo Branco (CSU do Parque 10),  
Parque 10 de Novembro, Manaus – AM  
Telefone: (92) 3214-5084

#### **Delegacia Especializada de Proteção a Criança e ao Adolescente (DEPCA)**

Rua 6, Quadra 07, s/nº, Conjunto Vista Bela, Planalto, Manaus – AM  
Telefones: (92) 3656-8575/ 3656-7445

#### **Delegacia Especializada em Apuração de Atos Infracionais (DEAAI)**

Estrada dos Franceses, 10, Alvorada, Manaus – AM  
Dentro do Centro Integrado de Atendimento Inicial ao Adolescente Infrator  
Telefones: (92) 3214-2289/ 3214-2288

#### **Centro de Atenção Psicossocial Infanto-Juvenil (CAPSi)**

Avenida Adolpho Ducke, nº1221, Conjunto Acariquara, Coroadó, Manaus – AM  
Telefones: (92) 3644-3094 / 3201 / 3371 / 8796



### ASSISTÊNCIA SOCIAL

#### **Centros de Referência de Assistência Social (CRAS) - CRESPO**

Rua Magalhães Barata, Beco Olaria, s/n, Crespo, Manaus - AM  
CEP: 69073-166  
Telefones: (92) 3214-3307 / 3215-3886

#### **Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS) – Japiim**

Av. General Rodrigo Otávio, Parque Lagoa Arthur Virgílio Filho, Japiim I, Manaus – AM  
Telefone: (92) 3215-2943

#### **Secretaria Municipal da Mulher, Assistência Social e Direitos Humanos (SEMMASDH)**

Av. Ayrão, esquina com a Av. Ferreira Pena, s/n - Centro, Manaus – AM  
Ponto de referência: antiga caixa d'água da Cosama  
CEP: 69025-005  
Telefone: (92) 3215-3886



### MULHER

#### **Delegacia Especializada em Crimes Contra a Mulher (DECCM) – Cidade de Deus**

Rua Santa Ana, s/nº, Cidade de Deus, ao lado do 13º DIP, Manaus - AM  
Telefone: (92) 3582-1610

#### **Delegacia Especializada em Crimes Contra a Mulher (DECCM) – Parque Dez de Novembro**

Av. Mário Ypiranga, 3395 - Parque Dez de Novembro, Manaus - AM  
Telefonde: (92) 3236-7012



### ÁLCOOL E DROGAS

#### **Centro de Atenção Psicossocial Dr. Afrânio Soares (CAPS ad III)**

Av. Efigênio Sales, 5, Conjunto Jardim Espanha – Aleixo  
Telefone: (92) 98842-6663 3644-3371

#### **Departamento de Proteção Social Especial – DPSE**

Avenida Darcy Vargas, 77, Chapada  
Ponto de referência: Em frente ao Amazonas Shopping e ao lado da UEA  
Telefone: (92) 2121-7863

### **Desafio Jovem**

Rua fragata, 100, Petrópolis  
Telefone: (92) 3304-7704



### **PSICOLOGIA**

### **Centro de Atenção Psicossocial Benjamim Matias Fernandes (CAPS III)**

Avenida Maneca Marques, 1916 – Parque 10  
Telefone: (92) 3214-9172

### **Policlínica Antônio Reis**

Rua São Luíz, s/n - São Lázaro, Manaus - AM, 69073-090  
Telefone: (92) 3214-3603

### **UBS Deodato de Miranda Leão**

Av. Presidente Dutra, s/n – Glória  
Telefone: (92) 3671-4722



### **IDOSO**

### **Delegacia Especializada de Crime Contra Idoso (DECCI)**

Rua do Comércio, Parque 10, ao lado da Cachaçaria do Dedé – Manaus - AM  
Telefones: (92) 3214-5800/ 3214-5801



### **TRABALHO E QUALIFICAÇÃO PROFISSIONAL**

### **Sine Manaus**

Alô Trabalho 3215-4720

### **Centro de Educação Tecnológica do Amazonas (CETAM)**

Av. Pedro Teixeira, nº 2354, Dom Pedro

### **Centro de Convivência da Família 31 de Março**

Endereço: Rua: 21, nº 453 B, Cj. 31 de março – Japiim I



### **DENÚNCIAS DE VIOLAÇÃO DOS DIREITOS HUMANOS**

### **Disque Direitos Humanos**

100

Horário de atendimento: 8h às 22h, inclusive nos fins de semana e feriados.



### **PREVENÇÃO DE SUICÍDIO**

### **Disque-prevenção de suicídio**

188

Horário de atendimento: 24 horas todos os dias

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. LEI Nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Aprova o Estatuto da Criança e do Adolescente.

BRASIL. Resolução Nº 109, 11 de novembro de 2009. Aprova a Tipificação Nacional de Serviços Socioassistencial.

JOVENS EM SITUAÇÃO DE POBREZA, VULNERABILIDADES SOCIAIS E VIOLÊNCIAS. Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-15742002000200007](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-15742002000200007)>. Acesso em: 22 AGO. 2018.

ONU - A Resolução nº 64/292.

Organização Mundial da Saúde – OMS – fundada em 07 de abril de 1948.

SIGNIFICADO DE VULNERABILIDADE SOCIAL. Disponível em:

<<https://www.significados.com.br/vulnerabilidade-social/>>. Acesso em: 22 ago. 2018.

VIOLÊNCIA SEXUAL. Disponível em:

<[https://pt.wikipedia.org/wiki/Viol%C3%Aancia\\_sexual](https://pt.wikipedia.org/wiki/Viol%C3%Aancia_sexual)>. Acesso em: 22 ago. 2018.

EDUCAÇÃO AMBIENTAL. Disponível em:

<<https://www.todamateria.com.br/educacao-ambiental/>>. Acesso em: 18 set. 2018.

COLETA SELETIVA. Disponível em: <<https://www.todamateria.com.br/coleta-seletiva/>>. Acesso em: 18 set. 2018.

RECICLAGEM. Disponível em:

<<https://www.todamateria.com.br/reciclagem/>>. Acesso em: 18 set. 2018.

COMPOSTAGEM DOMÉSTICA PASSO A PASSO. Disponível em: <<https://lar-natural.com.br/como-fazer-compostagem-domestica-passo-a-passo/>>. Acesso em: 18 set. 2018.

RECEITAS DE SABÃO CASEIRO FÁCEIS. Disponível em:

<<https://www.revistaartesanato.com.br/11-receitas-de-sabao-caseiro-faceis>>. Acesso em: 18 set. 2018.

## Realização



## Apoio

Associações Comunitárias:  
Vila da Felicidade  
Jardim Mauá  
Parque Mauá  
Mauazinho I e II

## Patrocínio



GOVERNO  
FEDERAL

Oficina Escola de Luteria da Amazônia - OELA  
Rua Francisco Oliveira, Nº. 8  
Quadra O, Conj. São Cristóvão.  
CEP: 69084-583. Bairro: Zumbi II  
Manaus | Amazonas | Brasil