

Para Ti... Mãe Terra!

JULHO AGOSTO 2019



FONTE DE GRANDES DESCOBERTAS!

Por Ana Maria Pinto

O efeito da Natureza no movimento criativo tem tanto de mistério como de evidência. Quando visito o mar, saudando-o como uma manifestação sagrada da Mãe Terra, perscruto a sua expressão, abrindo os sentidos, aqueles desconhecidos ao senso comum, e a partir deles nasce como que uma intimidade com o azul ancestral. Tudo o que crio nasce aqui, um jogo de espelhos, o mar canta-me o seu mistério que virá depois a ser melodia, imagem, sonho ... e assim são as vozes que cantam em conjunto como no concerto Ancestral, em que público e coros se entregaram ao improviso, criando ondas sonoras e uma energia própria do Amor, o Amor disponível para as grandes descobertas.

Concerto na Mata Ancestral
A canção do Lixo Zero!
Projecto Rios
Cientistas da Terra
Digressão com O Refúgio
Colónias de Férias
Palavras ao Sol
Palestra com Marta Beata
Workshop no Vale do Douro
Ecosoluções
Poemário da Mãe Terra



Ancestral – Elogio da Raiz

GRANDE CONCERTO DA NOVATERRA

No dia 18 de Junho os quatro Coro da Novaterra juntaram-se novamente em palco para proporcionar ao público um concerto dedicado à Raiz das Raízes - O Mar. Com o canto das baleias como fundo sonoro, o concerto contou com as estreia de várias peças inspiradas na ancestralidade. Como pontos altos tivemos o Haka da Novaterra e os Jogos de Espelhos, em que público e artistas criaram no Auditório Municipal de Gondomar um mar sonoro. Contamos com a presença também da turma de Doundoun Dance e com o exímio Lansana Sagatala que, a jeito de improviso nos fez respirar África!





Mote para a nossa viagem...

Eu queria ser como esta criança que traduz as grandes dinâmicas telúricas, incomprensíveis e insondáveis, em sentimentos visualizáveis. Queria sentir-me como quem é o catalizador, aquele que, suavemente, força para dentro de ti - de ti a enormidade da estrela na noite, aquela informe nuvem, a única onda. Queria, suavemente, soprar para dentro dos apertados peitos a picante poeira brilhante, porque, directamente, nós não conseguimos ver a evidência, nem sentir o milagre, saborear o suco da divindade em cada inspiração, em cada gota de sal - no vento que sopra entre folhagens virgens aos olhares humanos. Miguel Gullander



Concerto na Mata

Mata de Vilar
Lousada

5 DE MAIO 2019



O lugar perfeito!

A convite da Associação Bioliving, a Novaterra deslocou-se a Lousada no dia 5 de Maio para realizar um concerto participativo. Com uma lotação limitada a 60 pessoas, o concerto esgotou rapidamente! Não sendo um concerto convencional, o público formou com as Makawee e com os percussionistas Diogo Guimarães e João Russo, um círculo de vozes que ressoou no belíssimo arvoredo da Mata de Vilar. Este foi o primeiro concerto do género da Novaterra, e em nós ficou a sensação de que o melhor palco é sem dúvida a Natureza. À sombra de um magnífico carvalho houve espaço para cânticos meditativos, para cânticos à Mãe Terra e, claro, para a dança! Toda a gente dançou e cantou em louvor às maravilhas da Terra, e nos rostos transparecia a alegria e o deslumbramento de estarmos em conjunto a criar um lugar perfeito para nós, seres humanos, e para a Mãe Terra.



A CANÇÃO DO LIXO ZERO!

Gravação de Vídeo

Escova de dentes de bambu,
Palhinhas de massa, trigo inox,
Vidro, centeio, papel e goma
Palhinhas amigas da natureza.

Eu cá compro a granel,
no frasco ponho o feijão,
e a massa, o arroz, lentilhas,
Mas lojas a granel onde há?
No Porto são 36!

O sabonete tem que ser seco
E o champô também pode ser,
Champô seco?

Primeiro estranha-se, depois entranha-se!
O cotonete é de bambu
E de papel também pode ser,
já sabemos!

Primeiro estranha-se, depois entranha-se!
Fazer menos lixo é tão fácil,
Chama-lhe Lixo Zero!

Garrafa e copo eu tenho um!
Recuso, reduzo, reuso e
Reciclo!



Desperdício Zero! Com Ana Milhazes!



