



**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



## OFICINA DE ECONOMIA SOLIDARIA CACHOEIRO DE ITAPENIRIM

O8h Acolhida: café

Apresentação:

Ana e Ronaldo da Caritas apresentaram-se e apresenta a instituição e o instrutor Itamarcos e o grupo de apoio Tidi e Angela e ambos se apresentaram.

Os participantes apresentam dizendo nome local e segmento.

A oficina contou com a participação de 30 pessoas representes dos 03 segmentos e dois Municipios Cacheiro de Itapemirim e Castelo.

Tide apresentou a programação:

25/04 Parte da manhã: Noções gerais sobre associativismo e cooperativismo

Tarde: Histórico da Economia Solidaria no Mundo, no Brasil, no Espírito Santo e na região. Noções gerais sobre Financias Solidaria e avaliação do dia.

O bloco do primeiro dia foi em formato de palestra.

26/04 Parte da Manhã: Como Pratico Economia Solidaria (intercambio entre os empreendimentos)

Avaliação do dia.

Tarde: Apresentação dos Trabalhos de grupos, (O que faremos daqui para Frente)

Avaliação final e encerramento

Itamarcos iniciou as atividades com a dinâmica do ritmos.

Itamarcos convidou todos os participantes para uma dinâmica num espaço aberto e desenvolveu a **Dinâmica dos Ritmos**.

**Primeiro passo:** Itamarcos Iniciou com uma roda e pediu para os participantes se unirem num abraço pela cintura e disse assim nos tornamos mais forte.

**Segundo Passo:** Itamarcos diz para todos juntarem os pés e depois abrir o pé para a esquerda ate unir no pé direito do companheiro para esta posição e o comando de voz é numero (01).

**Terceiro Passo:** Itamarcos diz Juntarem os pés, do direito para o esquerda para esta posição e o comando de voz é numero (2) assim quando Itamarcos disser numero (1) todos repete o primeiro passo depois o segundo passo dizendo o numero (2) assim todos vamos rodando sentido relógio e encontrando um ritmo harmonioso entre todos.

**Quarto passo:** Itamarcos tira o comando de voz e todos continuam rodando apenas com o som dos pés por alguns minutos e encera para reflexão.

Reflexão do grupo:

Importância de ter um líder no grupo;

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



Estar abraçados pela cintura me proporcionou calor humano segurança e me ajudou entrar no ritmo do grupo;  
Sentir uma energia positiva a partir do ritmo da roda;  
Gostei muito da atividade;  
Acolhimento, atenção, concentração.

De volta na sala de oficina Itamocos expõem um islaid (Rede de desenvolvimento Sustentável) assim palestrando o tema.

## COPIAR CONTEUDO

Almoço de 12h as 13:30h

De volta do almoço Itamarcos convida o grupo para o espaço aberto e propõe uma dinâmica e a desenvolve.

**Dinâmica: Casa Parede e morador. (estilo a brincadeira coelho sai da toca)**

**Primeiro passo:** Itamarcos formou uma roda e explicou a dinâmica da seguinte forma disse para os participante se unirem em grupo de três pessoa.

**Segundo passo:** Itamarcos diz que duas pessoas seriam parede e a outra seria morador, assim formaram uma casa com um morador dentro.

**Terceiro passo:** Itamarcos explica quando eu disser CASA todas as pessoas que formam as paredes da casa devem trocar de lugar formando outras casa em torno do morador que deve neste momento permanecer no mesmo lugar.

**Quarto passo:** Itamarco explica quando eu disser MORADOR todas às pessoas que são moradoras que estão dentro das casas trocam de casa sendo que toda vez que se trocar de lugar vai ficar um morador sem casa.

**Quinto passo:** Itamarco explica quando eu disser TERRENOTO todas as pessoas que formam as casas e os moradores trocam de lugar ficando sempre um pessoas sem casa.

**Sexto passo:** Itamarcos convida todos para forma a roda e faz pergunta ou grupo como foi participar da dinâmica. (momento de reflexão)

Reflexão como foi a experiência:

Temos que fica vigilante;

Desespero na hora do terremoto;

E preciso muitas vezes desconstruir para reconstruir um mundo de inclusão;

Perda, abandono; insegurança;

Solidariedade e preciso quebrar regras e limite impostos.

