



# GUIA PRÁTICO

SOBRE COMPOSTEIRA,  
HORTA DE TEMPEROS  
E TERRÁRIOS

# O QUE VOCÊ QUER APRENDER HOJE?



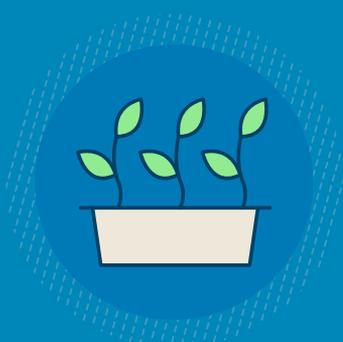
QUERO APRENDER A FAZER UMA

## COMPOSTEIRA DOMÉSTICA



QUERO APRENDER A FAZER UM

## TERRÁRIO

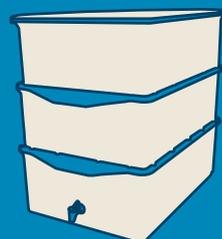


QUERO APRENDER A FAZER UMA

## HORTA DE TEMPEROS

 CLIQUE NOS ÍCONES PARA SER REDIRECIONADO





# COMPOSTEIRA DOMÉSTICA

## O QUE É

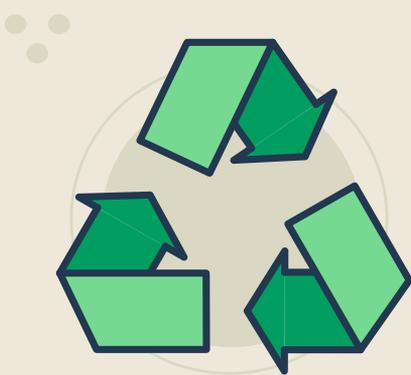
Cada brasileiro produz, em média, cerca de um quilo de lixo doméstico por dia. Além de separar e descartar corretamente os recicláveis, há uma forma inteligente e sustentável de reduzir essa quantidade de descartes: a compostagem caseira. É um sistema de reciclagem dos resíduos orgânicos em que minhocas e microorganismos transformam restos de alimentos em adubo de excelente qualidade para suas plantas. Podem ser montadas com recipientes plásticos ou mesmo certos tipos de materiais recicláveis, como caixas longa vida.



## Vantagens

Quando descartado em aterros e lixões, junto com materiais tóxicos como pilhas e remédios, os resíduos orgânicos produzem efluentes que contaminam solos, lençóis freáticos e a atmosfera. Sem tratamento adequado, geram gás metano, 25 vezes mais prejudicial para o efeito estufa do que o gás carbônico.

Além das vantagens da composteira para o meio ambiente, um estudo da Universidade de Bristol, na Inglaterra, constatou que o contato com uma bactéria presente no húmus produzido age como antidepressivo, reduz alergias, dores em geral e náuseas.



A composteira é um sistema de fácil manejo, compacto, higiênico, inodoro e não atrai insetos ou outros animais indesejados.

## Tipos de composteira

Há dois tipos de composteira: com minhocas (**vermicompostagem**), melhor para uso doméstico, ou sem (**microbianas**), mais indicadas para condomínios ou comunidades, onde os volumes são maiores. Ambas funcionam bem na geração de adubo. A diferença está no tempo de duração do processo. Sem as minhocas, leva em torno de seis meses. Com elas, metade do tempo.





## Como fazer a sua

Em geral, as composteiras são feitas com três caixas plásticas: duas digestoras, onde ficam as minhocas, e uma coletora, embaixo, que recolhe o líquido excedente. Existem composteiras prontas que já vêm com as minhocas, mas você pode fazer a sua usando caixas ou mesmo baldes de plástico.