No dia 19 de Maio a Novaterra recebeu a Ana Milhazes que nos ofereceu a sua palestra dedicada ao Desperdício Zero! Ecosoluções à mão de toda a gente, pequenos detalhes que fazem toda a diferença, mas que implicam a mudança de hábitos no nosso dia-a-dia. Logo após a palestra foi gravado o vídeo da Canção do Lixo Zero em que os Mensageiros da Natureza e alunos da turma de Expressão Dramática da Escola da Gandra se puderam juntar à Ana Milhazes para nos darem a conhecer algumas ecosoluções, desta vez cantadas!

HAPPY DAYS VERÃO

Projecto Rios e Dois Concertos para Amar a Terra!



O dia começou com um workshop com o professor Hugo Miguel Fraga, dedicado às impressões musicais e às emoções que os sons transportam, deixando a imaginação voar. Ao início da tarde recebemos a monitora Mónica Maia Mendes do Projecto Rios. Exploramos o Rio Tinto, junto à Estação da Levada. As crianças calçaram as galochas e entraram no rio para conhecerem os animais, as plantas e alguns parâmetros de medição que indicam a qualidade da água do rio.

Cientistas da Terra

Concerto no Auditório Municipal de Gondomar



À tarde os Mensageiros da Natureza juntaram-se à turma de Expressão Dramática da Escola da Gandra para o concerto "Cientistas da Terra". Um modo muito belo de descobrir a ciência, ao mesmo tempo que se aprende a valorizar o mundo dos sentimentos na exploração científica. "Os cientistas da Terra para além de estudarem a Terra também sabem amar a Terra. No dia seguinte a Novaterra realizou mais um concerto com o Teatro de Marionetas de Mandrágora, com a peça "O Refúgio", desta vez em Aveiro.





O REFÚGIO

Uma parceria com Teatro de Marionetas de Mandrágora - 13 concertos!

Durante os meses de Maio e Junho a Novaterra realizou 13 concertos a convite do Teatro de Marionetas de Mandrágora no Município da Mealhada, na Mata do Choupal em Coimbra e na Reserva Natural de S. Jacinto em Aveito. Em palco juntaram-se a marionetista Clara Ribeiro, Ana Maria Pinto na voz e no piano e o percussionista de ritmos africanos Diogo Guimarães! Antes de cada concerto foi realizada uma pequena introdução para dar a conhecer a urgência de protegermos a natureza.



CONCERTO DE FINAL DE ANO

Palavras ao Sol



18 de Julho

Centro Cultural
de Rio Tinto

Pequenas
pianistas e
actrizes da
Novaterra.
Mensageiros da
Natureza

Entrada livre

O caracol, a
Camponesa, o Sr.
Adão, o Sr.
Andrade, A Sofia
Papão, a Néné
Leão, a Maria
Falcão e a Lili
Pião a rimar ao sol!

Onde está o Sr. Adão?
O Sr. Adão, o nosso pai
anão, não está! Ele foi
à Loja do Sr. João
pimpão comprar
algodão, salpicão e
camarão.

Ão Ão faz o cão, o
nosso Fernão comilão!
O nosso Fernão
lambão, o nosso Fernão
glutão, sempre com
fome. O Fernão, o
nosso cão, comeu um
tachão de macarrão,
ficou gordalhão,
gordalhão, gordalhão
como um melão, e
agora não corre não,
rebola e anda de
trambolhão em
trambolhão, rataplão,
rataplão, rataplão!



Neste concerto
será estreada a
peça Verão
inspirada no poema
de Eugénio de
Andrade

15 A 26 DE JULHO

COLÓNIAS DE FÉRIAS DO MÉTODO AZUL

Biblioteca Municipal de Gondomar



A Música das Cores

Música, Teatro, Poesia, Pintura, Meditação.

Este é o quarto ano consecutivo que o Método Azul realiza Colónias de Férias na Biblioteca Municipal de Gondomar. "À descoberta da música com a Natureza", "Mensageiros da Água", "A música das palavras", deixaram momentos inesquecíveis na memória dos participantes! Este ano, com o programa "A Música das Cores", as crianças terão oportunidade de realizar um workshop de pintura inspirado em poemas de António Oliveira sobre o mundo das cores. Serão realizados 2 concertos para estreiar a peça "A música das cores" com música original de Ana Maria Pinto.

Concertos Finais

25 de Julho | 14:30

Centro Paroquial de Rio Tinto

26 de Julho | 19:00

Auditório Municipal de Gondomar

11 DE JULHO | 21:30

PALESTRA COM MARTA BAETA

Centro Cultural de Rio Tinto



FROM KIBERA WITH LOVE!

