



CULINÁRIA VEGETARIANA

Informativo mensal destinado à boa saúde e à paz universal

n. 19, maio, 2006

Publicação *on line* disponível para download através do endereço eletrônico:

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

EDITORIA
Inteligente
.com.br

Cláudia Alves Bringel - Mtb 43427

Índice

✓ Receitas:

- Salada de feijão branco com ervilhas - pág. 1

✓ Agenda: - pág. 2

- ✓ Biodiversidade: Reunião de Curitiba sobre biodiversidade termina em fracasso - pág. 3

- ✓ Agroecologia: Soja é principal ameaça do agronegócio contra floresta - pág. 3

- ✓ Meio ambiente: • Líder social no Pará é um dos ativistas a ganhar prêmio internacional de meio ambiente - pág. 4;

- Conferência 25 anos da Lei de Política Nacional de Meio Ambiente - pág. 4;

- ✓ Proteção animal: • Foie gras é proibido em Chicago - pág. 5;

- Pele de foca - uma moda cruel - pág. 5;

- Não matarás - pág. 5.



SVB
Sociedade
Vegetariana
Brasileira

Faça parte da
Sociedade Vegetariana Brasileira.
Seja você também um afiliado.

Informações:

www.svb.org.br



Receitas*

dúvidas: receitas@editorainteligente.com.br

* É proibida a utilização comercial, com finalidades editoriais, das receitas publicadas

Salada de feijão branco com ervilhas

Ingredientes:

- ✓ 250g de feijão branco;
- ✓ 200g de ervilha fresca;
- ✓ 200g de tomate cereja;
- ✓ 1/2 pimentão vermelho;
- ✓ 1/2 pimentão amarelo;
- ✓ 1/2 pimentão verde;
- ✓ cebolinha a gosto;
- ✓ salsinha a gosto;
- ✓ tofu defumado a gosto;
- ✓ azeite extra virgem a gosto;
- ✓ sal marinho a gosto.

Modo de preparo:

✓ Na véspera de ser cozinhado, o feijão deve ser colocado de molho.

✓ Na hora de cozinhá-lo, a água do molho deve ser escorrida. O cozimento será feito com um litro de água, acrescido com a medida de uma colher de sopa de sal marinho.

✓ Cozinhar as ervilhas, de preferência no vapor ou em 1/2 litro de água com 1/2 colher de sopa de sal marinho.

✓ Esperar as ervilhas e o feijão esfriarem e misturar todos os demais ingredientes picados em pequenos pedacinhos, com exceção do tomate cereja, que pode ser cortado em quatro pedaços.

Obs: Ao se utilizar o tofu seco, ele poderá ser colocado de molho e cozido, junto com o feijão.



Salada pronta para servir

Rendimento: 5 porções

BOM APETITE!

Nota: Prefira sempre ingredientes orgânicos. Seus pratos ficarão mais saborosos e você estará contribuindo com sua saúde, com a agricultura familiar e com o meio ambiente.



AGENDA

20 de maio

São Paulo, SP
Cogumelo Shiitake
www.aao.org.br

20 a 27 de maio

Garopaba, SC
Yoga e Ayurveda
www.yogaencantada.com.br

21 de maio

São Paulo, SP
Plantas medicinais
www.aao.org.br

27 de maio

São Paulo, SP
Agricultura orgânica e alimentação
desintoxicante
www.aao.org.br

27 de maio

Porto Alegre, RS
Respiração, poder e energia
www.ashtanga.com.br

27 e 28 de maio

São Paulo, SP
Gheranda Samhita
www.nilakantha.com.br

28 de maio a 11 de junho

Garopaba, SC
Massagem Ayurvédica
www.yogaencantada.com.br

2 a 4 de junho

Mariscal, SC
Mantra, Yoga, Vidya
www.yoga.pro.br

3 e 4 de junho

São Paulo, SP
Sítio em equilíbrio
www.aao.org.br

4 de junho

São Paulo, SP
Cogumelos comestíveis
www.aao.org.br

7 a 10 de junho

Cascavél, PR
5ª Jornada de agroecologia terra
livre transgênicos e sem agrotó-
xicos: construindo o projeto so-
berano para a agricultura cam-
ponesa
www.jornadadeagroecologia.com.br

7 a 11 de junho

Campo Alegre, SC
Gheranda Samhita, no
Chacarananda Ashram
laurapacker@terra.com.br

