

# MANiFESTA

em ação



## SISTEMAS ALIMENTARES LOCAIS

Território, Igualdade, Ecologia e Democracia



Promoção:



Parceria Territorial:



Cofinanciamento:



Organizações Parceiras:



## ÍNDICE

<b>I. ENQUADRAMENTO DO WEBINÁRIO</b> .....	<b>3</b>
<b>II. REFLEXÕES E PROPOSTAS A INTEGRAR NO MANIFESTO</b> .....	<b>5</b>
<b>III. RESUMO DA SESSÃO</b> .....	<b>7</b>
<b>1. Introdução ao tema</b>	
Artur Cristóvão .....	7
<b>2. Apresentação das práticas</b>	
Programa CSA e agroecologia – Cooperativa de Usuários do Freixo do Meio   Alfredo Sendim .....	9
Cá se fazem e cá se comem e prato certo – In Loco   Artur Gregório e Vânia Martins .....	12
AMAP e Rede Regenerar – Dimmons, IN3 e UOC/IS-UPp   Sara Moreira .....	19
<b>3. Sínteses dos grupos de trabalho</b> .....	<b>21</b>
Território .....	21
Igualdade .....	23
Ecologia .....	28
Democracia .....	31
<b>4. Comentários Finais</b> .....	<b>34</b>
Marco Domingues .....	34
<b>IV. OUTROS LINKS DE INTERESSE</b> .....	<b>36</b>

## I. ENQUADRAMENTO DO WEBINÁRIO

A realização da **MANiFesta com o mote “Construir comunidades justas e sustentáveis”**, estava prevista para a Covilhã, em outubro de 2020. Mas, a incerteza que nos últimos tempos tem marcado as nossas vidas, aconselhou as entidades que fazem parte da Comissão Organizadora a adiar o encontro presencial para 2021.

Contudo, porque muitas das nossas inquietações se agudizaram neste período de pandemia, resolvemos alimentar este processo coletivo de reflexão e de elaboração de propostas através da realização de um **ciclo de webinários**, cruzando múltiplas experiências inspiradoras e criando espaços de diálogo e oportunidades de colaboração, convocando novos conceitos e múltiplos pontos de vista para buscar novas soluções, bem no espírito da MANiFesta.

Os efeitos da COVID-19, principalmente numa fase inicial, não foram alheios à importância que a temática da **alimentação**, nas suas diferentes dimensões, assumiu nas nossas preocupações. A COVID-19 condicionou o acesso a alimentos em quantidade e qualidade: numa primeira fase devido a questões de distribuição, transporte, encerramento de mercados locais, opções de consumo menos esclarecidas. Mas, tememos que, numa fase subsequente, devido a um agravamento de situações de precariedade e vulnerabilidade com impactos nos rendimentos dos cidadãos e cidadãs, esta situação se possa agravar.

Por outro lado, a COVID-19 veio abrir uma fresta de oportunidade aos processos de mudança, aumentar a disponibilidade para o pensamento em conjunto e a colaboração transversal e chamar a nossa atenção para desafios renovados, como sejam a importância da(s) agricultura(s), as relações cidade-campo, os territórios rurais como espaços de vida e de (tele)trabalho.

Partindo do conceito e de experiências de **circuitos curtos agroalimentares (CCA)**, estimulados pela diversidade de iniciativas cidadãs e de organizações que pretenderam aproximar quem produz e quem conso-

me, rapidamente concluímos que tínhamos de alargar a temática desta discussão à **alimentação** nas suas diferentes dimensões - **soberania e segurança alimentar, modelos de produção e consumo sustentáveis, ligação ao território**, etc. e definimos como tema deste primeiro webinar **os Sistemas Alimentares Locais**, para sermos mais abrangentes do que CCA, mesmo sabendo que vamos deixar muitos aspetos por discutir.

A discussão, a partilha de experiências e a reflexão coletiva são importantes, mas por si só não induzem a mudança e a transformação. A constatação das necessidades e expectativas dos territórios ou mesmo a afirmação das vontades cidadãs não são suficientes para alterar modelos dominantes. Por isso, temos como objetivo, produzir alertas que, por um lado nos permitam **questionar as nossas práticas individuais e coletivas**, mas fundamentalmente que preparem o caminho para identificar **novas linhas de ação e sugerir novas medidas ou políticas de intervenção mais adequadas** para apoiar e promover os sistemas alimentares locais, os circuitos curtos agroalimentares, uma agricultura mais sustentável e um consumo mais informado e consciente.



**Clique aqui**

para ouvir a intervenção  
de Luís Chaves (Federação Minha Terra)  
na abertura do webinar.



## II. REFLEXÕES E PROPOSTAS A INTEGRAR NO MANIFESTO

Neste ponto selecionámos os pontos que consideramos mais relevantes para unir esforços das organizações da sociedade civil no quadro da apresentação de propostas de política pública.

### Propostas de políticas públicas a trabalhar:

Neste ponto destacam-se os aspetos considerados mais relevantes que apelam a um esforço concertado das organizações da sociedade civil e a uma reorientação das políticas e dos apoios públicos.

- Reposicionar a **alimentação como um desafio societal primordial**, envolvendo cidadãs e cidadãos na reflexão e ação sobre os sistemas alimentares:
  - ▶ **Através da educação, mudar práticas e consciências.** Implementar uma política nacional de educação alimentar e promover ações de formação e educação nas escolas e na comunidade em temáticas como: agroecologia, produção, aquisição e confeção de alimentos, reduzindo as desigualdades entre mulheres e homens na produção, consumo e confeção alimentar;
  - ▶ **Empoderar e legitimar o envolvimento da sociedade civil**, nomeadamente investindo em políticas de desenvolvimento local e na animação territorial, e criando mecanismos de integração e de participação das pessoas e das comunidades na definição das políticas e das estratégias de alimentação, em lógicas de governança.
- Estruturar a organização da **produção e do consumo a partir do local**:
  - ▶ Desenvolver e promover estratégias alimentares de base local, conduzidas por conselhos alimentares da escala local à regional, democráticos

e participados. Valorizar as “bacias alimentares”, reconhecendo o seu potencial produtivo e as articulações existentes entre produção e consumo, promovendo a diversidade e complementaridade entre “bacias alimentares”;

- ▶ Apoiar modelos de produção e consumos sustentáveis que valorizem o trabalho digno e remunerações justas, em igualdade entre mulheres e homens, capazes de facilitar a conexão entre as pessoas e os ecossistemas e ancorados em redes territoriais de concertação de partes interessadas;
- ▶ Promover uma maior integração urbano-rural, facilitando o acesso à terra, para a produção agroecológica, apoiando os circuitos curtos agroalimentares, promovendo mercados de proximidade e a venda direta;
- ▶ Redefinir as estratégias de alimentação social, nomeadamente na organização das respostas a cantinas (escolas, IPSS,...) e bancos alimentares, privilegiando o abastecimento local e sazonal;
- ▶ Estimular a disseminação e a replicação de iniciativas, experiências e projetos de nível local, nacional e internacional, com apoio e enquadramento estratégico e financeiro por parte das políticas públicas.