Um projecto inspirador!

Um Projecto de voluntariado iniciado em 2012 pela Marta Baeta que procura melhorar a vida das crianças de Kibera.

From Kibera With Love remete-nos para o facto recebermos muito mais com uma pequena doação do que estas crianças recebem de nós.

No Quénia ter-se acesso à educação é um luxo e a maioria das crianças da Kibera não têm essa sorte, simplesmente porque muitas delas não têm uma família que possa assegurar o seu futuro.

Em Janeiro de 2013, a Marta Baeta, graças aos amigos, conhecidos e estranhos que se tornaram amigos, conseguiu garantir que 16 crianças tivessem direito a estudar e a uma refeição por dia. Nesta palestra Marta vai falar-nos sobre a sua experiência

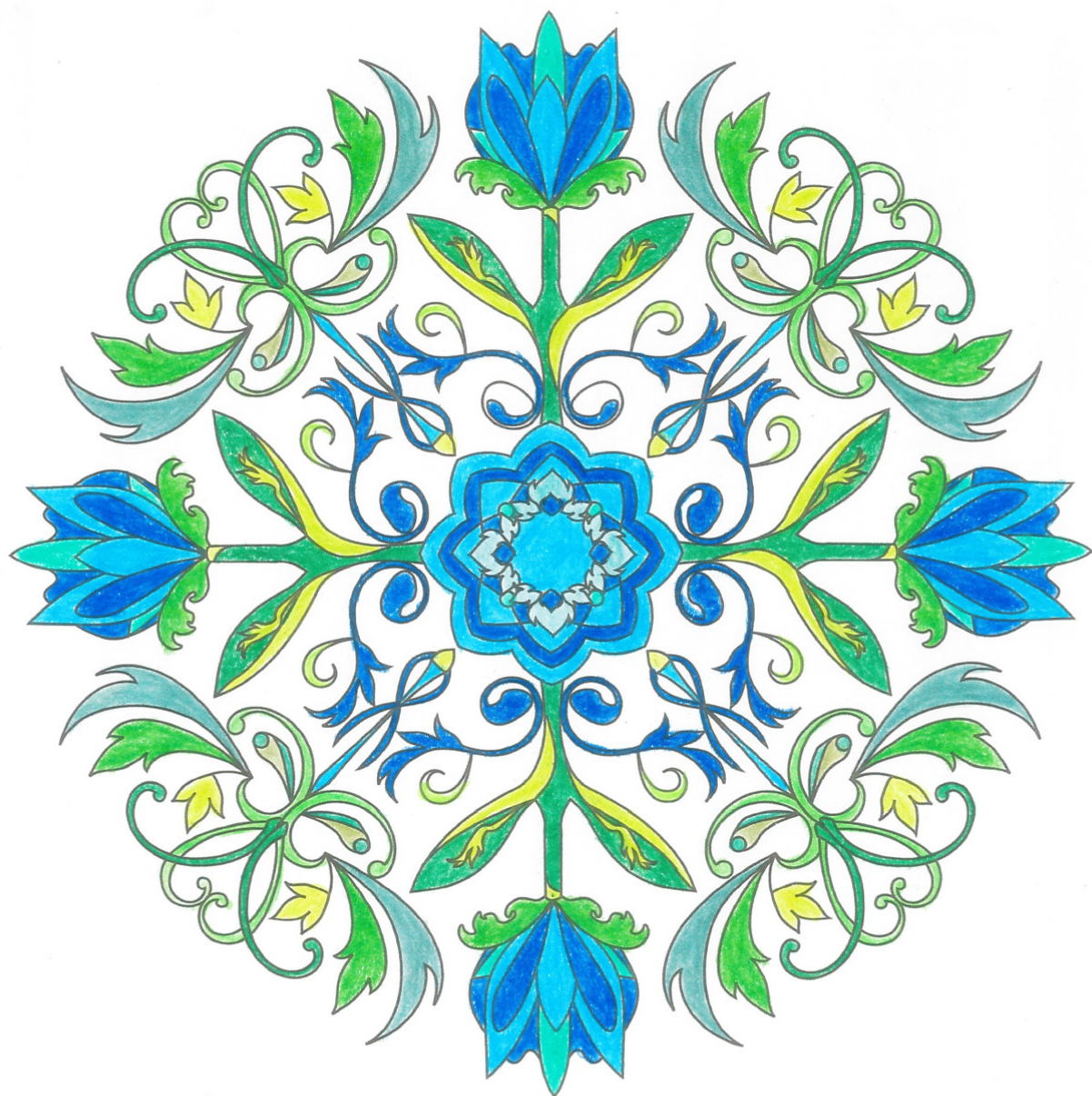
**Produtos de artesanato
que garantem o futuro
das crianças!**



