

# E-BOOK

Oficina de Compostagem

**Comer - Compostar - Plantar - Colher - Comer**



*por ana lemos*

## Por que Compostar

- ✓ 50% do Resíduo produzido é Orgânico
- ✓ 1 pessoa gera aproximadamente 15 kg de resíduo orgânico por mês
- ✓ 15 kg de resíduo orgânico se transforma em 10 kg de composto
- ✓ Diminui o desperdício de alimentos
- ✓ 10% o orçamento municipal é para a gestão dos resíduos
- ✓ Gera impactos positivos para o meio ambiente e ganhos de imagem e agrega valor para negócios

## **Por que Agricultura Urbana => Jardins Comestíveis**

- ✓ Produz alimentos saudáveis, frescos, do Jardim para o Prato
- ✓ Diminui gastos com supermercado e farmácia
- ✓ Promove beleza cênica
- ✓ Promove ganhos de imagem e agrega valor para os negócios

Compostagem & Jardins Comestíveis => Vida Urbana Sustentável

## **Video Inspiração sobre Compostagem**

<http://www.youtube.com/watch?v=FKGizjrR35U>



# A Lógica da Compostagem



## Compostar é o processo de Digestão da Terra

- Tentamos replicar o que acontece naturalmente nas florestas, as folhas e frutos caem das árvores no solo formando uma camada fofa de matéria orgânica que, associada às chuvas, vai se decompondo e vitalizando o solo mantendo a floresta em sua rica biodiversidade
- A compostagem consiste na transformação de resíduos orgânicos em adubo e húmus através de um processo de fermentação natural feito por micro e macro organismos

## Entendimento Holístico do Processo de Compostagem

- Elemento Terra => são os resíduos orgânicos inseridas
- Elemento Água => se integram com os resíduos orgânicos inseridos
- Elemento Ar => se manifesta com o movimento de descompactação do composto
- Elemento Fogo => se manifesta com a fermentação Natural dos resíduos orgânicos inseridos
- Elemento Espaço => se integra através da ação das pessoas que realizam a compostagem e possibilita que tudo aconteça.



## Como iniciar o Processo de Compostagem no Meio Urbano

- ✓ Definir o espaço disponível adequado – Local arejado Protegido de Sol e Chuva
- ✓ Definir o tipo de composteira
- ✓ Definir os resíduos orgânicos úmidos e secos do processo
- ✓ Organizar a cozinha para direcionar os resíduos orgânicos para a compostagem
- ✓ Manter disponível material orgânico seco para compor com os resíduos úmidos da cozinha
- ✓ Processo Educativo e Informativo integrando todos ao novo de direcionamento dos resíduos