### III. RESUMO DA SESSÃO

#### 1. Introdução ao tema



#### Artur Cristóvão

Professor Catedrático do Departamento de Economia, Sociologia e Gestão da Escola de Ciências Humanas e Sociais da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Vice-Reitor para o Planeamento e Internacionalização. Licenciado em Engenharia Agrónoma, Instituto Superior de Agronomia da Universidade Técnica de Lisboa. Mestre e Doutor em Educação Contínua e Vocacional, especialidade de Extensão Educativa, pela Universidade de Wisconsin-Madison, EUA. Investigador e Coordenador de Projetos de Investigação nas áreas da Extensão Educativa e do Desenvolvimento Rural, com ênfase nas seguintes temáticas: Atividades Alternativas e Criação de Emprego em Áreas Rurais, Produtos Locais de Qualidade, Sistemas Alimentares Alternativos. Autor de mais de uma centena de publicações. Tem dado colaboração docente noutras instituições académicas, no país e no estrangeiro.

▶ A sustentabilidade do sistema alimentar global tem sido colocada em causa por vários estudos. As evidências compiladas são cristalinas: o sistema alimentar tem contribuído para as mudanças climáticas, produz gases com efeito de estufa e outros poluentes, está largamente dependente da energia fóssil, é fortemente consumidor de água potável, tem conduzido à perda de solos aráveis e de fertilidade, tem causado a erosão da biodiversidade, tem produzido riscos para a saúde e tem gerado assimetrias sociais e territoriais. Faz parte de uma economia de exploração insustentável dos recursos do planeta, ou, como diz Leonardo Boff, uma “economia de devastação”. Neste quadro, a transição para um novo sistema alimentar vai-se fazendo, lentamente, fruto de muitas iniciativas que germinam em todo o globo,

por parte de instituições internacionais, da sociedade civil organizada e de governos nacionais e locais. Alguns autores e autoras dizem que temos hoje uma “geografia alimentar híbrida”, ainda dominada pelo “modelo agroindustrial”, mas crescentemente temperada por iniciativas ancoradas num “modelo territorial integrado”: enraizado nas características de cada território, em sinergia com outras atividades, como a conservação da natureza, o turismo e a educação; valorizador dos recursos específicos de cada local e das relações de proximidade; e promotor de distâncias curtas entre produção e consumo e de dietas baseadas em produtos frescos, menos processados e com menos carne. Estas iniciativas assumem figurinos e designações muito distintos, sendo bem conhecidos os esquemas designados por “agricultura apoiada na comunidade” (CSA, AMAP) e os “mercados de venda direta”. Algumas têm um carácter meramente comercial, correspondendo a circuitos curtos de comercialização, mas outras configuram um novo tipo de relacionamento entre produção e consumo, as chamadas “redes alimentares cívicas” ou “alternativas”.



**Clique aqui**

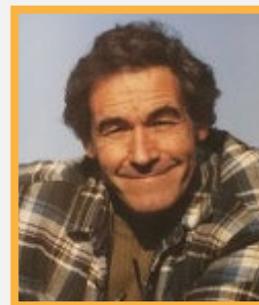
para ouvir a intervenção  
de Artur Cristóvão.



Para visualizar a Apresentação clique aqui ▶

## 2. Apresentação das práticas

### Programa CSA e agroecologia – Cooperativa de Usuários do Freixo do Meio



#### Alfredo Sendim

Mestre em Economia Agrícola (Universidade de Évora). Master of Science em Comercialización de Productos Agrarios y Alimentarios. Centro Internacional de Altos Estudos Agrónómicos Mediterrâneos de Saragosa, Espanha (CIHEAM). Pós-graduação "Agricultural Business Management" Instituto Agronómico de Chania, Grécia (CIHEAM). Licenciatura em Engenharia Zootécnica (Universidade de Évora)

Administrador de diversas empresas nacionais, nas áreas da produção agro-silvo-pecuária, da agroindústria e da comercialização de produtos rurais (Alentejo). Dirigente associativo rural, em organizações de produção, transformação, comércio, serviços e de representação sectorial. Assistente convidado do departamento de Gestão de Empresas, disciplina de Comercialização de Produtos Agro-Pecuários, Universidade de Évora. Especial interesse em modelos de agricultura sustentável como a Agricultura Biológica, e em sistemas agrícolas multifuncionais.



O Programa CSA Partilhar as Colheitas foi lançado pela Herdade do Freixo do Meio, em setembro de 2015, inspirado no movimento mundial AMAP/CSA. O modelo praticado baseia-se no compromisso mútuo entre produção e coprodução (consumo) por forma a viabilizar a prática da agroecologia, tratar o alimento como um bem comum, e valorizar o relacionamento pessoal.

A partilha do risco praticada proporciona uma responsabilidade real sobre todas as fases da cadeia alimentar. Os acordos voluntários são estabelecidos por períodos de seis meses, com entregas semanais ou quinzenais, em torno de “quotas” de alimentos, como hortícolas, frutas,

pão, ovos, leite, carnes, sopa, para as quais é acordado um valor fixo relativo a uma quantidade média de produto, que pode ser superior ou inferior, conforme a produção.

Os coprodutores e coprodutoras (quem consome) beneficiam de comida fresca e não contaminada, pagam um preço justo por alimentos biológicos certificados, acedem à agroecologia, a agricultura produzida por ecossistemas, apoiam e viabilizam a agricultura de proximidade, o mundo rural e a economia local e tem a oportunidade de, em conjunto com a sua família, aprender sobre o funcionamento dos ecossistemas produtivos, tornando-se mais conscientes e participativos acerca dos processos que possibilitam a vida.