Lançamento de Livro | Concerto

SEI O TAMANHO DA ETERNIDADE

ANA MARIA PINTO



21 DE JULHO DE 2019 | 18:00

AUDITÓIO MUNICIPAL DE GONDOMAR

Quinta do Vilar no Vale do Douro

Inscrições limitadas 16 pessoas



WORKSHOP - ENTOAÇÃO DE MANTRAS + MEDITAÇÃO DO CORAÇÃO DA TERRA

COM ANA MARIA PINTO



31 DE AGOSTO
15:00 - 19:00

A Quinta do Vilar fica situada na margem esquerda do rio Douro, na freguesia de Fontelo, concelho de Armamar, distrito de Viseu, região do Alto Douro Vinhateiro, classificada de Património da Humanidade.

A Raiz do Som e o Corpo como Templo Sonoro

- O poder da palavra - dita e entoada.
- Técnica vocal para a entoação de mantras - criação do templo sonoro.
- As vogais - entendimento intuitivo da sua fonte e suas sensações.
- As consoantes - pontos de emissão no corpo.
- Exploração da sonoridade tímbrica - exercícios.
- A sonoridade intuitiva.
- Tambor Xamânico - a sua função na meditação.
- O corpo que medita - exercícios para despertar e relaxar o corpo.
- Meditação do Coração da Terra - Vocalizações com Tambor Xamânico. 45 Minutos

NÚMERO TRÊS

ECOSOLUÇÕES

"SÊ A MUDANÇA QUE QUERES VER NO MUNDO"



Champô Sólido

POR ANA FERREIRA (MAKAWEE)

Numa altura em se nota uma preocupação ambiental crescente por parte dos seres humanos devido às alterações climáticas, à poluição do ar, dos mares e dos rios, ao desperdício de alimentos e recursos, parece oportuno apresentar uma nova solução para um dos cosméticos mais utilizados por nós – o shampoo. O shampoo sólido é uma solução ecológica e alternativa aos shampoos mais convencionais, mais comerciais. Tendo sido inventados há mais de 20 anos, mas ganhando agora mais visibilidade são compostos por ingredientes naturais (manteiga de cacau e mel, hortelã-pimenta, alecrim, etc.), sem conservantes sintéticos e auto-conservados, apresentam-se como uma ótima alternativa aos shampoos líquidos. Existem, imensas variedades e fragâncias que se adaptam ao tipo de cabelo de cada indivíduo e aos gostos de cada um.

O uso deste produto é fácil, pode ser esfregado nas mãos molhadas e aplicado no cabelo ou então ser aplicado diretamente no cabelo.

Depois de usado, pode ser guardado no espaço da saboneteira ou pode secar ao ar.

É um produto que é transportado com facilidade, se, depois de seco, for colocado numa lata ou em caixas de cortiça onde caiba. Deste modo, promovemos a libertação do plástico que tanto prejuízo causa ao ambiente e permite uma melhor facilidade se formos viajar, dado que não é necessário levar uma quantidade específica dentro de frascos de viagem.



Quando pensamos em valores de produtos bio ou vegan achamos sempre que por serem novidade ou por serem feitos de modo mais artesanal, ou ainda por não serem feitos em unidades industriais, que o valor de uma unidade será excêntrico. Contudo, embora o valor por unidade de cada shampoo sólido ainda não seja o ideal (3.50€ (70g) - 7.00€ (150g))[1] podendo demorar a acompanhar os preços dos shampoos mais comerciais, este produto dura cerca de 80 lavagens, (ultrapassando em três vezes um champô numa embalagem de 200ml. «Isto significa que por cada barra despedida de embalagem, estás a evitar que até três garrafas de plástico vão parar aos aterros sanitários - e isto tem um impacto verdadeiramente positivo e enorme no meio ambiente.» [2], como refere o site Revolução Nua.

Por tudo isto, é necessária a divulgação e utilização destes produtos pois, é incrível o impacto positivo que pode ter nas nossas vidas e no nosso ambiente.



YOGURTNEST

Iogurteira multifunções!