## Formato de Compostagem Doméstica



**Composteira Humi  
casas e apartamentos**



**Compostagem em galão para  
casas e áreas abertas**



**Compostagem em caixas  
casas e apartamentos**



# Formato de Compostagem Empresarial

Compostagem em Cilindros

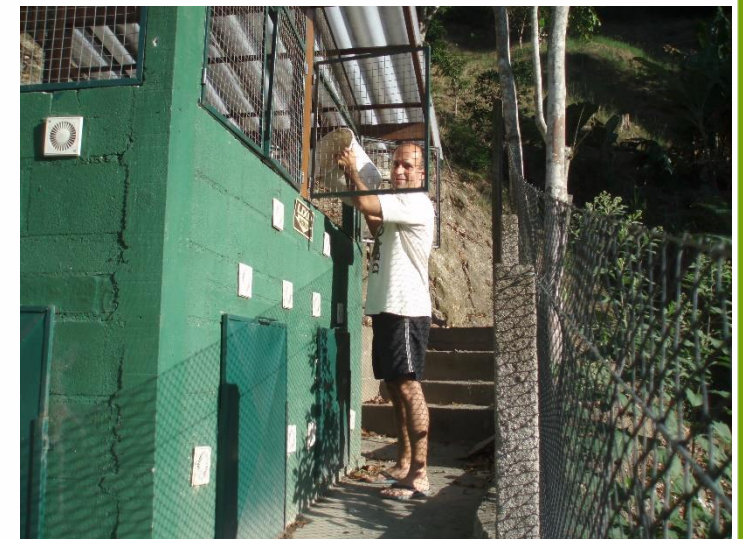


Compostagem em Cilindros



Compostagem em caixas

Compostagem em Alvenaria

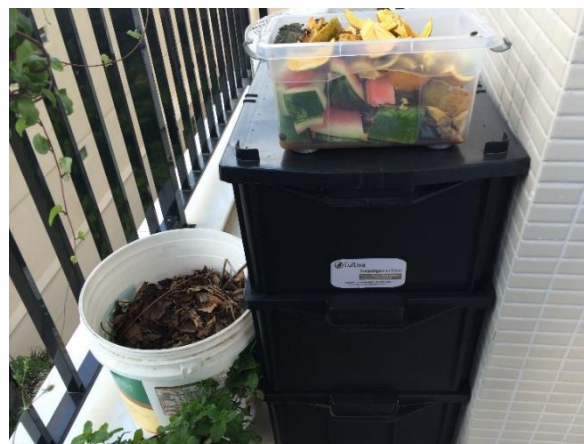


# Compostagens diferenciadas



Compostagem em Caixas → processo seletivo quanto aos resíduos orgânicos a serem compostados

→ Adequado para espaços indoor



## Resíduos Orgânicos do Processo

- ✓ Casca de Frutas e Legumes
- ✓ Casca do ovo
- ✓ Borra de café
- ✓ Guardanapo
- ✓ Filtro de café e chá usados
- ✓ Pó de varrição de chão

## O que não pode

- ✓ Líquidos
- ✓ Alimentos cozidos
- ✓ Fezes humanas e de animais



## Compostando

**1 parte de material orgânico úmido**  
**3 partes de material orgânico seco**  
**(palha de grama, serragem grossa, folhas de árvore secas e amassadas)**

**Manter o material úmido**  
**sempre coberto com material seco**

**Controlar a Umidade do processo**  
**Descompactar, Aerar o processo**







**Composto Pronto + - 60 dias**

**Produto Final**

**Compostagem em caixas**



**Chorume – Bio Fertilizante**



# Compostagens diferenciadas



**Compostagem em Bombonas** → processo Vale Tudo, processa todos os tipos de resíduos orgânicos

→ Adequado para espaços abertos ,



→ Chorume descartado

**Resíduos Orgânicos do Processo**

✓ Todos os tipos de alimentos, crus e cozidos

**O que não pode**

✓ Fezes humanas e de animais

## Compostagens diferenciadas



**Compostagem de folhas**



**processa todo tipo de folhas, podas e aparas de jardim**



**Adequado para espaços abertos, compostagem contato direto com o solo**



**Método simples fácil de aplicar**



## Compostagens diferenciadas

- Compostagem → processa fezes de animais e papel higiênico usado
- Aplica o mesmo método do Bason, Vaso Sanitário Seco
- Material se mantém compostando por 12 meses – compostagem anual