Os agricultores e agricultoras têm um rendimento digno e estável produzindo comida de uma forma responsável e harmoniosa com o nosso planeta, têm a satisfação de saber para quem produzem, o que os/as incentiva a fazê-lo de uma forma mais cuidada, responsável e recompensadora, e libertam-se do trabalho comercial permitindo um enfoque na missão de produzir.

A Cooperativa de Usuários do Freixo do Meio, Crl, que resulta naturalmente da experiência do programa CSA - Partilhar as Colheitas, iniciou a sua atividade em janeiro de 2018. A Cooperativa, que agora estrutura o trabalho de economia social desenvolvido na herdade do Freixo do Meio há várias gerações, adotou uma vocação integral embora se centre inicialmente no alimento. A abordagem sectorial limita a verdadeira interiorização do Comum, pelo que integra diferentes sectores autónomos: consumo (setor de referência), prestação de serviços, agroecologia, habitação, educação e saúde.

Quem detém a propriedade, quem presta serviços, quem consome, habitantes, agricultores/as, vizinhança e quem utiliza de forma lúdica, etc., organiza-se como cooperante nos diferentes sectores que formam esta instituição reconhecida no âmbito da Lei Portuguesa de Economia Social. A Cooperativa admite ainda cooperantes donatários

e investidores/as, com as salvaguardas necessárias para assegurar os interesses da instituição.

O âmbito de atuação é amplo. Desde logo, fornecer aos seus membros bens ou serviços provenientes da Herdade do Freixo do Meio, de projetos agregados, ou ali levados e realizados. No entanto o modelo estende-se também a atividades complementares, que visam sobretudo a promoção da salvaguarda dos direitos de consumo e do meio ambiente.

O programa CSA Partilhar as Colheitas promovido pela Cooperativa de Usuários do Freixo do Meio, Crl, reconecta pessoas com os ecossistemas que as alimentam.



**Clique aqui**

**para ouvir a intervenção  
de Alfredo Sendim.**



### CSA

- ▶ **Compromissos e Princípios relativos ao Programa CSA/Partilhar as Colheitas**
- ▶ **Documento PDF - Programa CSA/Partilhar as Colheitas**
- ▶ **Documento PDF - Estatutos Cooperativa de Usuarios do Freixo do Meio CRL**

## Cá se fazem e cá se comem e prato certo – In Loco



### Artur Gregório

Antropólogo, agente de desenvolvimento local desde 1996, na Associação In Loco, onde coordenou projetos de cooperação para o desenvolvimento; formação e capacitação; turismo sustentável; valorização dos recursos naturais e culturais; insegurança alimentar e Dieta Mediterrânica, sempre de acordo com os princípios do desenvolvimento local sustentado. Membro da Direção desde 2011.

### Vânia Martins

Mestre em Educação Social. Foi investigadora e coautora de diversos artigos e livros que versam sobre educação de adultos, teatro do oprimido e identidades sociais. Facilitadora de grupos desde 2009, nomeadamente em contextos escolares e de exclusão social. Professora na Universidade do Algarve entre 2010 e 2011, em matérias como educação social, animação comunitária e teatro do oprimido. Entusiasta de temas relacionados com educação não formal, voluntariado, juventude, etnicidade, género, participação democrática e desenvolvimento sustentável. Tem estado envolvida em diversos projetos na Associação In Loco desde 2013, a maioria deles relacionados com estas temáticas (nomeadamente Linka-te E5G, Cria Mais E6G, Accion-Comparte, Portugal Participa e Rede de Autarquias Participativas). Atualmente coordena o projeto 100% Local que tem como objetivo sensibilizar para o consumo local e promover circuitos curtos agroalimentares.



## In Loco, desde 1988 ao serviço da comunidade e do território

Tal como outras Associações de Desenvolvimento Local, uma das principais missões da In Loco consiste na ativação de recursos locais (materiais ou imateriais) e na sua incorporação em estratégias de desenvolvimento territorial sustentável, justo e participado.

Ao longo de mais de três décadas, foram dezenas e centenas os projetos, iniciativas, ações de valorização de recursos locais de base local, das quais se sublinham três iniciativas que se destacam na promoção do tema em debate neste caderno temático “Sistemas Alimentares Locais: Território, Igualdade, Ecologia e Democracia”: Programa LEADER, Prato Certo; 100% Local.

### Programa LEADER

Não podemos falar do Programa LEADER sem falar da Animação Territorial, isto é, da animação local, do trabalho de proximidade cimentado ao longo de décadas de empoderamento, capacitação, confiança e esperança. Do trabalho de apoio à valorização da produção local, das sementes, das tradições, da cultura rural. Da organização de produtores e produtoras, da qualificação e promoção dos produtos... até mesmo do investimento direto nestas múltiplas atividades. E hoje, o que resta do espírito LEADER? O DLBC...? Urge recuperar e operacionalizar de novo os seus princípios fundadores!

### Prato certo

Tudo começou com um desafio do Prof. Pedro Graça, então na DGS-PNPAS, para lançar um projeto-piloto que confirmasse as suspeitas de insegurança alimentar na região do Algarve e desenhasse um plano de ação e um modelo de governança que o suportasse. O resultado foi uma estrutura colaborativa que coordena esforços para a luta contra a insegurança alimentar: - o Observatório de Segurança Alimentar – que incluiu mecanismos de monitorização da segurança alimentar e um plano e ação para a educação alimentar na comunidade.

### Objetivos

Criar e dinamizar um processo de “empoderamento alimentar” que contribua para uma alimentação adequada para todas as pessoas, contribuindo para a diminuição das situações de insegurança alimentar, porque o poder de consumidores e consumidoras pode ser exercido através da realização de escolhas alimentares quotidianas informadas, para o que se revela fundamental o conhecimento e a capacitação, ou seja a educação alimentar, objetivo central deste projeto.

### Conceito-chave

A alimentação pode (e deve) ser saborosa, saudável e económica, segundo os princípios do estilo de vida mediterrânico (Dieta Mediterrânica, património cultural imaterial da humanidade).

### Destinatários/as

Comunidade em geral; parceria; cuidadoras e cuidadores, facilitadores/as; grupos e comunidades em situação de especial vulnerabilidade alimentar.

