TERRA DA GENTE

Foto: NITRO Histórias Visuais

Nosso jeito de viver

BORDADEIRAS DE BARRA LONGA MOSTRAM O VALOR DO ARTESANATO LOCAL

Em Barra Longa, o artesanato é uma tradição que vem sendo preservada pelas bordadeiras da cidade. É por meio da Casa das Artes / Associação Barralongueense das Bordadeiras e Artesãs (ABBA) que elas não só mantêm viva a arte do bordado, mas também geram renda e oferecem oportunidades para a comunidade local.

Este ano, com o projeto Arte em Movimento, as artesãs vão participar novamente da Feira Nacional de Artesanato, nas edições que acontecem em Vitória (ES), no mês de setembro, e em Belo Horizonte, em dezembro.

Clique aqui para saber mais informações sobre o evento que acontece entre os dias 4 e 8 de dezembro, em Belo Horizonte.

Além da participação na feira, as bordadeiras vão organizar oficinas de capacitação sobre técnicas de bordado e rodas de conversa para trocas de experiências em artesãs da região, incluindo Gestalar e Bom Sucesso.

E tem novidade por aí! Em julho, foi inaugurada a Casa Bordada, um espaço para as bordadeiras ministrarem oficinas, capacitações e produzirem artesanato em geral. Continue acompanhando o Terra da Gente para saber mais informações sobre o assunto.

Se você tem interesse em participar do projeto, entre em contato pelo número ✆ (31) 98118-2055

Para encontrar produtos das bordadeiras, acesse o perfil no Instagram @ @casadasartesbl

Foto: Arquivo pessoal

> **O Arte em Movimento é um projeto aprovado na 3ª edição do Edital Doce. Vamos usar o recurso financeiro para garantir a participação das bordadeiras na Feira Nacional de Artesanato, comprando os estandes para exibição e venda dos nossos produtos, além da hospedagem e alimentação**", conta Ana Maria, uma das integrantes do projeto. Ela ainda destaca que o evento é uma oportunidade para que mais pessoas conheçam o trabalho das bordadeiras. **"É uma forma de ampliar a divulgação do nosso trabalho e levá-lo para outros lugares do Brasil e do mundo. Também um caminho de mesa que foi enviado para França."**

"Fazemos diversos tipos de produto, como cama, mesa e banho e decoração para casa em geral. O bordado é uma fonte de renda extra para as bordadeiras e estamos buscando ampliar, cada vez mais, o alcance do nosso trabalho com a comercialização e valorização do artesanato enquanto patrimônio cultural da nossa região."

Bem-estar e segurança

BUSCAR AJUDA TAMBÉM É UMA FORMA DE SE CUIDAR

"Saúde mental não é apenas a ausência de doenças, mas a maneira como desenvolvemos estratégias para lidar com os desafios da vida. Nosso ambiente e as relações que mantemos também têm papel importante", explica Emanuele Lopes, psicóloga há 16 anos.

Ela orienta que é fundamental ter atenção quando você está se isolando das pessoas, deixando de fazer coisas que te davam prazer ou se os pensamentos acelerados e a preocupação com o futuro estão atrelando o sono e o apetite. Por isso, ter autoconhecimento e saber quem você é contribui para identificar quando está adoecendo.

Aqui tem algumas dicas:

- Lembrar do que te faz bem e de praticar as atividades que gostá.
- Ter uma boa rotina de sono. Evitar celular e TV na hora de dormir.
- Fazer exercícios físicos regulares contribuem para a diminuição dos sintomas emocionais, como da ansiedade e da depressão.
- Cuidar da alimentação.
- Socializar! Conversar com quem te dá segurança. Encontrar presencialmente com as pessoas.
- Descansar e relaxar são prioridades.
- Buscar acompanhamento de um psicólogo. Não buscar ajuda contribui para o agravamento do estado emocional. O psicólogo pode avaliar se você precisa de medicação e encaminhá-lo para outros especialistas.

Se precisar ajudar uma pessoa próxima, pergunte como ela está se sentindo. Mas não a pressione a falar. Evite frases como "vai ficar tudo bem" ou "tudo passa". Escutar com atenção já ajuda muito. Muitas vezes, a pessoa se comprende melhor só de falar. E isso vale para todas as idades, inclusive com crianças, que têm mais dificuldade de entender seus sentimentos.