11 de junho

Horta caseira
São Paulo, SP
www.aao.org.br

16 a 18 de junho

Recife, PE
Shiva Samhita
taivieira@globo.com

23 a 25 de junho

Fortaleza, CE
Shiva Samhita
www.ekadantayogashala.pro.br

2 a 29 de julho

Mariscal, SC
Formação em Yoga, Curso Livre -
Módulo II
www.yoga.pro.br

2 a 30 de julho

Formação em Ashtanga Yoga
Rio de Janeiro, RJ
www.ashtanga.com.br/2006a.php

8 de julho

São Paulo, SP
Agricultura orgânica e alimentação
desintoxicante
www.aao.org.br

8 de julho

São Paulo, SP
Horti e fruticulturas
www.aao.org.br

16 de julho

Horta comunitária
São Paulo, SP
www.aao.org.br

22 de julho

São Paulo, SP
Minhocultura e compostagem
www.aao.org.br

23 de julho

São Paulo, SP
Plantas medicinais
www.aao.org.br

29 de julho

São Paulo, SP
Cogumelo Shiitake
www.aao.org.br

30 de julho

São Paulo, SP
Horta caseira
www.aao.org.br

2 de agosto

São Paulo, SP
Horticultura: noções básicas
www.aao.org.br

4 a 6 de agosto

Mariscal, SC
Passagens Harmônicas
(Iyengar Yoga) com Renato
Turla (Itália), assistido por
Gustavo Ponce (Chile)
www.yoga.pro.br

4 a 8 de agosto

São Paulo, SP
1º Congresso
Brasileiro de
Vegetarianismo
Memorial da América Latina,
<http://www.svb.org.br>



6 de agosto

São Paulo, SP
Cogumelos comestíveis
www.aao.org.br

11 a 13 de agosto

Rio de Janeiro, RJ
Ásana, pranayama e concentração
paulasaboya@mac.com

18 a 20 de agosto

São Paulo, SP
Shiva Samhita
info@nilakantha.com.br
www.nilakantha.com.br

19 de agosto

São Paulo, SP
Horti e fruticulturas
www.aao.org.br

19 e 20 de agosto

São Paulo, SP
Sítio em equilíbrio
www.aao.org.br

25 a 27 de agosto

Porto Alegre, RS
Gheranda Samhita
cathia@ashtanga.com.br
www.ashtanga.com.br

26 e 27 de agosto

São Paulo, SP
III Seminário Alternativas para
Pequena Propriedade Orgânica
www.aao.org.br

2 de setembro

São Paulo, SP
Minhocultura e compostagem
www.aao.org.br

3 a 30 de setembro

Mariscal, SC
Formação em Yoga,
Curso Livre - Módulo I
www.yoga.pro.br



10 a 16 de setembro

Congresso Vegetariano Mundial
www.ivu.org

10 a 17 de setembro

Garopaba, SC
Pranayamas, mudras e cura prânica
www.yogaencantada.com.br

16 de setembro

São Paulo, SP
Horti e fruticulturas
www.aao.org.br

16 de setembro

São Paulo, SP
Cogumelo Shiitake
www.aao.org.br

17 de setembro

São Paulo, SP
Plantas medicinais
www.aao.org.br

17 a 24 de setembro

Garopaba, SC
Treinamento de prof. de yogate-
rapia hormonal
www.yogaencantada.com.br

23 e 24 de setembro

São Paulo, SP
Sítio em equilíbrio
www.aao.org.br

24 de setembro

São Paulo, SP
Horta caseira
www.aao.org.br

7 de outubro

São Paulo, SP
Minhocultura e compostagem
www.aao.org.br

15 a 29 de outubro

Garopaba, SC
Formação de professores de yoga
integrativa
www.yogaencantada.com.br

16 a 18 de outubro

Rio de Janeiro, RJ
I Congresso Interna-
cional de Bem-Estar
Animal – Teoria,
Docência, Aplicação
www.wspabrazil.org



21 de outubro

São Paulo, SP
Horticultura: noções básicas
www.aao.org.br

22 de outubro

São Paulo, SP
Cogumelos comestíveis
www.aao.org.br

28 e 29 de outubro

São Paulo, SP
Sítio em equilíbrio
www.aao.org.br

1 a 8 de outubro

Garopaba, SC
Chakraterapia
www.yogaencantada.com.br



Biodiversidade

Reunião de Curitiba sobre biodiversidade termina em fracasso

Para Greenpeace, CDB naufraga com a falta de definições a respeito de quem paga a conta da conservação da biodiversidade e com o seqüestro da discussão ambiental pela agenda comercial da OMC