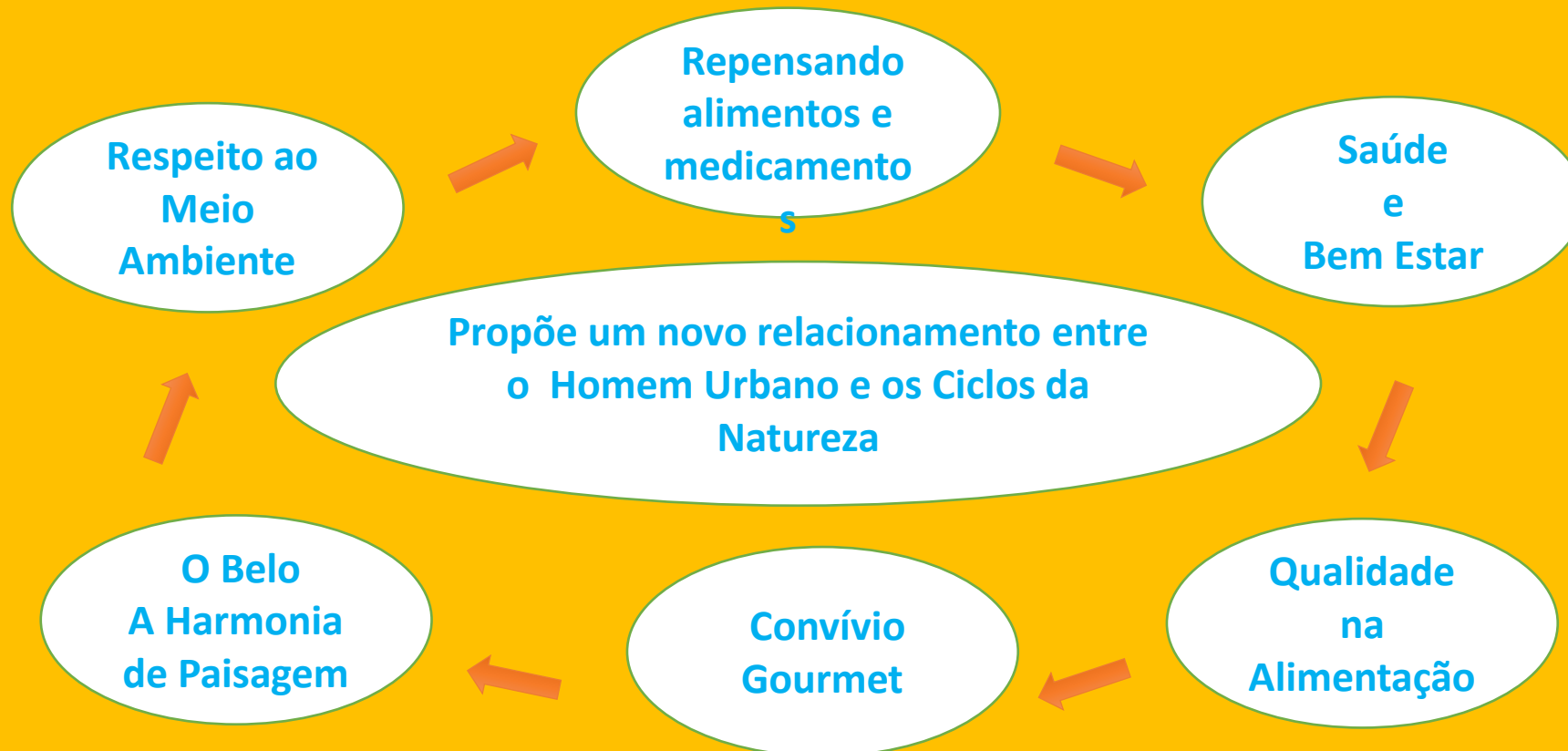


# Jardim Comestível & Hortas Urbanas

É um processo de Reconstrução de Conceitos

É Aprendizado Contínuo e Transformador

É ESCOLHA .....É TROCA



## O cultivo de alimentos e ervas medicinais em espaços urbanos

- Onde**
- Ambientes domésticos
  - Ambientes escolares, comerciais
  - Espaços públicos – praças e calçadas
- Como**
- No paisagismo
  - Em Vasos
  - Em canteiros de hortas convencionais





