MARIA GRANEL
à sua medida

NATAL MARIA GRANEL

Estar presente, ser presente.

MARIAGRANEL.COM

O Natal é, para mim, um momento por excelência de regresso e de família por que espero o ano todo. As minhas memórias mais remotas estão povoadas de serões na aldeia, à lareira, com a mesa cheia de primos e tios que, espalhados pelo mundo, não via há meses; abraços de saudade e muitas, muitas histórias que conjugam o verbo «partilhar» e que, ainda hoje, me fazem sorrir. Começo por aqui, porque são estas imagens que me ajudam a perceber o melhor desta época: o (re)encontro, o afeto.

Natal é estar com. É partilhar amor. Este ano, em particular, depois de enfrentarmos uma dura pandemia, será (finalmente) **presença** e abraço. **É o momento de sermos presente(s), mais do que darmos presente(s).**

Num tempo em que o tempo parece escorrer-nos pelos dedos, em que a voragem toma conta do nosso dia a dia, sinto cada vez mais falta de um Natal vivido por dentro. Sinto cada vez mais falta de uma certa lentidão que se contraponha à urgência e à vertigem da publicidade, dos centros comerciais, das black friday, das promoções, das filas, dos parques entupidos...

Descobri o prazer de «perder» tempo a fazer em casa os presentes, a embrulhá-los em pano, a pensar na decoração da mesa e da casa, a expor os símbolos do Natal e a recordar o seu significado mais profundo.

Em contraciclo. Desacelerando. Investindo amor e tempo. Se houver presentes, que sejam presentes com propósito, com sentido e com amor. Aqui fica, por isso, o nosso desafio: **fazer do Natal uma época com menos desperdício e mais consciência.**

Deixamos neste catálogo algumas ideias (disponíveis quer nas lojas físicas, quer na loja online) para um Natal mais sustentável: de sugestões DIY com ingredientes biológicos certificados a kits de acessórios ecológicos para diferentes áreas da casa e do dia a dia - quem sabe se não estaremos a oferecer a alguém com esse gesto o início de uma caminhada que pode ser para a vida toda -, miminhos para os mais pequenos, dicas de decoração e receitas para uma ceia de base vegetal - um Natal a granel, pois claro, e de celebrAÇÃO.

Que seja Natal nos nossos corações e nas nossas vidas.

Feliz Natal, queridos fregueses!

Eunice ♥

Conheça os nossos Kits de Natal:

Kit Golden Milk

Gengibre em pó
Pimenta preta em pó
mistura para golden milk
Canela
Curcuma raiz em pó

Curcuma raiz em pó; canela em pó; gengibre em pó; pimenta preta em pó - **4,50€**

Kit Cacau Quente

Kit Banho Relaxante

mistura para cacau quente

Rapadura açúcar integral; farinha de araruta;
cacau em pó; chocolate negro 60% - **4,50€**

O meu banho relaxante

Sal Himalais grosso; lavanda; perpétua-roxa **- 5,00€**

Kit Chá das Cinco

Erva-Príncipe
doce FIGO BIO
Organic Fig Jam

Compota de figo 130gr; cracker integral c/ azeite;
erva-príncipe - **9,99€**

Kit Infusões Nacionais

Perpétua-roxa
Erva-Príncipe
Camomila

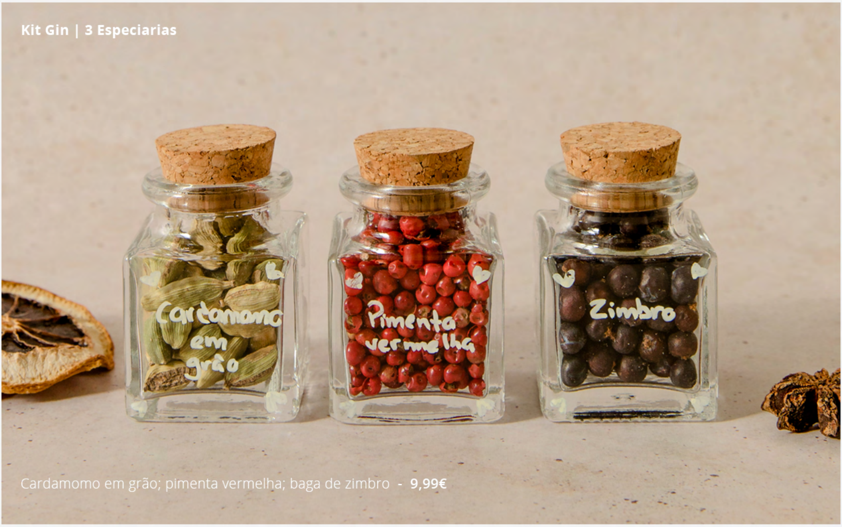
Perpétua-roxa; camomila; erva-príncipe **- 9,99€**

eu quero :)

Vela (marfim) cera vegetal - **1,59€**

"Um Natal mais presente também é um Natal mais consciente do nosso papel na jornada contra o desperdício."