O Greenpeace decretou o completo fracasso da última reunião da Convenção sobre Diversidade Biológica (CDB), que aconteceu, em Curitiba. Os países membros que participaram da 8ª Reunião das Partes (COP 8) da convenção perderam a oportunidade, durante duas semanas de negociações, de costurar algum acordo real que pudesse brechar a perda global da biodiversidade e da vida nas florestas e oceanos do planeta.

“A CDB é como um navio no meio do oceano, sem capitão”, afirmou Martin Kaiser, assessor do Greenpeace Internacional para Florestas. “As negociações tiveram um resultado pífio na adoção de medidas que colocassem um fim à biopirataria e a práticas ilegais e destrutivas de extração madeireira ou exploração marinha. Também não se chegou a nenhum resultado sobre financiamento a áreas de proteção marinhas ou terrestres”, concluiu.

Apesar de a ministra do Meio Ambiente, Marina Silva, presidente da COP 8, ter convocado os participantes no início da reunião a aderir a um acordo contra a

biopirataria, a Austrália, a Nova Zelândia e o Canadá bloquearam qualquer avanço no processo, se negando até mesmo a aceitar um prazo para as negociações. “Isso simplesmente dá mais tempo às indústrias de biotecnologia e farmacêutica de assegurar patentes de seres vivos sob o regime da Organização Mundial do Comércio (OMC)”, disse Kaiser.

No começo da COP 8, o Greenpeace apresentou um detalhado estudo que alertava para a necessidade urgente da criação de uma rede de proteção das últimas florestas preservadas e de áreas marinhas internacionais. No entanto, os governos não deram ouvidos ao chamado e o que se viu foi um retrocesso. Na CDB passada, em 2004, na Malásia, os membros tinham acordado sobre a necessidade de uma rede global de áreas protegidas, e os países ricos prometeram dinheiro para a implementação dessa rede. “Tanto os países ricos quanto os países pobres quebraram a promessa e a rede global de proteção não saiu da retórica” disse Paulo Adário, coordenador da campanha

Amazônia do Greenpeace. “Ao invés disso, os governos colocam a natureza em risco ao tratar a biodiversidade como uma commodity”, afirmou.

A proteção dos oceanos também não avançou. “Em relação aos oceanos, a moratória sobre a prática altamente destrutiva de pesca de arrasto em alto mar foi bloqueada por alguns países com atividade pesqueira, que priorizaram seus interesses comerciais em detrimento da proteção da biodiversidade marinha”, disse Karen Sack, assessora política do Greenpeace Internacional para Oceanos.

Há quatro anos, os líderes mundiais comprometeram-se a acabar com a perda da biodiversidade até 2010, mas até hoje não foi dado dinheiro para impedir que os países pobres continuem a explorar de forma insustentável sua biodiversidade. “O Brasil, como anfitrião da conferência, fracassou em impor uma agenda que criasse novos mecanismos de financiamento para a biodiversidade”, disse Kaiser.

Fonte: Greenpeace

www.greenpeace.org.br



Agroecologia

Soja é principal ameaça do agronegócio contra floresta

Um vídeo chamado “O grão que cresceu demais”, produzido na região de Santarém pela FASE com o apoio da Fundação Heinrich Boell, foi o ponto de partida para o debate sobre o combate ao cultivo de soja na Amazônia Brasileira em 21 de março. Na tenda do Fórum Global da Sociedade Civil os depoimentos da Rede GTA lembraram que, em sua maioria, os cultivos acontecem em áreas onde as comunidades acompanham uma sucessão de agressões ao meio ambiente e aos direitos humanos, que passam pela grilagem, pela expulsão de moradores por pistoleiros, pela derrubada da madeira e pelo amansamento da terra pelos bois antes da plantação dos grãos. Além disso, esse ciclo continua depois com a demanda de produtores por variedades transgênicas em plena floresta.