E se a situação for grave, como quando a pessoa fala em desaparecer, orientre a buscar ajuda profissional. Ofereça para acompanhá-la ao posto de saúde ou ao consultório de um psicólogo. Em casos extremos, como autoagressão, acione o SAMU pelo 192 e não deixe a pessoa sozinha.

Indenização

CUIDADO COM AS INFORMAÇÕES SOBRE INDENIZAÇÃO

Ficou sabendo alguma novidade relacionada às indenizações? Confira de onde vem essa informação. Se tiver alguma dúvida, entre em contato com a equipe de Diálogo.

✉ **fundacaorenova.org/fale-conosco** ou pelo ✆ **0800 031 2303**

É importante lembrar que não houve qualquer decisão judicial que determinasse o pagamento de Lucros Cessantes no dia 15 de agosto de 2024. Além disso, a decisão que determina a análise dos pedidos do Auxílio Financeiro Emergencial (AFE) em até 90 dias está suspensa, após uma decisão do TRF6.

Continue acompanhando o Terra da Gente, site e outros canais de comunicação da Renova para ficar por dentro.

Tá sabendo?

A Fundação Renova não participa e não é informada sobre as negociações envolvendo a repactuação para reparação dos danos causados pelo rompimento da barragem de Fundão. As tratativas envolvem os responsáveis que assinaram o TTAC, por meio dos representantes dos governos estaduais de Minas Gerais e do Espírito Santo, Governo Federal, Samarco, Vale e BHP Billiton, além das instituições de justiça.

Indenização

ATENÇÃO PARA NÃO CAIR EM GOLPES OU INFORMAÇÕES FALSAS

Você já passou por uma tentativa de golpe? Por exemplo, se alguém finge ser um funcionário da Renova e pede para você passar seus dados pessoais, documentos ou dinheiro para receber uma indenização ou um auxílio, isso é um estelionato, ou seja, um crime. Essa pessoa está mentindo para você e querendo tirar vantagem da situação.

Algumas dicas importantes:

1. Nunca abra ou responda e-mails suspeitos (com remetente desconhecido ou classificado como spam, por exemplo), que podem conter vírus ou links malicisos.

2. Não compartilhe senhas ou credenciais de acesso com terceiros e não anote suas senhas em locais visíveis.

3. Não acesse ou guarde dados confidenciais em dispositivos (como celular, computador, tablet) de outras pessoas. Ao acessar em dispositivos pessoais, use métodos de segurança como autenticação de dois fatores e confirmação de identidade.

4. Não divulgue ou publique dados pessoais ou profissionais em redes sociais ou outros meios sem autorização.

Em caso de suspeita de fraude relacionada à Renova, entre em contato pelos canais oficiais e confirme se é a Fundação que está fazendo contato com você.

Telefone central:
✆ **0800 031 2303**

Telefone inclusivo:
✆ **0800 704 1979**

De segunda a sábado, das 8h às 20h.

Ouvidoria

E-mail:
✉ **canalconfidencial@fundacaorenova.org**

Telefone:
✆ **0800 721 0717**

De segunda a sábado, das 7h às 19h. Após este horário, o atendimento será realizado por secretária eletrônica.

Nosso ambiente

APRENDA A FAZER ADUBO EM CASA

Sabia que restos de comida e de podas do jardim podem virar um adubo natural e rico em nutrientes? Isso é possível com a compostagem, uma prática que ajuda a reduzir a quantidade de lixo enviado aos aterros e enriquece o solo.

O material gerado por esse processo natural de decomposição é chamado de composto e pode ser utilizado para melhorar a qualidade do solo, aumentar a retenção de água e promover o crescimento saudável das plantas.

Outra maneira de fazer o processo é usar um minhocário para decompor os resíduos mais rápido. Para saber mais sobre essa técnica, use a câmera do seu celular para ler o código ao lado e confira as orientações.

Como fazer compostagem em casa

1. Escolha o local no seu quintal ou jardim.
2. Monte a composteira: use uma caixa ou balde com boa ventilação.
3. Adicione os resíduos: coloque restos de comida, folhas e grama. Não coloque carne e laticínios.
4. Mexa e regue: misture os resíduos regularmente e mantenha-os úmidos.