## Materiais necessários

- ✓ 3 caixas plásticas encaixáveis
- ✓ Furadeira
- ✓ Torneira de filtro tamanho 5/8
- ✓ Terra
- ✓ Serragem
- ✓ 200 minhocas californianas





## Passo a Passo



1 Use uma broca de 6 mm para fazer furos na base de duas caixas que ficarão em cima. Elas ficarão sobre uma caixa sem furos



2 Com a broca de 5/8, fure a lateral da caixa que ficará por baixo e acople a torneira de filtro



3 Coloque uma camada de 5 a 7 cm de terra preta e fofo nas duas caixas com fundo furado. Em uma delas acrescente as minhocas



4 Monte a composteira. A caixa com minhocas deve ficar por cima. As duas caixas de cima serão as digestoras, onde será feito o adubo. A de baixo receberá o chorume



5 Adicione resíduo orgânico na caixa de cima e cubra com a serragem. Quando encher, troque de lugar com a caixa do meio



6 Em cerca de um mês, a caixa do meio terá adubo. O chorume que escorre para a caixa de baixo pode ser diluído em água e utilizado como biofertilizante



Composteira Humi, que recebeu medalha de prata no Brasil Design Award 2018 na categoria Produto de Impacto Positivo, feita de caixas longa vida recicladas (Divulgação)



## Manutenção

A umidade da composteira precisa ser regulada. Para saber controlar o excesso, aperte a mistura e verifique se há gotejamento líquido. Ocorrendo, acrescente material seco (folhas secas, terra vegetal ou serragem). A fim de garantir oxigenação, revire o lixo uma vez por semana. Abra a torneirinha e recolha o chorume.



# Dicas

- 1** Evite grandes quantidades de frutas cítricas, alimentos cozidos, salgados, carnes, queijos, guardanapos e papel-toalha, laticínios, flores e ervas. E nem pense em jogar fraldas ou óleo de cozinha
- 2** Estão liberados grãos, verduras, legumes, frutas não-cítricas, sementes, borra de café, saquinhos de chá e cascas de ovo
- 3** O sucesso da composteira depende da qualidade da sua alimentação. Quanto mais diversificado o lixo, melhor será o adubo
- 4** Deposite os restos de resíduos aos poucos. Não espalhe tudo. Concentre em cantinhos e cubra bem com serragem. Não comprima. Deixe a mistura respirar, pois ela precisa do oxigênio
- 5** Siga colocando seus resíduos até encher o balde de cima. O ideal é levar um mês para encher, assim dá tempo de ele virar adubo e de trocar pelo recipiente do andar do meio, vazio





## Dicas

- 6** Quando esse recipiente (que estava no meio e foi para topo) estiver cheio, após cerca de um mês, troque os andares novamente. O recipiente que estava no repouso agora tem húmus
- 7** Para retirar o húmus, deixe o pote com a tampa aberta em um lugar com bastante luz. As minhocas não gostam e vão se enfiando na terra. Raspe o adubo aos poucos para não perder minhocas
- 8** Mau cheiro indica desequilíbrio, o que ocorre quando o lixo orgânico excede a capacidade de absorção da composteira
- 9** Além das minhocas, podem aparecer bichinhos pequenos, como formigas e outros insetos, que também ajudam na decomposição dos alimentos. Para não atrair mosquitos ou outros insetos indesejáveis, cubra bem o material orgânico com serragem
- 10** Na caixa fixa no andar mais baixo vai começar a aparecer um líquido bem escuro. É um biofertilizante poderoso. Dilua cada parte do líquido em dez partes de água e use para regar suas plantas





# TERRÁRIO

## O QUE É

Miniecossistema fechado autossustentável em que as plantas fazem a fotossíntese dentro de um vidro transparente. Em geral, são usados como decoração. Ideais para espaços pequenos. Também podem ser feitos em uma versão aberta, sem tampa.

## VANTAGENS

Fácil de cuidar, pois são propícios para espécies que não exigem muita rega. Isso porque a maioria delas retém água com folhas impermeáveis, caso das chamadas suculentas.



## Tipos de terrário

**Há dois tipos:** com o vidro totalmente fechado, onde são plantadas as espécies que se adaptam à umidade e sombra, em geral elaborado com plantas florestais. Nesse caso, a evaporação da água reproduz o ciclo da chuva, o que praticamente dispensa a rega. São recomendadas, no entanto, plantas resistentes à umidade, como avencas, por exemplo.

O segundo tipo, e mais conhecido, é o terrário aberto, que pede uma rega menos frequente, a cada 20 dias, aproximadamente.