Lição de vida.

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



De volata a sala de oficina Itamarcos passou dois vídeos (Economia Popular solidaria) e (Comercio Justo Solidário) e em seguida continuo com o cronograma em formar de palestra.

## COPIA CONTEUDO

Avaliação do dia 25/04:

### Que Bom?

Palestrar muito boa;  
Conhecimento;  
Informações importantes que não conhecia;  
Muito bom as dinâmicas;  
Abertura do horizonte para romper com os desafios;  
Linguagem Popular;  
Experiência de troca de saberes e produtos solidários;  
Aproveitamento intenso;  
Não foi cansativo;  
Alimentação e Local;  
Ótima a equipe de assessoria;  
Provocou incentivo.

### Que tal?

Envolver mas pessoas na discursão;  
Cada um fazer sua parte;  
Marcar a próxima reunião;  
Aplicar o que aprendemos.

### Que pena?

Dia foi curto;  
Estamos em tão poucos municípios;  
O governo não teve o envolvimento que esperávamos;  
Os contatos com os empreendimento foi muito pouco.

## 08H Do dia 26/04 Acolhida e café.

Itamarcos iniciou as atividades da manhã com a dinâmica do balancinho.

**Primeiro passo:** Itamarcos Iniciou com uma roda e pediu para os participantes se unirem pelas mãos e segurarem firme os companheiros da direita e da esquerda.

**Segundo passo:** Itamarcos da às orientações dizendo que cada um terá um numero, estes números será 01 e 02 assim quando Itamarcos disser numero

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



01 os participantes que forem 01 de vem inclinar o corpo para frente, os que forem 02 vão inclinar o corpo para traz.

**Terceira passo:** Itamacos diz que devem fica nesta posição para que aja um contra peso dos corpos para quando for repetindo os números as pessoas vão mudando de posição o 01 passa a se inclinar para traz e o 02 para frente proporcionando então um balanço com equilíbrio.

Reflexão:

Insegurança e medo diante do novo.

Limitação física;

Desistências de alguns e persistências de outros;

Dificuldade de confiar no outro.

Após a dinâmica retorna para sala e Tide da os informes e Itamarcos orienta os trabalhos de grupo, dividindo os participantes em quatros grupos, e distribui o tema que vai nortear os trabalhos: Como Pratico Economia Solidaria (intercambio entre os empreendimentos).

**Grupo 01, participantes Marilda, Maria Aparecida, Antônio, Denílson Arlete e Jonizete**

**Como eu pratico a economia solidária?**

Eu Arlete pratico a economia solidária desde criança porque, quando era criança se nós ganhássemos uma laranja partíamos com os irmãos e assim nós crescemos em união dentro da família, até mesmo na educação.

Hoje pratico economia solidária nas comunidades da minha cidade com os bolos que confecciono em todas as festas, e também com meus vizinhos, tenho pessoas que já aprenderam a confeitar bolos tortas e docinhos assim como bom-bons.

Em outra parte pratico a solidariedade dependendo da necessidade dos meus vizinhos fazendo curativo, banho em recém-nascido idosos. Durmo em hospital fazendo companhia, tudo sem fins lucrativo.

Gosto de compartilhar tudo com as pessoas e também gosto de estar com todos fico até triste por ver que muitas pessoas que estão ao meu redor não partilham nem mesmo um bom-dia. Que pena!

Hoje pratico a economia solidaria sempre em prol do irmão e da comunidade espero entrar para a associação e trocar experiências adquirida ao longo da vida, e também ganhar algum dim-dim para que outros também tenham até mesmo para sua sobrevivência.

Gosto muito de reciclagem e ao mesmo tempo conservar o planeta. ontem por exemplo, ao caminhar até o ponto da praça, parei por 4 vezes para pegar

Articulador Local

Parceria

Realização



Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



objetos que encontrei no chão, vai servir para o meu artesanato e ao mesmo tempo conserva o planeta da poluição, acho que as pessoas pensam que sou maluca mas não estou nem aí.