### Desafios

- Melhorar em 25% as respostas alimentares dos/as participantes nas centenas de atividades práticas que irão decorrer até fevereiro de 2022, em toda a região do Algarve;
- Replicar e disseminar em todas as regiões o conceito e o modelo de intervenção do Observatório e da sua estratégia de educação alimentar “Prato Certo”.

### Projeto 100% Local

Devolver a confiança à produção local.



**Clique aqui**

**para ouvir a intervenção  
de Artur Gregório.**

**Para visualizar a Apresentação clique aqui ▶**

### Cá se fazem, cá se comem

A aplicação Cá Se Fazem surge no âmbito da iniciativa 100% Local, que tem como focos principais: i) o trabalho de sensibilização e educação das cidadãs e cidadãos para o consumo de produtos agroalimentares locais, nomeadamente explicando os impactos que opções de consumo informadas e responsáveis trazem para as economias locais e para a sustentabilidade ambiental e ii) a distinção dos produtores e produtoras locais e a promoção de espaços e ferramentas que façam a aproximação das pessoas que consomem. A Cá se Fazem, uma aplicação web e mobile, nasce para dar resposta ao segundo ponto, tratando-se de uma ferramenta que pretende acessibilizar a produção local, nomeadamente georreferenciando produtos agrícolas e transformados produzidos na região do Algarve, assim como os seus pontos de produção e de venda. Os produtores e produtoras aí identificadas foram visitadas e sujeitos a um

inquérito para validação dos métodos de produção e comercialização, mediante um conjunto de critérios que atestam a rastreabilidade dos alimentos, a sua qualidade e frescura, a sua proveniência de práticas sustentáveis de agricultura familiar e que quem produz se encontra devidamente legalizado e licenciado. A aplicação poderá ser encontrada em [www.casefazem.pt](http://www.casefazem.pt).



**Clique aqui**

para ouvir a intervenção  
de Vânia Martins.



**Para visualizar a Apresentação clique aqui ▶**

## PRATO CERTO

Um centro de recursos para a educação alimentar. Aqui pode encontrar todo o Material de Apoio que vai necessitar para organizar sessões de Educação Alimentar, nomeadamente:

### ▶ Guião de Educação Alimentar

Guião para realização de sessões práticas sobre Educação Alimentar.

### ▶ Livro de Receitas e dicas para comer bem e poupar

*Livro de Receitas e Dicas de uma Alimentação Saborosa Saudável e Económica – aqui pode encontrar várias propostas de pratos que pode confeccionar por 1€ a 2€, por pessoa respeitando a sazonalidade, mas sempre deliciosas, saudáveis e económicas.*

### ▶ O Prato Certo. Faz as escolhas certas à mesa!

*Vídeo motivacional" que procura estimular o apoderamento alimentar baseado no aumento da literacia alimentar e na capacidade de realizar decisões alimentares informadas no dia-a-dia.*

### ▶ O Prato Certo - Dicas para fazer refeições mais saudáveis e em conta!

### ▶ Banco de Produtores

*Base de dados georreferenciada onde pode procurar produtores por concelho, categoria e tipo de produtos alimentares.*

### ▶ Inscrição de novos Produtos e Produtores

*Formulário onde qualquer pequeno produtor legalizado pode divulgar os produtos que tem para comercializar e onde novos clientes o podem encontrar diretamente.*

### ▶ Produtos sazonais e locais

Se tem dúvidas quais são os produtos específicos de cada estação, este é o local para as esclarecer.

### ▶ Mercados

Veja neste mapa dinâmico qual é o mercado mais próximo da sua residência ou local de trabalho.

### ▶ Inscrição de novos mercados

*Formulário onde pode inscrever o mercado de que é responsável.*

### ▶ Cabazes alimentares

*Veja neste mapa onde se localizam os pontos de distribuição dos cabazes alimentares.*

### ▶ Inscrição de novos Cabazes

*Formulário onde pode inscrever o cabaz alimentar de que é responsável.*

▶ **Ementas Semanais**

*Propostas de ementas semanais para cada estação, que contribuam para uma alimentação adequada.*

▶ **Listagem de Dicas**

*Sugestões e truques para fazer com que a alimentação assuma novamente um papel central na vida da comunidade, de forma deliciosa, saudável e económica.*

▶ **Roda dos Alimentos**

*Roda da Alimentação Mediterrânica.*

▶ **Boas-Práticas**

*Iniciativas, projetos, atividades exemplares e inspiradoras no domínio da Alimentação Adequada, da promoção de um estilo de vida saudável e do aumento da qualidade de vida das comunidades.*

▶ **Inscrição de novas Boas-Práticas**

*Se é responsável por uma boa iniciativa que possa inspirar outras pessoas ou organizações, utilize este formulário para partilhar a sua experiência.*

▶ **Infofamília**

*Mapas dinâmicos dos resultados da Segurança Alimentar no Algarve.*

▶ **Semáforo Nutricional**

*Uma forma rápida descodificar o conteúdo dos alimentos em gordura, gordura saturada, açúcar e sal.*

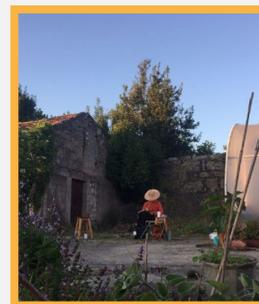
▶ **Síntese do Prato Certo**

▶ **Faz as escolhas certas à mesa!**

▶ **Unidade Móvel de Educação Alimentar (UMEA)**

*Uma ferramenta de educação alimentar prática e demonstrativa que pode chegar a qualquer local ou comunidade.*

**AMAP e Rede Regenerar – Dimmons, IN3 e UOC/IS-UP**



**Sara Moreira**

É co-produtora na AMAP Porto / UPTEC, membro da Rede Portuguesa de Agroecologia Solidária - REGENERAR, e colabora no programa O SOM É A ENXADA da Rádio Manobras, desde 2015. Desenvolve atualmente um projeto de doutoramento sobre economias solidárias e a comunicação dos comuns, acolhido pelo grupo de investigação-ação Dimmons da Universidade Aberta da Catalunha, e pelo Instituto de Sociologia da Universidade do Porto.