Por Cláudia Araújo
(Makawee)

Os iogurtes têm um peso relevante nos hábitos alimentares dos portugueses. Se uma família de 4 pessoas, consumir, em média 3 iogurtes por dia, corresponde a 90 iogurtes num mês e 1095 iogurtes num ano. Cada iogurte teve um gasto energético na sua produção e tem uma embalagem de plástico. Cerca de 5,3 milhões de portugueses consomem iogurtes. A questão a realçar é que a maioria dos iogurtes apresenta-se numa embalagem de plástico, que após o seu conteúdo ser consumido são deitadas fora e representam um volume substancial de resíduos.



O YogurtNest permite, não só, poupar o Planeta, como também a bolsa de cada família. Calculámos que uma família de 4 pessoas que consuma, diariamente, 4 iogurtes (125ml), dos mais económicos, possa, ao fim de um ano, economizar €160,00.



Infelizmente grande parte destas embalagens não é reciclada e acabam por terminar num aterro ou, ainda mais grave, à deriva nos mares e oceanos. Constitui uma das maiores problemáticas que temos vindo a ignorar e que urge tomar consciência alterando hábitos de consumo diários. Os iogurtes são produzidos em frascos de vidro reutilizáveis após o seu consumo, evitando o aumento descomunal de embalagens de plástico todos os anos.



Esta iogurteira dá liberdade para criar um iogurte à medida de cada um ou das necessidades da família. É possível gerir a quantidade, a forma dos frascos, os sabores, ingredientes e o tipo de leite (vaca, cabra, ovelha, gordo, magro, com ou sem lactose, vegetal).

“Fazeres o teu próprio iogurte é um ato de liberdade!”...é um ato sustentável!

É a iogurteira multifunções mais ecológica do Mundo, pois é confeccionado com materiais naturais e renováveis como a cortiça e tecidos naturais (algodão, linho ou lã). A YogurtNest foi considerada a primeira empresa Portuguesa a aderir ao programa internacional 1% for The Planet, doando 1% das vendas anuais para projetos de conservação da Natureza em Portugal.

Como funciona?

A cortiça que tem no fundo, à volta, e na boina que o tapa, funciona como excelente isolante térmico que permite manter a temperatura quente ou fria dos alimentos que são colocados dentro, possibilitando usá-lo como iogurteira, estufa slow cooker, ninho para levedar a massa ou mala térmica.

Como iogurteira natural não elétrica, permite:

Produzir iogurte desde um pequeno frasco, até um total de 3,5l; reutilizar quaisquer frascos de vidro com tampa; escolher o leite, os ingredientes e a sua origem; fazer iogurte vegetal (soja, aveia, arroz, amêndoa, coco); fazer iogurte grego, queijo, molhos e pastas, cheesecake e outras sobremesas, à base de iogurte; fazer iogurte em casa, a acampar, em viagem; é mais rápido, versátil e económico do que uma iogurteira elétrica, o iogurte fica pronto em 6 horas, entre outras vantagens!



NR. TRÊS

POEMÁRIO DA MÃE TERRA

Ela disse: “Eu sou o Poder, eu sou a Shakti, estou a criar uma Nova Terra.

Eu não trago a mudança como noutros tempos, através do teu activismo, política ou religião. Eu sou mais subtil e íntima agora, como a névoa que humedecia o firmamento antes da criação.

Eu não bato e entro, eu penetro através das fendas do Ser. Tens que estar muito quieto para me receber. Como uma tintura de almíscar e papoilas, eu infundo. Eu uso o yoni e a ferida, o sulco. Eu encho o buraco negro com estrelas cintilantes de puras possibilidades; não muito longe, no centro de uma galáxia, mas no núcleo do teu próton, o coração do átomo no teu corpo.

Eu não preciso das tuas obras, das tuas palavras ou das tuas ideias. Eu preciso do teu ser. Pois a porta de entrada para a Nova Terra, e o portal onde me recebes, é a quietude entre os teus actos, o silêncio entre as palavras, o espaço entre os pensamentos. Para me receberes, faz dinamicamente menos que nada. Muda a tua atenção sempre e gentilmente para dentro, fixa-te no pensamento em Ser. Essa distância é menor que a largura de um cabelo, mas é o caminho sem caminho do que já não existe para a nova criação.

Eu sou o poder, eu sou a Shakti, estou a criar algo completamente diferente agora. Não esperes a mudança. Tu és a mudança.

Fred Lamotte