## Possibilidades de Cultivo

### Horta em Vasos

Tomilho  
Alecrim  
Cebolinha  
Salsa  
Estragão



## Possibilidades de Cultivo

Horta  
Gourmet



Cultivo num pequeno espaço  
do ambiente





Possibilidades de Cultivo

Paisagismo  
Jardim  
Comestível

Taioba  
Batata Doce  
João Gomes







Possibilidades de Cultivo

Horta  
Suspensa



## Possibilidades de Cultivo

Horta  
Tradicional



Agricultura Urbana  
Cultivo e Harmonia de Paisagem



# Planejando Seu Jardim Comestível



Como e onde vai estabelecer seu espaço de cultivo



O que você quer deste espaço



Mãos na terra e divirta-se como aprendiz da natureza

## 1° passo

Escolher o local dos Plantios

## 2° passo

Escolher o que quer plantar

## 3° passo

Avaliar a condição da terra disponível

## 4° passo

Preparar a terra  
Compostagem  
mudas

## 5° passo

Plantar e aprender a cultivar

## 6° passo

Proteger a terra e observar o cultivo

## 7° passo

Luminosidade  
Água  
Adubação

## 8° passo

Ponto de Colheita e cultivo contínuo



## Avaliar a condição da terra disponível

Dicas Práticas

Como preparar a terra para o cultivo

Dicas Práticas

### Receita de Mistura de Terra para Cultivo

50% de Adubo Orgânico (compostagem de resíduo orgânico – restos de alimentos e folhas)

20% de Humus de Minhoca ( composto orgânico processado em caixas de compostagem)

20% de barro / argila

10% de areia

**OBSERVAÇÃO** Avalie a condição da terra a ser cultivada e integre os ingredientes que considerar necessário.

O objetivo é ter uma terra com diversidade de nutrientes e boa drenagem

Dicas Práticas

Dicas Práticas



Como fazer o Adubo Orgânico e Humus de Minhoca  
Processo de Compostagem

### Compostagem

Transformando resíduo orgânico em Adubo - Círculo Virtuoso do Alimento



Dicas Práticas

Dicas Práticas



## Sugestão de Cultivos Fáceis

### Plantas Solares

**Gourmet Rasteiras** => Rúcula, Salsa, Cebolinha, Orégano, manjerona, salvia, coentro do Pará, tomilho, beldroega, erva doce, espinafre, nirá, acelga, grama de trigo, abóbora (trepadeira)

**Gourmet Eretas 1/2mt** => Manjeriço, Alecrim, Alfavaca, mostarda, Sálvia, caruru

**Gourmet Ereta 1 mt** => Pimenta, berinjela, Jiló, tomate (solicita cuidados), jurubeba, girassol, feijão guando

**Gourmet Tubérculos** => Cúrcuma, Gengibre, batata doce, aipim

**Gourmet Trepadeiras** => Ora-Pro-Nobis, Maracujá, Uva, capuchinhos

**Medicinais** => Babosa, Capim Limão, Citronella, aniz, levante, valeriana, arruda, Rosa Branca (trepadeira ereta), mirra, lavanda (ereta 1mt), erva de santa maria (ereta 1/2mt), arnica (ereta 1/2mt)



Dicas Práticas

Sugestão de Cultivos Fáceis

Dicas Práticas

## Plantas Meia Sombra

**Gourmet Rasteiras** => Hortelã, aipo, serralha

**Gourmet Eretas 1/2mt** => Taioba , couve

**Gourmet Tubérculos** => inhame

**Gourmet Trepadeiras** => caramuela , bertalha, bertalha selvagem

**Medicinais** => Guiné, guaco, maravilha, saião, mil folhas, melissa, erva cidreira, cavalinha, vedelia

Dicas Práticas

Dicas Práticas

Sugestão de Cultivos  
Ornamentais Perfumadas & Pomar de Frutíferas

➔ **Plantas que exalam Perfume**

Trombeta (arbusto 2 mt) - Jasmim tricolor (trepadeira) – Jasmim do cabo (arbusto 1mt), Laranjeiras e limoeiros (arbusto 3 mts) – Murta (arbusto 3 mt) - Manacá (arbusto 2 mt) - Dracena Fragans (arbusto 3 mts)

➔ **Pomar de Frutíferas**

**Árvores de Pequeno Porte até 3 mts:**

Amora, Acerola, Pitangueira, Grumixama, limão, laranja, tangerina, kinkan, graviola, cacau, figo, romã, banana, mamão