### **Como eu pratico a economia solidária?**

Eu começo dentro de casa reciclo para doação de uma ONG para ajudar no sustento chefes de família ganhar seu salário levei para mais 04 famílias fazer o mesmo processo, juntamos e liga para buscar quando nosso espaço já estiver cheio.

É tão automático que mesmo fora de casa às vezes reciclo.

- Gosto muito de estar pedindo roupas ou para estar doando para outro necessitado. Famílias carentes me realizo levando para minha comunidade cursos ex. corte costura, pinturas em tecido etc...

- O pouco que sei gosto de compartilhar.

Enfim tenho todo meu aprendizado, como uma terapia do Saber.

- Eu gostaria muito de estar sempre em contato com pessoas que queiram e possam passar para nossos irmãos um pouco do dom que Deus lhe deu.

Eu uma vida toda precisei trabalhar para criar minha filha, nunca tinha tempo para participar de eventos ou cursos, pois a necessidade de cuidar do lar ser chefe da casa, Pai e Mãe gritava mais alto.

Hoje graças a Deus tenho oportunidades de fazer cursos, assistir maravilhosas palestras, por ex. hoje estar aqui é tudo de bom me realizo.

Agradeço a Deus pela oportunidade e sinto uma força maior dentro de mim, levei ao próximo o conhecer, a oportunidade de estar desenvolvendo o conhecimento e tendo oportunidade de um futuro melhor.

Antes quando trabalhava fora eu não sabia fazer nada mais que trabalhar fora cuidar de casa.

Hoje tenho um conhecimento razoável de artesanato e sou feliz por isso.

A vocês obrigado!

Realizo

- Sabão com óleo usado

- Enfeites de quarto de feltro

- Boneca

- Mascote da copa

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



Entre outros...

### **Como eu pratico a economia solidária?**

Eu pratico a economia solidaria no meu trabalho com meus colega

### **Como eu pratico a economia solidária?**

- Reciclagem de caixa de leite, garrafa pet, vidro etc...
- Artesanato
- Óleo de cozinha usado para fazer sabão
- Quando criança eu e meus irmãos fazíamos tapete de retalhos e também fazíamos cortina de sacola de leite.

### **Como eu pratico a economia solidária?**

Na minha comunidade pratico a economia solidaria com as companheiras, quando iniciamos uma associação de costureira onde começamos a confeccionar tapetes, como começar: juntamos todas as pernas de calça jeans e retalhos, cada uma levava o que tinha ai começamos a fazer os tapetes e vende, na comunidade mesmo. O 1º lucro que tivemos compramos mas 1 máquina e material. Hoje as vendas aumentaram temos bastante encomendas e ninguém precisa tira dinheiro do bolso, com a porcentagem que deixa no fundo de caixa se compra todo o material necessário.

Nisso tudo cheguei a conclusão que mesmo com as dificuldades vencemos juntas, apesar dos obstáculos que passamos aprendemos trabalhar com o coletivo e com as diversidades de idéias.

Também mobilizo curso para minha comunidade. E as coisas que sei fazer procuro ensinar, para que o outro também tenha a oportunidade aumentar sua renda familiar.

Hoje felizes com aguardando um projeto que vai chegar em nossa comunidades. (máquinas e todo material necessário para trabalhar.

Faço economia na minha casa, economizando água não desperdiçando nada.

### **Grupo 02, participantes Maria Rita, Nilda, Josilda e Rose**

### **Como eu pratico economia solidária?**

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



Solidariedade – precisa ter: ousadia, equilíbrio, sem medo

Ter consciência – que aquilo que está sendo feito ajuda e faz crescer a comunidade: (Global)

Ter o cuidado que o que está sendo feito vai gerar distribuição de tarefas, rendimentos.

Ex: O CAS da curso é exclusivamente solidaria

Atende a quem precisa

Os que não precisam geram renda para custear e favorecer todos que precisam.

Olhar critico, empreendedor, descobrir talentos. Coloca-los nos seus devidos lugar

### **Como eu pratico a economia solidária?**

A economia solidária já faz parte da minha Vida desde minha tenra infância, eu só não tinha conhecimento do nome. ES.