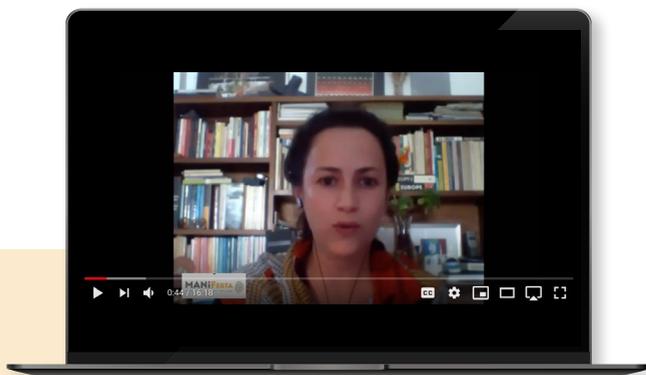
Quem produz e quem consome unidos na organização de sistemas agroalimentares solidários à escala local: pode resumir-se assim o mote das Associações para a Manutenção da Agricultura de Proximidade (AMAP), também conhecidas como CSA – Comunidades que Sustentam a Agricultura. Estes grupos de consumo e produção agroecológica assentam na relação de compromisso entre uma ou mais pessoas que produzem e grupos de consumo ao longo do tempo, permitindo o planeamento dos trabalhos agrícolas e garantindo o escoamento da produção de uma época. A dimensão coletiva e a co-responsabilidade e partilha de riscos e recompensas inerentes à produção agrícola distinguem as AMAP/CSA de outros “circuitos curtos agroalimentares”. Três princípios fundamentais orientam as suas práticas: agroecologia, proximidade e bem-comum. O primeiro reflete as preocupações sociais e ambientais nos modos de produção, onde se procura desenvolver práticas regeneradoras dos ecossistemas como um todo. O segundo princípio zela pela relação direta, sem intermediários, entre as pessoas, os alimentos e os territórios. O terceiro olha para o alimento como um bem-comum e não como mercadoria, promovendo a participação coletiva de quem produz e de quem consome/coproduz na gestão “sociocrática” dos processos de produção, distribuição, e

consumo agroalimentar. Estes princípios já unem oito AMAP/CSA do Norte e Sul do país na REGENERAR – Rede Portuguesa de Agroecologia Solidária – uma rede informal criada em finais de 2018 com o objetivo de apoiar as AMAP/CSA membros no seu desenvolvimento e difundir os seus valores e princípios, explicitados na Carta de Princípios. A rede estabelece pontes entre iniciativas locais a nível nacional, e dialoga com movimentos congéneres à escala internacional, nomeadamente através da Urgenci – Rede Internacional das AMAP/CSA, da qual faz parte.



**Clique aqui**

para ouvir a intervenção  
de Sara Moreira.



#### AMAP

- ▶ Carta de princípios
- ▶ Comunicado Regenerar vs. COVID-19

### 3. Sínteses dos grupos de trabalho

#### Sistemas Alimentares Locais

Grupo de trabalho: **TERRITÓRIO**

**Facilitador:** Álvaro Cidrais (FORUM CIDADANIA E TERRITÓRIO)

**Relator:** Artur Cristóvão (UTAD)

#### Questões propostas para o debate:

- Como podemos privilegiar uma agricultura integrada com um forte enfoque no respeito pelo ambiente e pela diversidade dos territórios face a uma agricultura produtivista?
- Qual o papel da Alimentação enquanto fator estruturante do desenvolvimento dos territórios e de estratégias territoriais? O que pode ser feito para o apoiar?
- Como se deve estruturar a organização da produção e do consumo? Do local para o nacional ou vice-versa?

#### Resumo das intervenções:

Há que voltar a dar primazia à agricultura e à produção de alimentos, considerando a alimentação como fator estruturante e a saúde como um desígnio nacional.

Há que produzir saudável e sustentável, tendo em conta o solo, a água, as sementes, a floresta, a biodiversidade, a economia, ...

A vida atual é violenta, acelerada e destruidora, mas a pandemia fez-nos voltar à cozinha e pensar na alimentação. Será que depois disto vamos regressar à “economia selvática”!?

Como podemos promover a cooperação entre quem produz num contexto em que a tendência é para o individualismo? Como podemos contrariar a situação em que economias associadas a certos produtos desapareceram devido à presença crescente, nos supermercados, de produtos importados?

Como podemos apoiar as famílias com menores rendimentos a consumir alimentos saudáveis e sazonais?

Falta conhecimento e uma agenda para a transição agroecológica (que já existe em França) e o Ministério da Agricultura desarticulou os seus serviços locais, de apoio aos agricultores e agricultoras, não existindo uma prática de extensão.

A comunicação sobre a existência de iniciativas e redes alimentares alternativas é muito fragmentada e tem pouca expressão.

### **Propostas de políticas públicas a trabalhar:**

- Criar uma Comissão Interministerial para a área da Alimentação, envolvendo a agricultura, a saúde, a economia, a segurança social, ... (A Realimentar exigiu recentemente a ativação do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, CONSANP).
- Estruturar a organização da produção e do consumo a partir do local.
- Criar redes concelhias de produção e consumo, com as autarquias, a educação, a saúde, os produtores e produtoras, ..., apoiadas pelo Ministério da Agricultura através da Rede Rural Nacional.
- Incentivar o acesso à terra a quem deseje produzir.
- Valorizar as “bacias alimentares”, reconhecendo o seu potencial produtivo e as articulações existentes entre produção e consumo,

e fazer pontes entre “bacias alimentares” com vocações distintas, de forma a satisfazer as necessidades de consumo.

- Criar espaços nos mercados, isentar os produtores e produtoras locais presentes nos mercados municipais, facilitar a venda à beira da estrada.
- Apoiar as cantinas públicas, de IPSS e outras, na aquisição de produtos locais e sazonais.
- Promover a educação alimentar nos estabelecimentos de ensino.
- Promover uma comunicação centralizada (bem articulada) das iniciativas e redes alimentares alternativas, de forma a que tenham mais visibilidade.

---

### **Sistemas Alimentares Locais**

Grupo de trabalho: **IGUALDADE**

**Facilitadora:** Graça Rojão (COOLABORA)

**Relatora:** Alexandra Silva (PpDM)

### **Questões propostas para o debate:**

- Até que ponto as desigualdades estruturais entre mulheres e homens (por exemplo, nas diferenças salariais e nas diferenças de funções, no assumir responsabilidades familiares – articulação entre o trabalho e a vida familiar) prejudicam o desenvolvimento das próprias iniciativas locais (na perspetiva do consumo e da produção)?

- Que papel tem tido a sociedade civil organizada no fortalecimento das relações entre mulheres produtoras e consumidoras? E qual tem sido a participação das mulheres em espaços de formulação, implementação, monitorização e avaliação de políticas públicas?

