

# Projecto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre

*“Alimenta-te bem e  
crescerás saudável!”*

Leonardo Soares, P.A. nº13, Escola Cristóvão Falcão, Portalegre, 2009

Associação de Desenvolvimento Regional do Instituto Politécnico de Portalegre | Escola Superior de Saúde de Portalegre | Escola Superior de Educação de Portalegre | Escola Superior de Tecnologia e Gestão | Escola Superior Agrária de Évora  
Serviço de Ação Social | Agrupamento nº2 de Portalegre | Câmara Municipal de Portalegre

O Projecto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre nasceu em 2007.

É um Projecto do qual fazem parte as várias unidades orgânicas do Instituto Politécnico de Portalegre (ADR-IPP, ESSP, ESEP, ESTG, ESAE e SAS) em parceria com a Câmara Municipal de Portalegre.

Para o desenvolvimento do Projecto-Piloto foi escolhido o Agrupamento nº2 de Portalegre.

O principal objectivo deste Projecto é ajudar a mudar atitudes e comportamentos em relação aos hábitos alimentares de todas as crianças e jovens das escolas do concelho de Portalegre, em simultâneo com a adequada sensibilização das suas famílias, de forma a maximizar a sustentabilidade das mudanças propostas.

Muitas foram as iniciativas (eventos, formação e trabalho de investigação) desenvolvidas desde 2007 até à presente data.

**Estes são alguns dos registos/memórias do nosso Projecto:**



**Abril e Maio | 2009**  
Apresentação do trabalho de investigação “Diagnóstico de situação”, aos professores, pais, encarregados de educação, crianças e jovens do Agrupamento nº2 de Portalegre.



**Abril e Maio | 2009**  
“Educação Alimentar” às crianças dos Jardins de Infância de Monte Carvalho e de Fortios.



**Abril e Maio | 2009**  
“Educação Alimentar” aos alunos do 1º Ciclo da EB1 de Monte Carvalho e de Fortios.



**Maio e Junho | 2009**  
“Educação Alimentar” aos alunos do 2º e 3º Ciclos da Escola Cristóvão Falcão.





**Julho | 2009**  
Formação aos Assistentes Operacionais que acompanham as crianças no refeitório do Agrupamento nº2 de Portalegre.



**22 | Outubro | 2009**  
"Conferência sobre Alimentação Saudável" dirigida a toda a comunidade escolar do IPP.



**22 | Outubro | 2009**  
"Seminário sobre os Benefícios de uma Alimentação Saudável" dirigida aos professores, pais, encarregados de educação e alunos da Escola Cristóvão Falcão.

**Novembro | 2009**  
Formação aos Assistentes Operacionais que acompanham as crianças no refeitório do Agrupamento nº2 de Portalegre.

**Novembro | 2009**  
*Abstract prevent and submission ao EuroPrevent 2010.*



**Fevereiro | 2010**  
Criação e publicação do nº 0 da Newsletter do Projecto.



**Fevereiro | 2010**  
"1º Lanche da Manhã Saudável" para os alunos do 2º Ciclo da Escola Cristóvão Falcão (a repetir mensalmente).



**Fevereiro | 2010**  
"Educação Alimentar" aos alunos do 1º Ciclo da EB1 da Praceta.



**Março | 2010**  
"Feira da Alimentação Saudável", com alunos do 2ºCiclo da Escola Cristóvão Falcão (a repetir anualmente).



**Março | 2010**  
"Educação Alimentar" às crianças dos Jardins de Infância de Alagoinha, Carreiras, Corredoura e Praceta.



**Março e Abril | 2010**  
Alunos do 1ºCiclo recolheram receitas de sopa e compilaram um livro com a denominação do "Livro com cheiro a sopa", oferecendo o mesmo no dia da mãe.



**Março e Abril | 2010**  
"Jogos alusivos Alimentação Saudável", com as crianças do 1º Ciclo e do Jardim de Infância do Agrupamento nº2 de Portalegre.