Hoje eu pratico em casa, na comunidade na sociedade.

Trocamos não só coisas materiais mas também trocamos o saber

Como: formação.

Neste curso eu aprendi mais uma vez que a união faz a força – mas o açúcar provoca Diabetes.

Josilda

### **Como eu pratico a economia solidária?**

Eu já pratico a economia solidaria desde muito tempo, sem saber o que era, como na minha infância com muitos irmãos e muitas dificuldades, então aprendemos a dividir tudo em casa, e fomos crescendo ouvindo e fazendo, divisão e ajudando e ensinando o próximo. Hoje na minha comunidade pensei que não fazia economia solidaria, mais com o aprendizado de hoje, eu vi que eu ajuda também a minha comunidade, compro no supermercado, padaria, farmácia, tudo dentro do meu bairro. Se precisam de roupas para pessoas carentes do bairro ou quem precisar eu ajudo. Sou instrutoras de bordados, bijuterias entre outros, e ensino a grupos de comunidades e nos presídios femininos e masculinos, para que no futuro eles possam gerar renda e

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



aprendam a ter vida com dignidades e trabalhos. Não deixo de passar todas as dicas para facilitar o aprendizado.

Eu pratico desde criança e na comida, para ajuda outras pessoas,

E eu não sabia que isso era solidariedade. Meu pai não tinha dinheiro mais dava para nós

E não tinha conhecimento porque morava na roça.

Mais tinha algumas coisa de para as pessoas tinha banana, verdura, legumes para as pessoas. Agora que estou morando em Cachoeiro que estou vendo essas coisas.

Um tempo atrás que passei procurei algumas coisa para, porque não tinha dinheiro mais não achei a economia solidariedade.

### **Grupo 03 participantes Luz Antônio, Ana, Ednalva e Jaci.**

#### **Como eu pratico a economia solidária?**

Em 1995 havia em São Paulinho, antiga(independência 2°)hoje pertence a presidente Kenedi, uma família que por força do destino foi destruída, deixando 5 crianças dentro de um curral de boi em estado de calamidade, fome e miséria quando eu soube desta situação, pedi no meu Bairro a quem pudesse me ajudar com 5 crianças graças a Deus todos me ajudaram, recolhemos comida roupas, mais ate então quem deu as informação sobre as crianças não disse que as crianças estariam também precisando de cuidados medico quando ali chegamos ficamos aterrorizado em ver o estado daquelas crianças, todos nos se mobilizamos afim de cuidar de todos, levamos ao medico compramos remédio cuidamos durante 1 mês depois a avó paterna os pegou para cuidar, foi a maior experiência que tive, a comunidade toda se mobilizou, com doação de roupas calçados, remédio cestas básica.

### **Grupo 04 participante Monica Regina Rosa de Castro Araújo**

#### **Como eu pratico a economia solidária?**

Desde a juventude no grupo jovem dávamos jeito de angariar fundos para compra de instrumentos e necessidades burocráticas do grupo.

Comecei me interessar para dar orientações às minhas alunas, pois conheço a necessidade e talento de cada uma, hoje eu já me vejo dentro da economia,

Articulador Local

Parceria

Realização



Secretaria Nacional de  
**Economia Solidária**

Ministério do  
**Trabalho e Emprego**







**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



pois não consigo fazer artesanatos repetitivos sozinha, já com mais pessoas faço à vontade.

### **Como eu pratico a economia solidária?**

Rafaela Àvila – não possuo muita experiência de economia solidária.

Tenho 21 anos e participo de um projeto social que em seu início precisa se manter por conta própria e para tanto vendia o que era produzido pelos alunos (crianças e adolescentes que estavam fazendo oficinas e aprendendo/ também adultos) para ajudar a custear as despesas do projeto.

Hoje, busco praticar trabalhando em políticas públicas, unindo o que eu gosto com o que irá beneficiar outros. Prefiro buscar ações e políticas públicas que incentivem os grupos de economia solidária.

Tenho com exemplo em casa minha mãe que trabalhava com a comunidade a coleta de materiais recicláveis e também fabricava sabão para uso em minha casa e dos vizinhos próprios.

