

Plantando  a Bem

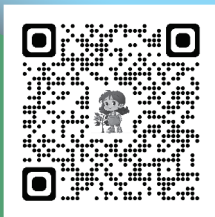
CLARINHA

EM:

É DE FEIJÃO  
MÁGICO

Fundo Social 

 SESCOOP/RS



[plantandoobem.com.br](http://plantandoobem.com.br)



## SOBRE O PROJETO

Desenvolver e disseminar atitudes conscientes para um mundo mais sustentável e mais justo com as futuras gerações depende de cada um.

É por isso que a Cooperativa Santa Clara mantém desde 2016 o programa Plantando o Bem, que conscientiza crianças e adolescentes sobre ecologia, alimentação saudável e sustentável.

Em seu sétimo ano, o Plantando o Bem já atingiu 18.400 mil crianças de mais de 100 escolas em 18 cidades gaúchas onde a Santa Clara está inserida.

Esta cartilha foi criada especialmente para as crianças desenvolverem habilidades. Aqui você encontra experiências práticas para fazer com a família, receitinha, dicas de sustentabilidade e muitas atividades superdivertidas.

## ENSINANDO SUSTENTABILIDADE

Você também pode fazer sua parte Plantando o Bem na sua casa, no seu bairro, na sua escola ou trabalho. Aqui você vai encontrar diversas dicas de como compartilhar saúde e qualidade de vida.

Esse ano trazemos o conto do João e o pé de feijão. Contado aqui como Clarinha e o pé de feijão mágico.

Brinque junto com a nossa turminha nas próximas páginas.



## A HISTÓRIA

A história de Clarinha e o pé de feijão mágico mostra um ângulo diferente da história clássica de João e o pé de feijão.

Na história original, João entra no castelo do gigante após plantar seus feijões mágicos e acaba destruindo o gigante e ficando com suas riquezas.

Na história de Clarinha, ela descobre o castelo do gigante e percebe que ele acumulou suas riquezas através do seu trabalho e ainda com uma forte consciência ambiental.

Ela aprende que é melhor cuidar do solo de forma inteligente e que, com ajuda e cooperação, sempre se pode conseguir melhores resultados.

## CAÇA PALAVRAS

P R E S E R V A R S A N T N M E  
S R C M E I O A M B I E N T E D  
E M O A N I O P V A C I S A A U  
A D L A B O T L P A M A N A U E  
V A O S A N T A C L A R A O U A  
T E G O T O A N L E M A N J U G  
D I I N X U P T A D J A B O T H  
P A A W Q I M I M A C A A O B P  
T U D E S B O O J A M E L M E I  
S U S T E N T A B I L I D A D E

## JOGO DOS SETE ERROS

Você consegue encontrar sete diferenças entre as duas imagens?



Respostas: No castelo - nuvem, bandeira da torre, sacada, janela. Na Clarinha - Galhos no cabelo, bolso macacão, braço esquerdo

# VAMOS PLANTAR UM PÉ DE FEIJÃO MÁGICO?

Você vai precisar de:

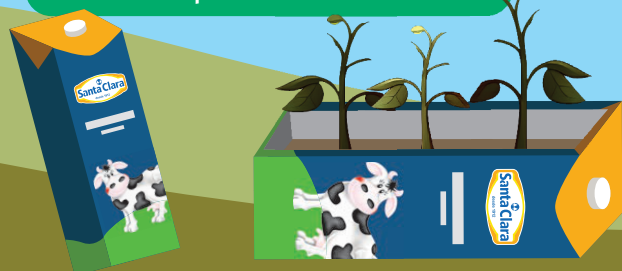
- ✓ Copo plástico
- ✓ Alguns feijões
- ✓ Algodão

- 1 - Molhe o algodão na água. Importante apenas umedecer, sem colocar água demais.
- 2 - Coloque o algodão no copo.
- 3 - Coloque os grãos de feijão em cima do algodão.
- 4 - Deixe o pote ou copo em um local bem iluminado.
- 5 - Regue sempre que necessário.
- 6 - Escolha um local bem legal para plantar a mudinha
- 7 - E pronto!

Depois do pé de feijão já crescido, você pode plantar ele em um vasinho ou direto na terra como uma hortinha!

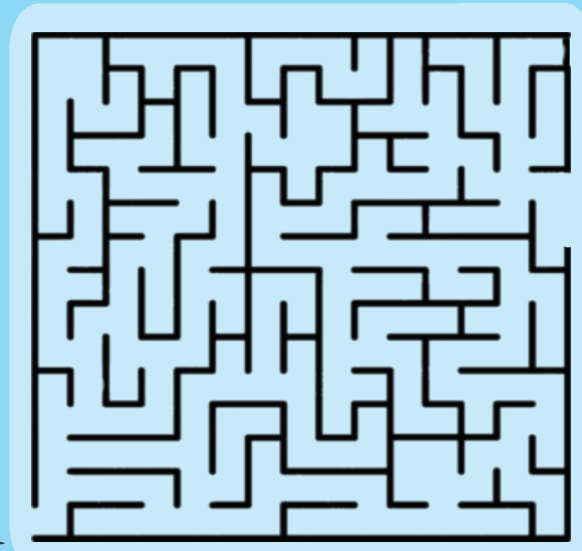
Lembre-se de continuar cuidando das suas plantinhas e regando regularmente. Importante - peça a ajuda de um adulto!

Você pode fazer uma hortinha com as embalagens do leite Santa Clara também. Basta cortá-las na horizontal, colocar terra e plantar as mudinhas.



# LABIRINTO DO GIGANTE

Ajude o gigante a encontrar o caminho para sua casa



CASA DO GIGANTE



Será que você escolheu feijões mágicos? Mas caso não forem, aposto que depois de colhidos serão muito saborosos!

## VAMOS FAZER UM BOLO DIFERENTE? BOLO DE FEIJÃO!

### Ingredientes:

- 1 xícara de feijão cozido
- 1 xícara de açúcar mascavo
- 1 xícara de farinha de trigo integral
- 1/2 xícara de manteiga
- 3 ovos
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de sal

### Modo de preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com manteiga. No liquidificador, bata o feijão cozido, o açúcar mascavo, a manteiga e os ovos até obter uma mistura homogênea. Adicione a farinha de trigo integral, a canela e o sal e bata novamente até que a massa fique bem lisa.

Por último, adicione o fermento em pó e misture delicadamente com uma colher. Despeje a massa na forma untada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até que o bolo esteja dourado e firme ao toque.

Retire do forno e deixe esfriar antes de desenformar. Sirva em fatias e aproveite!

Fica ainda mais delicioso acompanhado de um café com leite saboroso, especialmente se o leite for da Santa Clara!



## A ÁGUA - FÓRMULA MÁGICA DA VIDA!

A água é vital para a vida na Terra e é importante em diversos aspectos da sociedade, desde a saúde até a produção de alimentos e energia. Veja algumas dicas para ajudar o planeta:



Feche as torneiras quando não estiver usando e ligue apenas para enxaguar as mãos ou escovar os dentes.

A água é um recurso finito, por isso é importante utilizá-la com sabedoria. Evitar banhos demorados também ajuda a não desperdiçar esse recurso precioso.



Para evitar a poluição da água e torná-la imprópria para consumo, não jogue lixo nos rios e córregos.

Cada um de nós pode realizar pequenas ações que contribuem para salvar o mundo.



Agora que você já sabe como contribuir com o meio ambiente, coloque em prática a sua parte! Até a próxima aventura!