➔ **Árvores de Porte superior a 3 mts:**

Abacate, jabuticaba, seriguela, urucum, louro, goiaba, caju, mil temperos, neen, cânfora, carambola, caqui



Dicas Práticas

## Inove na Obtenção das Mudas

Dicas Práticas



- ➔ **Mudas de Sobras da Cozinha,** Cebolinha, coentro e outras hortaliças que vem do supermercado com a raiz, podem ser plantadas em vasilhos para rebrotarem após o consumo de suas folhas. Inhame e gengibre é só cortar o biquinho e deixar em um recipiente úmido para brotar. Batatas é só deixar uma batata num canto por um tempo que ela brota.
- ➔ **Mudas que pegam de Galhinho,** Manjeriçã, hortelã, couve, manjerona, bortalha, ora-pro-nobis, capuchinhos, rosa branca, melissa, saião, boldo. Deixar galhinhos em um copo com água até enraizarem ou plantar o galho em um vasilho e apertar bem o galho na terra.
- ➔ **Mudas que ramificam,** nirá, cebolinha, coentro do pará, capim limão, citronela, babosa, batata doce. Desmembrar as ramificações e fazer as mudinhas.
- ➔ **Mudas que Nascem de forma espontânea, como Mato,** mostarda, erva de santa maria, beldroega, João Gomes, espinafre, caruru, jurubeba
- ➔ **Mudas fáceis de Semear,** rúcula, pimenta, cebolinha, salsa, girassol, tomate, guando, trigo, coentro.

**Onde Comprar Mudanças:** lojas de paisagismo.

**Nossa Indicação:** Mudanças Katsumoto (itaipava) - (24)98816-6272



**Dicas Práticas**

**Fontes de Inspiração e Conhecimento**

**Dicas Práticas**



### **Calendário Astronômico da Biodinâmica**

É uma ferramenta muito fácil de se aplicar na organização das rotinas de cuidados de uma horta e contribui muito para o sucesso, promovendo boas colheitas e plantas saudáveis.

Valor: R\$ 35,00 + frete

<http://www.biodinamica.org.br/calendario-biodinamico/calendario-astronomico-agricola-2015>

### **Livros do Instituto Plantarum Pesquisador Harri Lorenzi**

- Plantas Medicinais do Brasil.
  - Plantas Alimentícias não Convencionais (PANC) no Brasil.
- São dois livros inspiradores com informações do conhecimento popular e pesquisa científica.

<http://www.plantarum.com.br/>

# Inspiração & Motivação

## Compostagem + Jardim Comestível

Junte-se a Nós entre em Ação





**Compostando**  
**Plantando**  
**Cultivando**  
**Colhendo**  
**Comendo**

Abóbora  
Doce de Abóbora  
Sementes de Abóbora torradas  
Tomatinho Cereja  
Laranjinha Kinkan  
Jabuticaba  
Goiabada  
Alecrim  
Manjerona  
Flor de Trevo





## Link para consulta



<https://www.canteiourbano.com/caixas-de-compostagem>

- ✓ **Passo a Passo da Compostagem em Caixas**
- ✓ **Manual Prático de Compostagem**
- ✓ **Manual Prático de Jardim Comestível**
- ✓ **Oficina de Compostagem**
- ✓ **Oficina de Jardim Comestível**



**Trabalho desenvolvido por Ana Lemos**  
**Baseado em iniciativas próprias**  
**Responsabilidade Socio-Ambiental Canteiro Urbano**

**Contato Canteiro Urbano**  
**Whatsapp: 21-99984-4088**

[canteiourbano@gmail.com](mailto:canteiourbano@gmail.com)  
[www.canteiourbano.com](http://www.canteiourbano.com)  
[www.facebook.com/canteiourbano](https://www.facebook.com/canteiourbano)  
[www.instagram.com/canteiro.urbano](https://www.instagram.com/canteiro.urbano)