### **Resumo das intervenções:**

Abordada a conciliação do trabalho com a vida familiar, nomeadamente a forma como se faz esta conciliação nas zonas rurais muitas vezes por via do tempo que sobra para atividades complementares à atividade profissional.

Entende-se pertinente a mobilização e a pedagogia de cidadãos e cidadãs para grupos de reflexão, ainda que se questionasse como podem ser estes grupos de reflexão articulados com os grupos institucionais que definem políticas?

Questionou-se se a entrega de cabazes alimentares a pessoas em situação de carência económica e alimentar seria a melhor prática ou se ao invés de facultar os cabazes se avançasse para o estabelecimento de lojas sociais onde as pessoas através de um cartão de débito que lhes fosse atribuído com um valor x pudessem adquirir os produtos que necessitam e querem – dar o poder de decisão a quem consome independentemente de o fazer através de apoios.

Foi referido que os grupos onde se discutem os Sistemas Alimentares Locais são mais participados por pessoas que consomem do que por pessoas que produzem.

Deve-se apostar num maior equilíbrio no trabalho do campo entre mulheres e homens ao nível do cuidado a crianças.

É evidente uma desigualdade entre mulheres e homens na produção agrícola e no acesso às tecnologias, ao carro para fazer chegar os produtos, nos espaços de decisão política.

Diferenças no acesso à informação sobre os produtos locais – quem faz a escolha sobre o que consome, muitas das vezes não tem toda a informação necessária para fazer uma opção consciente.

Relatada a iniciativa da Horta da cidade, uma experiência da Casa da Esquina (Coimbra) que tem no grupo pessoas que pensam nas questões das desigualdades entre mulheres e homens. Nestes tempos de pandemia, grupos como este têm vindo a crescer.

Quem decide o que se come nas famílias são as mulheres. Mas muitas mulheres não têm tempo para informar as suas escolhas e muitas não têm recursos económicos para fazer escolhas com base na ecologia ou nos “tempos dos produtos”.

Questionado o facto: podemos ter igualdade quando o nosso sistema é baseado em diferenças de classe e económicas?

Sabendo-se que as mulheres ocupam um papel central na sociedade; até que ponto as políticas devem ser centradas nas mulheres?

Na investigação realizada sobre sistemas sustentáveis, é notória a invisibilidade que é dada às mulheres.

As iniciativas que ouvimos hoje são norteadas por um conjunto de princípios de justiça social e ambiental, mas a igualdade de oportunidades entre mulheres e homens não aparece explícita nesses princípios. Talvez fizesse sentido aprofundar esta reflexão no seio destas iniciativas. Também falámos em apoios públicos aos circuitos curtos, não seria de propor que a igualdade de oportunidades entre mulheres e homens fosse um critério a levar em linha de conta?

Sabe-se que as tarefas domésticas são um dos maiores fatores do agravamento das desigualdades entre mulheres e homens, estando geralmente a cargo das mulheres. Não seria o sistema alimentar, nomeadamente na área da educação uma oportunidade para catalisar mudanças? Parece ser esta uma questão abrangente e só a educação

mudará a sociedade. Será um processo lento, mas o mais importante ao nível de políticas é mesmo fomentar a cidadania e igualdade entre mulheres e homens desde cedo.

Uma das preocupações prende-se com a igualdade de oportunidades no acesso à informação e a produtos locais, de melhor qualidade. Nem todas as famílias têm a mesma informação o que influencia também as suas decisões em termos de consumo.

Em 2016, cerca de metade da população agrícola familiar é constituída por mulheres (48%), mas apenas 1/3 dos produtores agrícolas singulares (34%) e 29% dos trabalhadores permanentes agrícolas. No quadro dos sistemas alimentares locais – sistemas que procuram ser espaços de democracia, liberdade e igualdade - não podemos continuar a acentuar as desigualdades estruturais entre mulheres e homens, nomeadamente ao nível dos rendimentos e do acesso à propriedade, à formação profissional e à representação em fora de tomada de decisão política.

### **Propostas de políticas públicas a trabalhar:**

- Encontrar formas de envolver cidadãos e cidadãs em grupos que pudessem refletir sobre os sistemas alimentares locais e seus circuitos.
- Criar parcerias entre quem produz bens alimentares e as entidades que distribuem cabazes de alimentos a pessoas em situação de carência económica e alimentar.
- Ações e parcerias para a promoção da autossustentabilidade alimentar e estabelecimento/definição de formas de preparar as pessoas para essa autossustentabilidade alimentar.

<sup>1</sup> INE (2017), Inquérito à estrutura das explorações agrícolas, 2016. (contas próprias) Disponível em [https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=281413215&DESTAQUESmodo=2](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=281413215&DESTAQUESmodo=2)

- Nos apoios públicos aos circuitos curtos, a igualdade entre mulheres e homens deve ser um critério importante integrado nas respostas políticas.
  - Deve ser promovida, nas escolas, como parte integrante da educação, a produção / confeção alimentar, a fim de reduzir as desigualdades entre mulheres e homens na produção e consumo, na confeção alimentar.
  - Apostar na desagregação de dados por sexo na investigação, no desenho, na monitorização e na avaliação de políticas neste domínio.
  - Realizar avaliações de impacto na igualdade entre mulheres e homens nas diversas fases de desenho, implementação e monitorização das políticas públicas.
  - Integrar mulheres na investigação, no desenho, na monitorização e na avaliação de políticas neste domínio.
  - No acesso ao crédito bancário, bem como a apoios financeiros do Estado, deve atender-se desde logo na definição de critérios de discriminação positiva, nomeadamente devido ao facto de as mulheres terem, em média, rendimentos inferiores aos homens.
  - Implementar políticas económicas e sociais para erradicar a pobreza e apoiar o trabalho decente, em particular das mulheres.
  - Criar condições para as mulheres participarem plenamente na elaboração e na execução dos planos do desenvolvimento a todos os níveis.
-

## Sistemas Alimentares Locais

Grupo de trabalho: **ECOLOGIA**

**Facilitador:** Álvaro Fonseca (REDE PARA O DECRESCIMENTO)

**Relatora:** Sara Moreira (AMAP e REDE REGENERAR)

### Questões propostas para o debate:

- Em que medida as práticas destes projetos contribuem para a regeneração dos solos e dos ecossistemas, p. ex. através de abordagens agroecológicas ou outras?
- Em que medida os projetos contribuem para promover as economias locais e conseguem competir com os circuitos de produção e distribuição alimentar convencionais?
- É possível mudar o paradigma da produção alimentar dentro do atual paradigma da economia de mercado de matriz neoclássica e global?