### **Como eu pratico a economia solidária?**

Suely

Bom dia:

A minha experiência que estou vivendo hoje: participando da economia solidaria; eu posso ver que eu já fazia a economia solidaria sem saber, que estava fazendo. Eu frequentava uma igreja na qual eu gostava muito de ajudar as pessoas; eu saia de porta em porta pedindo roupas, bolsas, calçadas etc... para fazer um bazar comunitário para arrecadar fundos, para ficar para os departamentos das crianças e dos jovens, programava festas para as crianças, e gostava muito porque não tem coisa melhor no mundo do que você ver o sorriso no rosto de uma criança, então fazia a economia solidaria sem saber.

### **Como eu pratico a economia solidária?**

Ajudo a minha comunidade na igreja

Preciso de aprender fazer algo de artesanato para eu me realizar.

Fiz curso aqui na paróquia onde me encontrei e quero aprender para ajudar na comunidade.

E que nunca falte o pão de cada dia para o irmão

Deus é 1.000 pra mim e para você

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



Luiz Antônio se emocionar ao lembrar-se das atitudes de solidariedade do seu avô, quando ele partilhava alimentos com os vizinhos. Ana relata uma experiência dos detentos do presídio eles estão se preparando para fabricar sabão e a casa da Ana é um ponto de apoio de recolhimento do óleo da comunidade e encaminhar ao presídio. Marta, Jaci e Ednalva acompanharam a apresentação.

Antônio relata uma experiência de material reciclável ele abriu mão de diminuir sua renda para que outros catadores pudessem participar do grupo.

Itamarcos provoca uma discussão, como organizar as riquezas de experiências solidaria, e coloca-la em praticas de forma simples e viáveis com ações que possa ser assumido por todos que estão presente a partir de seus talentos.

O que podemos fazer?

A conferencia territorial de economia solidaria elegeu delegados com a responsabilidade de organizar a discussão de economia solidaria no território, mas não foi marcada nem uma reunião. E a parti da Oficina Local do CFES em Cachoeiro que aconteceu 15 dias depois relembramos o compromisso assumido pelos delegados na conferencia. Itamarcos motivou e reforçou a importância dos participantes marcarem a reunião para se articular com os demais municípios e os empreendimentos de economia solidaria, já que na oficina só tinha 02 município e na conferencia compareceram 06 município.

Cronograma da reunião:

Descrição da ação	Objetivo	Data/Horário	Município	Responsável
Reunião com os trabalhadores da Economia Solidaria da Região Sul para mobilizar e articular o território.	Mapear Empreendimento, Produtos e Política Publica voltada para Economia Solidaria da Região Sul.	29/05 As 08h30min	Cachoeiro, Castelo, Vagem alta, Gerônimo Monteiro, Atilho Vivaqua, Minoso do sul, Rio Novo do Sul, Muqui.	Bernadete, Ronaldo e Ana da Carita

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego





**Rede CFES**  
Formação e Assessoria Técnica  
Sudeste/Espírito Santo



--	--	--	--	--

Avaliação:

**Pontos positivos:**

Participação,

Estou saindo daqui com informações novas;

E não sabia o que era e fiquei sabendo;

Estou começando e isto me ajudou a entender melhor o que eu já praticava;

Parabenizar a todos da equipe de organização;

Mostrou que temos muitas coisas boas;

Oportunidades de nos conhecermos e trocamos experiências;

Sobre a Moeda Social;

A solidariedade na organizar a partir das primeiras inscrições;

Todas as dinâmicas;

Sempre só cuidei dos filhos e aqui aprendi muito sobre um mundo que não conhecia;

O que importa é a disponibilidade em aprender mais;

Eu me encachei na economia solidária;

Oportunidade de nos organizar.

**Pontos negativos.**

Aproveitarmos mais o tempo;

Envolver nas pessoas e grupos;

Na conferência não aprendi nada aqui eu aprendi;

O governo não estar presente;

Dificuldade de organizar e mobilizar a oficina

Relatoria: Angela Bragança

Articulador Local



Parceria



Realização

Secretaria Nacional de  
Economia Solidária

Ministério do  
Trabalho e Emprego