Esse também foi o principal argumento aceito por muitas entidades do grupo de trabalho de florestas do FBOMS para o

posicionamento contrário à regularização ambiental e fundiária das propriedades de soja na mesma região de Santarém, transferindo uma prática que está sendo bem sucedida no Mato Grosso por organizações como a TNC. O princípio era de que a multinacional Cargill, por ser a principal compradora da região do baixo rio Amazonas, poderia forçar a regularização dos produtores. Mas outras entidades lembraram que o próprio porto da empresa em Santarém é acusado de ter sido construído sem nenhum estudo de impacto ambiental – e deveria ser retirado do local.

O Projeto Brasil Sustentável e Democrático, durante o debate, apresentou dados que desmentem a geração de empregos da soja na região Centro-Oeste e Norte – onde seu cultivo em grandes propriedades de monocultura diminui os postos de trabalho gerados em todas as outras culturas diversificadas. Além disso, a pressão sobre terras

está expulsando comunidades para a periferia das cidades pelo dinheiro oferecido ou pela contaminação de suas terras por agrotóxicos, pragas empurradas pelo desmatamento e poluição das águas.

O vídeo apresentado no evento é resultado da pesquisa “Conflitos sócio-ambientais, demandas sociais e políticas públicas: impactos do avanço da soja no Estado do Pará”, desenvolvida pela Fase Pará e por organizações da região, muitas também da Rede GTA. Seu objetivo é fomentar o processo de conscientização crítica dos produtores familiares e de organizações da região, cobrar do poder público as medidas necessárias e urgentes para estimular a produção familiar com base nos princípios da agroecologia e do desenvolvimento sustentável e fortalecer a solidariedade com os povos amazônicos. Contatos podem ser feitos em www.fase.org.br.

Fonte: Grupo de Trabalho Amazônico (GTA) - www.gta.org.br



Meio ambiente

Líder social no Pará é um dos ativistas a ganhar prêmio internacional de meio ambiente

O Prêmio Goldman de Meio Ambiente, considerado o maior prêmio mundial para defensores do meio ambiente, é concedido anualmente, desde 1990, a seis ativistas, por regiões: África, Ásia, Europa, Ilhas e Nações-Ilhas, e Américas (do Norte, do Sul e Central). Os vencedores são selecionados por um júri internacional, a partir de indicações confidenciais feitas por uma rede mundial de organizações ambientais e indivíduos.

Os ganhadores do prêmio fazem uma viagem de dez dias a São Francisco e Washington D.C., onde participam de uma cerimônia de apresentação e entrega dos prêmios, encontros com a imprensa e reuniões com líderes políticos, financeiros, ambientalistas e formadores de políticas sociais.

Com 34 anos, Tarcísio Feitosa é o terceiro brasileiro a receber o prêmio na categoria Américas do Sul e Central por sua trajetória em defesa dos direitos humanos e pela proteção ambiental e desenvolvimento sustentável na região do Xingu e da Terra do Meio, no Pará.

Nascido e criado em Altamira, na região do Xingu, Tarcísio Feitosa integra uma

aliança popular para proteger a floresta tropical e as comunidades locais. O prêmio foi entregue no dia 24 de abril, em São Francisco, Estados Unidos.

Ele começou o trabalho aos 15 anos de idade, como voluntário na luta pela demarcação das terras indígenas – atividade que desenvolveu até 2000. *"Naquela região, temos uma educação muito voltada para as comunidades. Há uma conscientização quanto à situação dos povos indígenas e das populações tradicionais"*, conta.

Em 2000, Feitosa se engajou em um movimento contra a exploração ilegal de mogno. Ele documentou a atividade ilegal e avisou os órgãos governamentais – a ação resultou no confisco de 6.000 toras de mogno extraídas ilegalmente, vendidas posteriormente em um leilão que arrecadou US\$ 1,5 milhão, destinado à criação de um fundo para financiar o desenvolvimento sustentável e os esforços de conservação da região.

Em 2002, Tarcísio Feitosa passou a trabalhar em estudos para a criação de unidades de conservação na bacia do Xingu. Atualmente, é membro da Comissão Pastoral da Terra e um dos coordenadores do

Movimento pelo Desenvolvimento da Transamazônica e Xingu (MTDX) – rede de Organizações Não-Governamentais que, segundo ele, tem duas bandeiras de luta: *"mostrar que a agricultura familiar e os povos da floresta podem conviver com a floresta e interromper a construção de cinco barragens na região"*.