## COMO FAZER O SEU



### Materiais necessários

- ✓ **Recipiente de vidro limpo e transparente**, pode ser uma jarra, um vidro de conserva, um aquário
- ✓ **Carvão vegetal** para o fundo do vaso para absorver a água da rega e evitar que acumule no fundo. Serve também para evitar odores ruins, remover impurezas do solo e espantar insetos
- ✓ **Pedras pequenas**, pode ser cascalho, pedras de rio, cerâmica quebrada, pedrisco, brita
- ✓ **Terra ou areia** (podem ser os dois também, dependendo do tipo de terrário você pretende fazer)
- ✓ As plantas que serão colocadas podem ser **bromélias, suculentas, cactos, orquídeas**, ou outra que seja adequada para espaços pequenos
- ✓ **Funil, colher e pinça**, dependendo do recipiente, pois facilitará o seu trabalho, e luvas, para proteger as mãos



## Passo a Passo



1

Despeje as pedrinhas formando uma camada em torno de três centímetros de espessura para drenar o terrário. Se o seu terrário for fechado com uma tampa, deve-se adicionar uma camada fina de carvão vegetal triturado, que ajudará a manter o solo fresco e seco



2

Faça uma camada de areia sobre as pedrinhas e o carvão com a mesma espessura da anterior



3

Adicione sobre a areia a terra tomando o cuidado de manter buracos para as raízes de cada planta. Preste atenção também para que a soma dessas 3 camadas (pedra, areia e terra) ocupe cerca de 1/3 da altura do seu recipiente, sendo a camada de solo a que deve ser mais espessa



4

Retire cada planta do seu vaso original e plante-a no buraco deixado para ela em sua camada de terra e acomode a terra em sua volta com os dedos. Você pode colocar no mesmo terrário mais de uma espécie de planta, desde que elas sejam compatíveis





## Passo a Passo



5

Procure colocar as plantas nas partes mais altas do solo criado, assim elas ficarão em evidência, deixando as depressões para musgos, enfeites, miniaturas, pedras etc



6

Depois de colocadas as plantas, chegou o momento de montar o cenário, utilize pedras e miniaturas para deixar seu terrário com o aspecto de um minijardim





# Dicas

- 1** Escolha espécies que pedem as mesmas condições de luz e rega. Para os totalmente fechados, bloqueie a luz direta e molhe apenas durante a montagem. Nos abertos, regue seguindo as necessidades das espécies
- 2** Se perceber o crescimento de alguma erva daninha, retire-a. Em caso de fungo, corte as plantas infectadas para evitar que toda área seja infectada
- 3** Lembre-se de garantir uma boa ventilação. É fundamental quando há condensação nas paredes do recipiente e evita o apodrecimento das raízes e plantas
- 4** Para terrários fechados, algumas espécies ideais são: coração-magoado, violeta-africana, acorus, bromélia-criptantus, musgo-tapete, ripsális, columéia-peixinho e planta-da-amizade
- 5** Já para os abertos: arbusto de elefante, tilândsia, echeverias e outras suculentas de pequeno porte, planta-jade, planta-coração, lithops, dedo-de-dama e cactos no geral





# HORTA DE TEMPEROS

## O QUE É

Opção para ter temperos e hortaliças frescos para serem cultivados em áreas pequenas da casa.

## VANTAGENS

Além de ter produtos feitos em casa e orgânicos (sem defensivos agrícolas), a horta traz verde e aromas agradáveis para dentro do ambiente doméstico.



## O melhor lugar

Escolha um ambiente iluminado e arejado. O ideal é que a horta receba, no mínimo, quatro horas diárias de luz do sol diretamente, de manhã ou à tarde. Para quem mora em apartamento sem muito espaço, a horta vertical pode ser uma solução. Na varanda, por exemplo, ou em qualquer parede da casa que receba iluminação.

## Tipos de horta

Você pode usar vasos de qualquer tamanho, dependendo da área destinada para os temperos, pequenos, médios ou grandes. A horta também pode ser montada em jardineiras, mas é importante separar bem as ervas, já que cada uma requer um cuidado especial. Quando o espaço é limitado, dá para instalar os vasos nas paredes, fazendo um jardim vertical. Os recipientes podem ser pregados diretamente ou encaixados em grades de madeira, disponíveis em lojas especializadas. Até garrafas pet vazias ou outros materiais recicláveis podem ser utilizados.

## Materiais necessários

- ✓ Vasos, floreiras ou embalagens recicláveis (garrafas pet, por exemplo)
- ✓ Terra
- ✓ Pedras
- ✓ Mudas





## Passo a Passo

**1**

Forre o fundo do vaso ou recipiente com pedrinhas para permitir a drenagem.

**2**

Acrescente terra e encaixe a muda.