**Abril e Maio | 2010**  
Construção do questionário para avaliar o grau de satisfação dos utentes da Escola Cristóvão Falcão, referente aos alimentos oferecidos no bar.

**Maio | 2010**  
Análise de conteúdo de composições realizadas pelos alunos do 1º Ciclo, com o seguinte tema: "O que comeram durante o fim-de-semana?" Para avaliar as mudanças de comportamentos alimentares.

**Maio a Junho | 2010**  
Planeamento da construção do Site do "Projecto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre".



**Junho | 2010**  
Aplicação do questionário aos utentes da Escola Cristóvão Falcão.



**Junho | 2010**  
Criação e publicação do nº 1 da Newsletter do Projecto.



**8 e 9 | Junho | 2010**  
"Stand na Feira de Emprego e Empreendedorismo - ENOVE+", promovida pelo IPP, em Portalegre.





**18 e 19 | Junho | 2010**  
 "Painel no III Fórum de Projectos de Prevenção da Obesidade", que se realizou no Anfiteatro 52 do Edifício Egaz Montz da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Hospital de Santa Maria.



**2 | Julho | 2010**  
 "Festa do Reino da Sopa", para todos os pais, encarregados de educação, familiares, crianças e professores dos Jardins de Infância do Agrupamento nº2 de Portalegre.



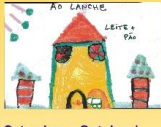
**Julho | 2010**  
 Tratamento e análise dos dados do questionário.



**20 | Setembro | 2010**  
 Apresentação do estudo aplicado aos utentes da Escola Cristóvão Falcão, para avaliar o grau de satisfação destes perante os alimentos oferecidos no bar.



**10 a 30 | Setembro | 2010**  
 Exposição do "Painel alusivo ao Projecto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre", na Escola Cristóvão Falcão.



**Setembro e Outubro | 2010**  
 Reestruturação e alteração da oferta dos alimentos no bar da Escola Cristóvão Falcão, segundo a análise dos dados dos questionários.



**19 e 20 | Outubro | 2010**  
 "Educação Alimentar" aos alunos do 1º Ciclo das EB1 de Carreiras e de Fortios.

**Outubro e Novembro | 2010**  
 Construção de um questionário para avaliar o grau de satisfação dos

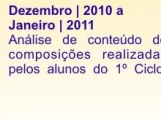
**Outubro | 2010 a Março | 2011**  
 "Oficina de Formação - Educação Alimentar nas Escolas: Agir sobre comportamentos", para Professores do 1º Ciclo e Educadores de Infância do Agrupamento nº2.



**Novembro | 2010**  
 Criação e publicação do nº 2 da Newsletter do Projecto.



**23 | Novembro | 2010**  
 "Conversa Temática: Pão & Azeite", na Escola Cristóvão Falcão, dirigida aos pais, encarregados de educação, professores e alunos.



**Dezembro | 2010 a Janeiro | 2011**  
 Análise de conteúdo de composições realizadas pelos alunos do 1º Ciclo,

**Dezembro | 2010 a Janeiro | 2011**  
 Aplicação de um questionário para avaliar o grau de satisfação dos utentes da Escola Cristóvão Falcão, referente aos alimentos oferecidos no refeitório.



**Fevereiro | 2011**  
 Criação e publicação do nº 3 da Newsletter do Projecto.



**1 e 3 Fevereiro | 2011**  
 "Educação Alimentar" aos alunos do 1º Ciclo das Escolas de Corredoura e de Praceta.



**Fevereiro | 2011**  
 "1º Lanche da Manhã Saudável", para os alunos do 2º Ciclo da Escola Cristóvão Falcão (repetir mensalmente).



**Fevereiro e Março | 2011**  
 Tratamento e análise dos dados do questionário.



**17 | Maio | 2011**  
 "Conversa Temática: Fruta", no Convento de Santa Clara, em Portalegre, dirigida aos pais, encarregados de educação, professores e alunos.