Ele destaca que uma das barragens – a de Belomonte –, já está em andamento (a construção foi temporariamente embargada pela Justiça) e outras quatro estão em estudo. *"Essas barragens representam a destruição desse grande corredor ecológico, que vai se completar com a criação das unidades de conservação"*, explica.

Além de Feitosa, também receberam o Goldman Prize deste ano líderes sociais envolvidos com a luta pela preservação do rio Danúbio, pelo armazenamento seguro do lixo produzido por armas químicas nos Estados Unidos, pela defesa das florestas da Libéria, pelo fim do corte ilegal de madeira em Papua Nova Guiné e pelo respeito social durante a construção de barragens na China.

Fonte: Agência Brasil

www.agenciabrasil.gov.br

Meio ambiente

Conferência 25 anos da Lei de Política Nacional de Meio Ambiente

Advogados, profissionais do judiciário e da área ambiental em geral, estudantes e políticos vão se reunir nos próximos dias 01 e 02 de junho de 2006, em São Paulo, durante a Conferência de 25 anos da Lei de Política Nacional de Meio Ambiente.

Criada no dia 31 de agosto de 1981, a Lei de PNMA (6938/81) foi responsável pela inclusão do componente ambiental na gestão das políticas públicas e decisiva inspiradora do Capítulo do Meio Ambiente na Constituição de 1988. Segundo a revista Ambiente Legal, que recentemente produziu uma matéria sobre o assunto, a Lei 6938/81 transformou a visão sobre a temática ambiental nos empreendimentos brasileiros, orquestrando um processo fundamental para a evolução do país rumo ao

Desenvolvimento Sustentável.

Para falar sobre a Lei 6938/81, foram convidados advogados, políticos, empresários, representantes do governo e os responsáveis pela criação da Lei em 1981. Entre as presenças confirmadas, estão Paulo Nogueira Neto, o grande mentor da Lei; Carlos Celso do Amaral, um dos mais antigos profissionais da área ambiental do país; Antonio Fernando Pinheiro Pedro, diretor do escritório Pinheiro Pedro Advogados; Gilney Viana, Secretário de Desenvolvimento Sustentável do Ministério do Meio Ambiente; Jarbas Soares Júnior, Procurador Geral do Estado de Minas Gerais; Fernando Almeida, Diretor Executivo do Cebds – Conselho Empresarial para o Desenvolvimento Sustentável, entre outros.

O evento vai contar com quatro painéis:

A Política Nacional de Meio Ambiente, Ontem e Hoje – Análise Crítica do Cenário Político e Ambiental de 1986 a 2006; A PNMA e o Licenciamento Ambiental; A PNMA e a sua integração com outras políticas; e o Futuro da PNMA.

A Conferência de 25 anos da Lei de Política Nacional de Meio Ambiente é uma realização da AG Comunicação Ambiental, Escritório Pinheiro Pedro Advogados e AICA – Agência Corporativa Ambiental. O evento tem o apoio da OAB/SP, Apimec, ABRP, Abracom, Câmara de Comércio e Indústria Brasil-Alemanha e Pricewaterhouse.

As inscrições para o evento poderão ser feitas pelo telefone: (11) 5017-4342, pelo site: www.comunicacaoambiental.com.br ou e-mail melina@comunicacaoambiental.com.br.

Proteção animal

Foie gras é proibido em Chicago

A Assembléia Legislativa de Chicago (EUA) aprovou no dia 26 de abril uma lei proibindo o comércio do foie gras (fígado de ganso) em toda a cidade. A aprovação da lei, proposta pelo vereador Joe Moore e pelo presidente do Santuário de Fazendas de Chicago, Gene Bauston, faz de Chicago, a cidade pioneira na proibição ao foie gras, nos EUA.

A expectativa, segundo entidades de proteção animal dos EUA, é que a proibição repercuta em todo o país e seja adotada por outros estados.

Consumido como iguaria, o foie gras é produzido a partir de métodos extremamente cruéis e dolorosos para os gansos. Para que seus fígados inchem e se tornem maiores, canos de até 30cm são introduzidos até o estômago. Cada

animal é forçado a ingerir cerca 3,5kg de ração por dia. Ao fim de quatro semanas, o fígado desses animais fica 12 vezes maior que seu tamanho natural. Muitas dessas aves, porém, morrem antes do abate pela ruptura do fígado, ou por asfixia, quando a ração 'transborda' do estômago e chega até os pulmões.