Kit Gin | 3 Especiarias


Cardamomo em grão
Pimenta vermelha
Zimbro

Cardamomo em grão; pimenta vermelha; baga de zimbro - **9,99€**

Kit Mercado

Sacos de algodão bio XL ; rede alças branco **- 10,00€**

Kit Natal

Chocolate especiarias Natal; chá de Natal; orange sanguine; infusor bola para chá **- 14,99€**

Kit Banho

NATURAL DEODORANT
VEGAN BEAUTY AWARD
BEN&ANNA
PERSIAN LIME
MUSA
AMANDE DOUCE

Sabonete midi amêndoa; Musa-champô de cânhamo; B&A lata lima persa; esponja vegetal luffa **- 22,99€**

Kit Cozinha

Escova de loiça; rolo celulose e algodão branco; Bee's Wrap - médio; escovilhão fibra coco médio; esponjas casca noz **- 24,99€**

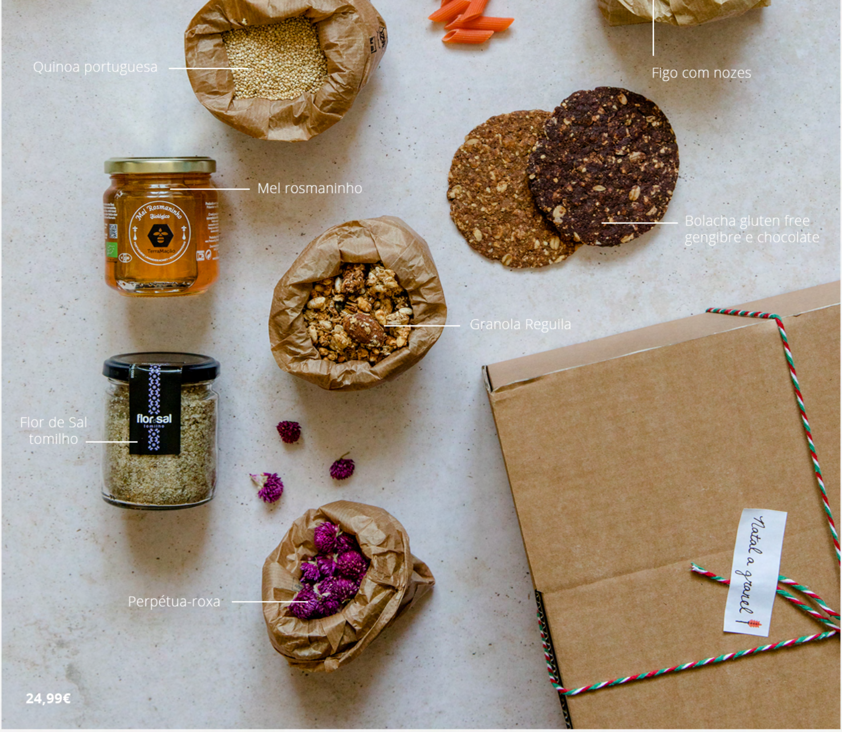
eu quero :)

Uma ceia de Natal deliciosa e de base vegetal é possível! Descubra as receitas completas em:

mariagranel.com/blog

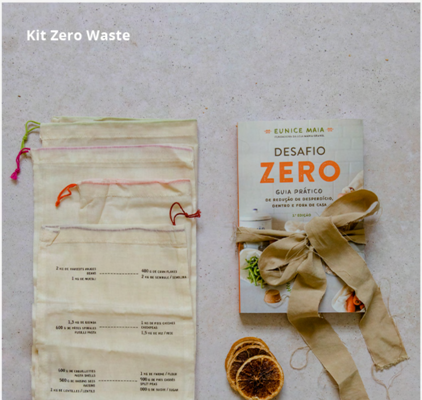
Cabaz nacional Maria Granel

Erva-príncipe
Massa de lentilhas

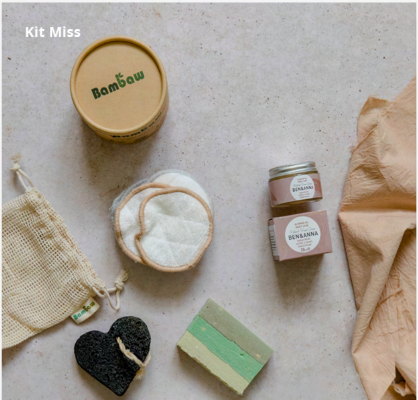

Quinoa portuguesa
Figo com nozes
Mel rosmaninho
Bolacha gluten free gengibre e chocolate
Granola Reguila
Flor de Sal tomilho
Perpétua-roxa
Mel Rosmaninho Biológico
TerraMação
flor sal tomilho
Natal a granel