Compostagem em propriedades rurais

1. Escolha o local em uma área plana e longe de rios.
2. Monte as leiras: faça pilhas grandes com esterco animal e resíduos de colheita.
3. Forre o chão com uma lona e revire as pilhas periodicamente.
4. Utilize o composto: após alguns meses, espalhe o adubo pelo campo.

ALAMBIQUE EM SANTA CRUZ MANTÉM TRADIÇÃO DE MINAS GERAIS

Localizado a cerca de 2 km de Porto Plácido, na comunidade de Córrego dos Pintos, o Alambique do Alemão vem produzindo cachaça artesanal há mais de 30 anos. O local é referência entre os moradores da região e de outras cidades, como Mariana e Ouro Preto.

Célio Untaler, o Celinho, mantém o alambique no sítio onde vive com sua família. "Comecei com um 'lambiquim pequeninim' e fui melhorando a estrutura. Hoje, estamos trocando as máquinas e modernizandoa produção da cachaça. Trabalho junto com meu filho Matheus, que também administra o negócio."

A produção de cachaça faz parte da história de Minas Gerais desde a época da colonização do Brasil, quando as pessoas escravizadas trabalhavam nos engenhos de açúcar entre os séculos 16 e 18. Por isso, o processo tradicional de fabricação da bebida em alambiques se tornou patrimônio cultural do estado, definido por um projeto de lei da Assembleia Legislativa.

Clique aqui e assista ao vídeo que explica como eram os engenhos de açúcar.

Fotos: Imagens cedidas por Luana

Celinho na sala de fermentação do caldo da cana, também conhecido como garapa.

Na etapa de destilação, a bebida é aquecida em caldeirões de cobre.

"Vendo para os comerciantes de Rio Doce, e muita gente também compra direto comigo para revender. Quem vem aqui aproveita para ver de perto como é feita a cachacinha."

Para visitar o Alambique do Alemão, entre em contato com Celinho pelo número **(31) 99666-1949**

Lembre-se da importância do consumo consciente de bebidas alcoólicas. Se você ou alguém conhecido precisa de ajuda relacionada ao uso abusivo de álcool, procure o Centro de Atendimento Psicossocial (CAPS) de sua região.

Fique por dentro

CONFIRA OS APROVADOS NO IMPULSO RIO DOCE

Confira a lista de aprovados no link: **impulsoriodoce.com.br**

Microempreendedores individuais (MEI) e representantes de microempresas vão receber consultorias e treinamentos sobre transformação digital, incluindo auxílio para utilização de canais digitais, redes sociais, gestão, digitalização de documentos e outros assuntos. Essas ações podem contribuir para o desenvolvimento dos negócios locais.

A iniciativa faz parte do PG 15 - Programa de Promoção à Inovação.

FUNDAÇÃO renova

Coordenação:
Leandro Melgaço
Jornalista responsável:
Flávia Rios - 03016 JP
Reportagem:
Deborah Castro, Mariana Reis e Michelle Borges
Diagramação:
Rede Comunicação de Resultado
Projeto Gráfico:
Coletivo É!

Acesse todas as edições do Terra da Gente
site da Fundação Renova.

Central de Relacionamento
0800 031 2303

Central Inclusiva
0800 704 1979

ouvidoria@fundacaorenova.org
0800 721 0717

fundacaorenova.org
/fale-conosco

As opiniões expressas neste boletim, por parte de entrevistados e articulistas, não representam necessariamente a visão da Renova em relação aos temas abordados, sendo de responsabilidade de seus autores.

O Terra da Gente é produzido junto com os moradores do Alto Rio Doce, que participam de forma voluntária. Fazem parte: **Alexsandra Andrade, Antônio Áureo, Dennis Félix, Heloar Reis, Kellen Cristina, Luiz Fernando Silva, Luiz Vinícius Rocha Paganini, Maria Aparecida Moura, Maria da Penha Rocha, Mariella Rocha, Marli Martins e Vani dos Santos.** Quer fazer parte? Entre em contato pelo email **comunicacao@fundacaorenova.org** ou no CIA mais próximo.