Fonte: WSPA -

www.wspabrasil.org



Proteção animal

Pele de foca - uma moda cruel

A morte de mais de 300 mil focas é o esperado para a temporada de caça no Canadá. O governo canadense justifica a ação alegando a necessidade do controle da população de focas para que reste peixe para a atividade pesqueira.

Os grupos de defesa dos animais esperavam que a opinião pública conseguisse impedir a volta das caçadas.

A técnica para caça das focas já teve imagens que chocaram o mundo, pois é cruel e sofrida. Ela consiste em uma criminosa paulada!

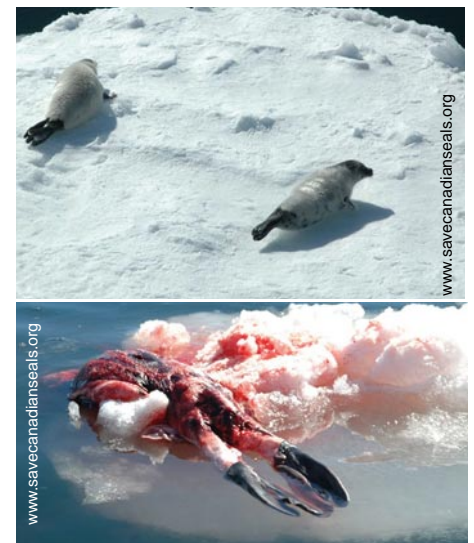
Devido à pressão internacional a caça de focas jovens para o uso de sua pele está quase suspensa na costa leste do Canadá há 25 anos.

Especula-se que existam 5,2 milhões

de focas no Atlântico Norte, que estariam acabando com os estoques de bacalhau.

Por outro lado, os grupos de defesa dos animais dizem que o governo está usando as focas como "bodes expiatórios" para despistar falhas na administração dos estoques de peixe.

O governo, decidido pelo caminho da matança das focas, determinou que a caça agora será feita sob regras rígidas e os animais serão mortos a tiros. Porém, as entidades de proteção alertaram que as regras do governo para que a caça seja feita de forma mais humana estão sendo ignoradas, declarando que estão tendo dificuldade em enviar observadores para garantir o respeito aos procedimentos.



Para se manifestar contra a caça às focas, visite www.savecanadianseals.org

Proteção animal

Não matarás

Lançado no 1º Congresso Brasileiro de Educação Humanitária, o documentário "Não matarás" toca em tema bastante polêmico: a dor e o sofrimento dos animais que têm como destino, servirem de cobaias para testes laboratoriais.

"Não matarás" junta-se aos outros importantes títulos lançados pela ONG Instituto Nina Rosa, como por exemplo, "Vida de cavalo", "Fulaninho", "Criando um amigo" e "A carne é fraca".

O 1º Congresso Brasileiro de Educação Humanitária foi bastante oportuno para o lançamento do documentário "Não matarás". Assim como, para a apresentação, por palestrantes nacionais e internacionais, de trabalhos de educação humanitária e de salvamento dos animais que são vítimas de todos os tipos de crueldade.

Um documentário produzido na

África do Sul e apresentado no congresso, mostrou resultados positivos no combate à violência adotando-se projetos de educação humanitária.

No Brasil, ainda estamos isentos de algumas coisas, por exemplo, a gripe aviária. Porém, a violência, esta até é exportada! Prova disso é a forma criminosa e cruel às quais são submetidos os animais que caem nas mãos do tráfico ilegal. Além disso, como se não bastasse o tráfico de animais vivos, ainda há o de pedaços....

Uma frase histórica foi repetida mais de uma vez no mesmo dia: "você precisa ser a mudança que gostaria de ver no mundo". A frase leva a assinatura de uma alma celestial: Mahatma Gandhi.

Com essa energia proveniente da paz, educadores de todos os níveis, do ensino básico ao terceiro grau, puderam



compartilhar conhecimento para a vida em harmonia e a diminuição do sofrimento de todos os seres vivos.

Buscando acima de tudo a paz, o 1º Congresso Brasileiro de Educação Humanitária procurou oferecer informações para que todos tenham acesso aos caminhos pelos quais todos podem ser educadores humanitários. Inclusive, interessados no assunto, podem conferir material pós-congresso disponível no [site www.ninarosa.org](http://www.ninarosa.org)

e conferir as denúncias apresentadas no documentário "Não matarás".