24,99€

Kit Zero Waste


EUNICE MAIA
DESAFIO
ZERO
GUIA PRÁTICO
DE REDUÇÃO DE DESPERDÍCIO, DENTRO E FORA DE CASA

Kit Miss

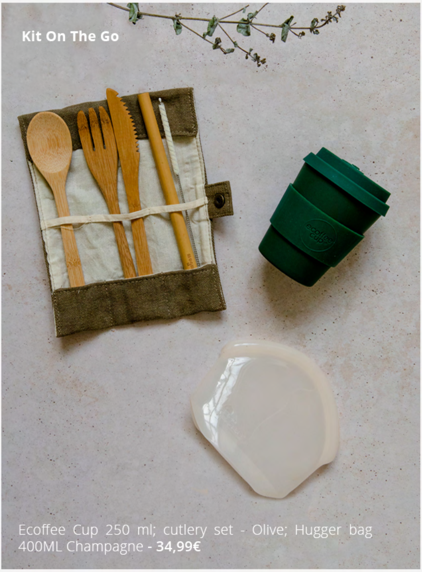

Bambaw
BEN&ANNA
BEN&ANNA

Livro Desafio Zero; saco de algodão Bio S, M, L, XL **- 25,99€**

MUSA
Hortelã e Urtigas

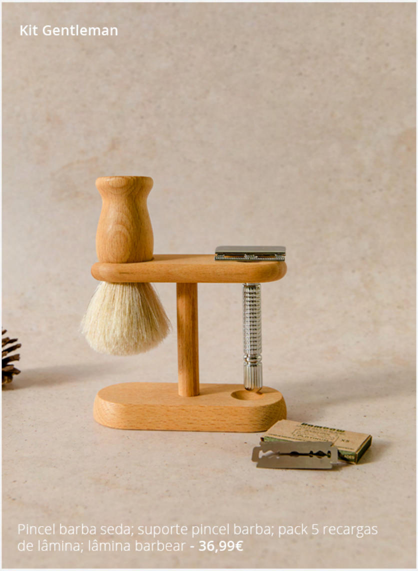
Pedra coração; tubo desmaquilhantes 10 Uni; Musa - sabão facial hortelã; creme diário 30ml Ben&Anna **- 26,99€**

Kit On The Go


ecoffee cup

Ecoffee Cup 250 ml; cutlery set - Olive; Hugger bag 400ML Champagne **- 34,99€**

Kit Gentleman

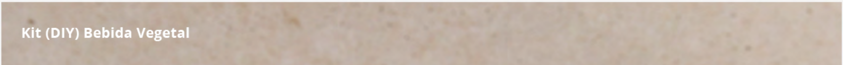


Pincel barba seda; suporte pincel barba; pack 5 recargas de lâmina; lâmina barbear **- 36,99€**

eu quero :)

Guardanapo Branco Chá - **4,99€**

KITS DIY



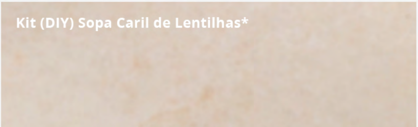
Kit (DIY) Bebida Vegetal

Bebida vegetal

Garrafa 1LT; filtro leite vegetal granel; amêndoa com pele **- 4,99€**

Kit (DIY) Granola

Kit (DIY) Sopa Caril de Lentilhas*



A minha granola

Flocos de aveia grandes; sementes de girassol; amêndoa com pele partida; amoras brancas **- 9,99€**

Sopa de Lentilhas

Lentilhas verdes; caril; salsa; cebola desidratada; lentilhas sem casca; sal artesanal; alho granulado; maça vermelha **- 9,99€**

(Só sob encomenda na loja de Alvalade)

Kit (DIY) Cookies*

Cookie mix Chocolate

Farinha de trigo branca; açúcar de coco; sal artesanal; bicabornato sódio alimentar granel; chocolate negro 60% **- 12,99€**

(Só sob encomenda na loja de Alvalade)

Kit (DIY) Sabão Marselha

COSMOS NATURAL

Sabonete cubo azeite 300Gr; frasco âmbar 500ml; raspador **- 19,99€**

eu quero :)

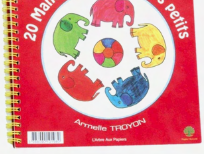
“Descobri o prazer de «perder» tempo a fazer em casa os presentes, a embrulhá-los em pano, a pensar na decoração da mesa e

da casa, a expor os símbolos do Natal e a recordar o seu significado mais profundo."