**3**

Cubra a parte exposta do solo com algum tipo de composto orgânico, húmus de minhoca ou similar. Esse procedimento deve ser repetido a cada 20 dias.





# Dicas

- 1** Respeite o espaçamento na hora de plantar. Há espécies que podem sufocar uma a outra. Por isso, o espaçamento recomendado para o cultivo é de 10 cm, principalmente entre os temperos. Os mais fáceis de cultivar e que podem ficar juntos são salsinha, cebolinha e alecrim, por exemplo.
- 2** Consulte tabelas de referência de plantas benéficas e antagônicas. Espécies que se ajudam mutuamente no desenvolvimento ou que não se dão muito bem
- 3** Use resíduos orgânicos como adubo. As cascas de bananas e de ovos são ótimos exemplos que podemos encontrar facilmente em nossos lixos do dia a dia
- 4** Os temperos devem ser regados diariamente. Os melhores períodos são as primeiras horas da manhã e no final da tarde. Evite em horários muito quentes, pois a água evapora rapidamente. Regar à noite também não é indicado porque a absorção é menor e as folhas demoram a secar





# Dicas

- 5** É preciso avaliar as condições da terra e do dia. Esses fatores podem levar ao excesso ou à falta de água. É fundamental que a terra esteja sempre úmida, nunca encharcada
- 6** É importante retirar folhas secas e verificar a condição das plantas sempre que puder. Quanto maior atenção e interação com as plantas, melhor seu desenvolvimento e vigor
- 7** Para ter ervas mais verdes e bonitas, é essencial podá-las com bastante frequência para estimular o crescimento das folhas
- 8** As melhores ervas/temperos para uma hortinha caseira, certamente são as mais úteis para cozinha e mais resistentes ao nosso clima, como: alecrim, manjeriço, hortelã, orégano, tomilho, sálvia, pimenta e salsa.





# Veja as características de algumas



**Manjericão:** prefere temperaturas mais altas ou, pelo menos, amenas. É bom se informar sobre as peculiaridades dos diferentes tipos. O manjericão roxo, por exemplo, não gosta de muito sol. É ótimo para acompanhar pratos da cozinha italiana, como pizzas e molhos



**Alecrim:** muito resistente, é ideal para quem não tem muito tempo para cuidar da horta. Adaptado a climas quentes e secos, pode passar até três dias sem ser regado. Ideal para temperar carnes



**Salsão:** resiste bem ao inverno e precisa ser regado diariamente para se desenvolver. Usada em sopas, saladas, omeletes e sanduíches



**Hortelã:** com raízes mais profundas que as das demais ervas, deve-se sempre plantá-la sozinha em um vaso. Apreciada pela culinária árabe, vai bem em assados e grelhados e pode ser usada na decoração de pratos e no preparo de chás



# Veja as características de algumas



**Orégano:** se adapta bem em vários ambientes e exige pouca água para se desenvolver. Conhecido por seu uso em pizzas, o orégano também pode ser utilizado em molhos e assados



**Pimenta:** resistente, é uma planta que gosta de espaço para se desenvolver. Vale a pena plantá-la sozinha na floreira, para que consiga crescer rapidamente. Com seu sabor picante, vai bem em molhos, conservas e temperos



**Sálvia:** resiste bem às baixas temperaturas. Pode ser regada a cada dois dias. Usada principalmente para a decoração de pratos e para temperar carnes mais gordurosas, como carne de caça



**Tomilho:** não gosta de muita água e pode ser regado a cada dois dias. Uma dica importante: quanto menor a umidade no vaso, mais cheiroso o tomilho fica. Usado principalmente em ensopados e molhos à base de vinho





### **Fontes:**

Folha de S. Paulo, O Estado de S. Paulo, Ecoeficientes (escritório de arquitetura especializado em sustentabilidade), Portal CicloVivo, Portal Ecycle, revista Casa e Jardim (editora Globo); Terrários – como criar, plantar e manter belos jardins – Maria Colletti (editora Publifolha)

<https://www1.folha.uol.com.br/webstories/2020/04/aprenda-a-fazer-uma-composteira-domestica.shtml>

<http://www.ecoeficientes.com.br/o-que-e-uma-composteira-domestica-por-morada-da-floresta/>

<https://ciclovivo.com.br/canal/planeta/>  
<https://www.ecycle.com.br/536-composteira.html>





sabesp