### Resumo das intervenções:

Os modelos atuais de certificação “bio” não garantem práticas verdadeiramente regeneradoras (ex: monocultivo bio). A agroecologia privilegia as produções (bio)diversas e a “circularidade” de recursos, tendo em conta por exemplo o aproveitamento das águas e o alimento dos solos (auto-produção de compostos e adubos).

Para além de olhar para as questões ligadas à natureza, não se pode pensar em (agro)ecologia sem olhar para a vertente social, económica e política que a compõe. A regeneração do solo não existe sem a regeneração económica e social. Neste aspeto, é fundamental promover a circulação de bens e conhecimentos de forma a ajudar a fortalecer as iniciativas. Por exemplo, com canais diversificados de escoamento (lojas de comércio justo). Fazê-lo de forma gradual, não numa lógica de competição, mas numa lógica de cooperação.

O que perdemos das redes camponesas? Redescobrir as ligações.

Há que começar pelas bases e não pelas políticas: foram as políticas públicas que serviram para legitimar o modelo da agroindústria. Temos de partir das bases, construir solidariedade, entre muitas iniciativas de pequena dimensão e assim ganhar força.

É possível mudar o paradigma? O paradigma já está a mudar: a matriz neoclássica da economia global e da agroindústria já está a adaptar-se e a alterar o seu discurso – fica um alerta para a apropriação de conceitos (o conceito de agroecologia já está a ser cooptado), e para a importância da denúncia dessa apropriação. Dizem que é necessário inovar e essa inovação é motivada só para aumentar a produção, desenvolver novas tecnologias, ...

A proposta agroecologia diz que é preciso inovar noutro sentido: inovações sociais, interações, redes, ambiente local que favoreça a diversidade de iniciativas e atores. Atualmente existe muito pouca transparência e democracia na alimentação global. É possível mudar o paradigma, mas tem de haver um ambiente que propicie essa diversidade a nível democrático. Tem de haver uma organização mais efetiva, não só de quem produz e de quem consome, mas também com outras organizações que ajudem a alavancar os processos.

Trata-se de uma questão social: as práticas culturais estão enraizadas nos químicos, na eficiência, não há comunidades que gostem de estar no campo, as pessoas relacionam-se com a terra de forma muito institucional.

Foram apresentados dois exemplos que contribuem para a economia local.

**Mercadinho do Botânico, Coimbra** (desde 2014) – surgiu como iniciativa autónoma a partir de necessidades concretas: havia produtores e produtoras que queriam escoar os seus produtos, e havia um conjunto de pessoas que queria adquirir-los, mas tinha dificuldade no acesso

e então criou-se o mercado. Mais recentemente formalizaram uma associação “para bater portas que de outra forma estavam encerradas”. O que fazem: os produtores e produtoras seguem boas práticas agrícolas (maioria certificados) e desenvolvem mecanismos para acesso a quem não está certificado. Para além da venda de produtos alargaram as iniciativas para fiabilizar as pessoas e apostam na formação e informação, para promover o espírito de partilha entre quem vende e quem compra que vá além do mero comprar e vender. Circuitos curtos de produtos e de fatores de produção. Sem o subterfugio dos subsídios, que cada “prossumidor/a” faça com que o seu dinheiro seja investido diretamente nos produtos locais e nos agricultores e agricultoras.

<https://pt-pt.facebook.com/mercadinhodobotanicocoimbra/>

**Centro Gastronómico da Porta do Mezio em Arcos de Valdevez – Parque Nacional da Peneda Gerês** (uma das 5 portas de entrada no PNPG e reserva mundial da biosfera): projeto de conservação de agrobiodiversidade, de produção e consumo sustentável, de comércio justo a nível local, de economia circular e de contributo para o equilíbrio dos ecossistemas.

[www.portadomezio.pt](http://www.portadomezio.pt)

### **Propostas de políticas públicas a trabalhar:**

- **Educação/formação:** “A maior necessidade é a educação: mudar práticas, consciências.” Promover ações de formação e educação para pessoas adultas como para crianças em agroecologia, em colaboração com entidades e organismos públicos como o IEFP e municípios.
  - **Acesso à terra:** promover uma maior integração urbano-rural e disponibilizar terrenos para produção agroecológica.
  - **Partilha dos sistemas organizativos:** gestão do comum.
- 

### **Sistemas Alimentares Locais**

Grupo de trabalho: **DEMOCRACIA**

**Facilitadora:** Lucília Salgado (APCEP)

**Relator:** Artur Filipe Gregório (IN LOCO)

### **Questões propostas para o debate:**

- Como integrar uma estratégia de maior autonomia local, em matéria alimentar, com um sistema de governação mais territorializado?
- A produção local aumenta o poder/controlo sobre a economia e uma maior relação entre quem produz e quem consome. Que regras dificultam esta relação?
- Poderá uma importância renovada da produção agrícola local contribuir significativamente para uma maior autonomia, pessoal e económica, das mulheres em meio rural?

### **Resumo das intervenções:**

Muitas iniciativas, experiências e projetos de grande sucesso não são disseminados e replicados por todo o país ou mesmo no estrangeiro porque não existe um enquadramento estratégico das políticas públicas nesse sentido.

Na sua generalidade, os Sistema Alimentares não têm consciência, não são democráticos. A Educação Alimentar de Base é extremamente importante e tem sido descuidada. Frequentemente, oscilamos entre lacunas de legislação e legislação em excesso. Faltam meios para o envolvimento da sociedade civil. O desinvestimento na animação territorial diminuiu de forma muito marcada a relação entre as pessoas e as políticas de desenvolvimento local. A falta de regulamentação em determinados setores é um grande problema, mas, noutros, a legislação

existente não é eficaz se não existir uma “apropriação” pela comunidade das normas regulamentares.

Qualquer forma de discriminação, seja de género, étnica, credo ou qualquer outra, é inadmissível neste século, devendo ser liminarmente erradicada.