Eunice ♥

A minha granola
EUNICE MAIA
DESAFIO ZERO
MARIA GRANEL
Sopa de Lentilhas

Sugestões para crianças:


20 Mandalas pour les plus petits
Armelle TROYON
L'Arbre Aux Papiers

Caderno com 20 mandalas para colorir em papel reciclado - **7,00€**

ökoNORM
6
Maltropfen
Colour Cones
Cônes à colorier
Pastelli a Cera
Gotas de Cera
Waskrijtjes
ECO

Caixa com seis cones para colorir - **8,00€**

Amigos da quinta
conjunto de 6 postais
comanimais para
destacar - **3,50€**

calendário para plantar
2021

Calendário Home
Life is a Bag - **20,00€**

ZéBio
Bulles
bio
50ml

Bolas de
sabão - **1,99€**

Embrulhar com amor, consciência e criatividade. Mais sobre a técnica ancestral japonesa de embrulhar em tecido, *furoshiki*, no nosso blog.

mariagranel.com/blog

INFORMAÇÕES ADICIONAIS

Natal a granel
Natal a granel

- Podem encontrar todas estas sugestões (kits e cabazes) na loja online (www.mariagranel.com/produtos) e nas nossas lojas físicas (Alvalade e Campo de Ourique - ver localização exata em www.mariagranel.com/contactos).

- Entregas e expedição em todo o país

- Através da nossa loja online, podem receber a encomenda em casa ou indicar uma morada para oferta diferente da de faturação.

- Na zona da grande Lisboa (código postal 1), a entrega é feita através de um parceiro de mobilidade 100% elétrica, a GoWizi. No restante território nacional (continente e ilhas), trabalhamos com a CTT Expresso.

- Na época natalícia, poderão ocorrer atrasos na expedição, dado o volume de encomendas, pelos quais não nos conseguimos responsabilizar. Por esse motivo, agradecemos que, se possível, para garantir uma entrega atempada, não deixem a encomenda para a última semana.

- Podem também levantar as encomendas diretamente na loja de Campo de Ourique (através da seleção dessa opção no carrinho, na loja online) ou na de Alvalade (deixar essa nota na finalização da encomenda, no carrinho).

- Podem utilizar o endereço de mail loja@mariagranel.com para encomendas em maiores quantidades (empresas, por exemplo).

- Precisamos, em média, de 48h (dias úteis) para processar as encomendas que nos chegam.

Acondicionamento:

- Os kits seguem em caixa de cartão reciclado de fonte sustentável certificada.
- No caso dos produtos alimentares, são acondicionados ou em sacos de papel reciclados ou sacos 100% compostáveis de origem vegetal (marca vegware).

- Para conhecer ao detalhe as características da nossa expedição "low waste", consulte o nosso site.

Receitas e informações sobre os produtos (ingredientes, informação nutricional, receitas) encontram-se" na página de produto, na loja online, para posterior consulta.

Qualquer dúvida ou esclarecimento adicional, por favor, contactem-nos através do endereço **loja@mariagranel.com**

"Um presente com sentido, o início de uma caminhada que poder ser para a vida toda."

CONTACTO DAS LOJAS:

Loja Avalade (Rua José Duro, 22B | 1700-261 Bairro De Alvalade)
Horário: 10h - 19h30 (segunda a sexta) e 10h - 19h (sábados) - 211 351 896

Loja Campo de Ouride (Rua Coelho da Rocha, 37 |1250-087 Lisboa)
Horário: 10h - 19h30 (segunda a sexta) e 10h - 19h (sábados) - 214 056 077

mariagranel.lx @mariagranel.lx mariagranellx Maria Granel

Ficha técnica

Realização: Maria Granel | @mariagranel.lx
Produção / Concepção: Livre Para | @livre_para
Design gráfico: Gabriel Valentim | @garotodainternet - Equipa Livre Para
Fotografia: Daniela Sousa @danielasousaphotography & Paulo Diniz | @pauludiniz_photography
Decoração: Sara Diniz | @saradsdiniz
Local: Una | @una.create

Colaborações

Coroa de Natal Tento na Tinta | @tentonatinta
Menu ceia vegetal Nutricionista: Joana Mendonça | @joana.mendonca97
Execução do menu e desenvolvimento da receita da sobremesa
Chef Vegan: Patrícia Vieira | @patriciavmh89
Ingredientes secos: Maria Granel
Frescos da época: Quinta do Arneiro | @quintadoarneiro

Agradecimento especial Amábile Kolenda (@amabilekolenda) pela cedência do espaço e pela sua disponibilidade,