É muito importante adotarmos uma visão integrada do “Bem Comum”, em que a agricultura se integre numa lógica de sustentabilidade e de contributo para toda a sociedade e para o ecossistema. Relativamente às estratégias de alimentação social, há uma grande falta de critério na organização das respostas dos bancos alimentares e mesmo da alimentação nas escolas. O papel da nutrição é muito importante na definição de uma alimentação adequada;

Faltam mecanismos de integração e de participação das pessoas e das comunidades na definição das políticas e das estratégias de alimentação. É fundamental capacitar / habilitar / envolver a população no desenho das soluções de alimentação adequada. Importa desmistificar preconceitos de que a alimentação adequada é apenas acessível a grupos diferenciados, de maior capacidade financeira, com mais habilitações académicas e com muito tempo disponível e ligar conceitos de base, como o direito a uma alimentação saborosa, saudável e económica, independentemente das condições sociais ou económicas. A articulação saúde / alimentação ainda não é um dado adquirido nem comum a toda a população. O mesmo se verifica com a relação alimentação sustentável/alimentação saudável. A participação dos diversos protagonistas locais dos sistemas e das paisagens alimentares na definição das estratégias e das políticas alimentares é fundamental para assegurar que as medidas legislativas são adequadas, eficazes e justas.

### **Propostas de políticas públicas a trabalhar:**

- Recriar o enquadramento estratégico das políticas públicas no sentido de permitir e estimular a disseminação a replicação de iniciativas, experiências e projetos a nível nacional e internacional.
- Tornar a Educação Alimentar de Base um tema público e político central.
- Corrigir lacunas de legislação e purgar a legislação em excesso.
- Empoderar e legitimar o envolvimento da sociedade civil, nomeadamente investindo na animação territorial de forma clara nas políticas de desenvolvimento local e criando mecanismos de integração e de participação das pessoas e das comunidades na definição das políticas e das estratégias de alimentação.
- Adoção de uma visão integrada do “Bem Comum”, em que a agricultura se integre numa lógica de sustentabilidade e de contributo para toda a sociedade e para o ecossistema.
- Redefinir as estratégias de alimentação social, nomeadamente na organização das respostas dos bancos alimentares e mesmo da alimentação nas escolas.
- Trabalhar a articulação saúde / alimentação, uma vez que esta não é um dado adquirido nem comum a toda a população.



## 4. Comentários finais

 O processo da MANiFesta é uma construção coletiva, de pessoas para pessoas, de organizações para organizações, de causas individuais e coletivas para causas comuns e partilhadas. Constrói-se na partilha da experiência e do conhecimento, desafiando o pensamento, promovendo a ação e gerando novas dinâmicas.

Propor políticas públicas com base no desenvolvimento integrado (ambiental, social, económico, cultural, político) associadas à alimentação, foi o desafio lançado neste webinar a partir de 4 dimensões (Território, Igualdade, Democracia, Ecologia). As propostas validadas nos territórios são muitas, mas como traduzir as experiências narradas, em novas políticas públicas é, e continua a ser um desafio, pelas complexidades associadas.

Somos cada vez mais, ou desejamos ser cada vez mais, a contribuir para uma mudança de paradigma, ou regressar em parte a passados sistemas de alimentação local (SAL). Um SAL tem complexidades, tem interações, interdependências e impactos, poderá se construir em contextos conjunturais, e também estruturais, sendo o Leader um exemplo e o próximo quadro de financiamento europeu 2030 uma oportunidade. Ficámos a conhecer, e a melhor compreender, que os sistemas alimentares locais que ambicionamos:

1. resultam de experiências práticas e modelos que importa favorecer, replicar e adaptar às especificidades dos territórios;
2. a importância das redes de cooperação, colaboração e aprendizagem. As propostas dos projetos apresentados, Prato Certo, 100% Local, a Cooperativa de Herdade do Freixo, as AMAP, mas também a proposta de criação de conselhos municipais para a gestão alimentar saudável;
3. a importância da inovação societal no reforço da democracia participativa e representativa, seja enquanto sociocracia ou na

necessidade de participação das comunidades nos processos de tomada de decisão;

4. a importância da comunicação, da simplicidade da linguagem para chegar às pessoas (porque todos nós consumimos);
5. a importância da aliança entre quem produz e quem consome, a importância da estrutura enquanto mecanismo impulsionador, e a importância da ação coletiva da sociedade civil enquanto dinamizador dos processos;
6. a importância da organização coletiva (o exemplo das cooperativas, das associações – da economia social);
7. a importância da alimentação enquanto bem comum em gestão com os outros bens comuns e na promoção na igualdade de género, na justiça social e justiça climática;
8. A importância da educação e da pedagogia para a transformação das nossas comunidades.

Termino, sem conclusões, apenas com a constatação de uma necessidade que também é uma oportunidade, a produção e alimentação local como mecanismo impulsionador da promoção do desenvolvimento integrado e de respostas aos desafios sociais, económicos e ambientais, que se colocam à sustentabilidade da nossa casa comum, partilhada com tantos outros seres vivos. 

**Marco Domingues**  
Associação Animar

## IV. OUTROS LINKS DE INTERESSE

### REALIMENTAR

*Carta aberta realimentar exige que o conselho nacional seja ativado para intervir em crises alimentares e colmatar problemas da alimentação em Portugal.*

### PROVE

*Relatórios de Avaliação.*

### PÚBLICO

*Alimentação e actividade física mudaram durante o confinamento – para pior nas classes mais desfavorecidas.*

### DGS

*Inquérito sobre alimentação e atividade física em contexto de contenção social.*

### Ficha Técnica:

© MANiFesta 2020

**Título:** Caderno Temático 1 - Sistemas Alimentares Locais **Data:** Maio 2020

**Autoria:** Associação Animar, ADM Estrela, APCEP - Associação Portuguesa para a Cultura e a Educação Permanente, APPDI - Associação Portuguesa para a Diversidade e Inclusão, ZERO - Associação Sistema Terrestre Sustentável, Associação EcoGerminar, Coolabora, EAPN – Rede Europeia Anti-Pobreza, Minha Terra - Federação Portuguesa de Associações de Desenvolvimento Local, Rede para o Decrescimento, PpDM – Plataforma Portuguesa para os Direitos das Mulheres e Fórum Cidadania & Território

**Capa e paginação:** l'M Brand Marketing & Communication

**MANiFESTA**  
em ação 

Promoção:



Parceria Territorial:



Cofinanciamento:



Organizações Parceiras:

