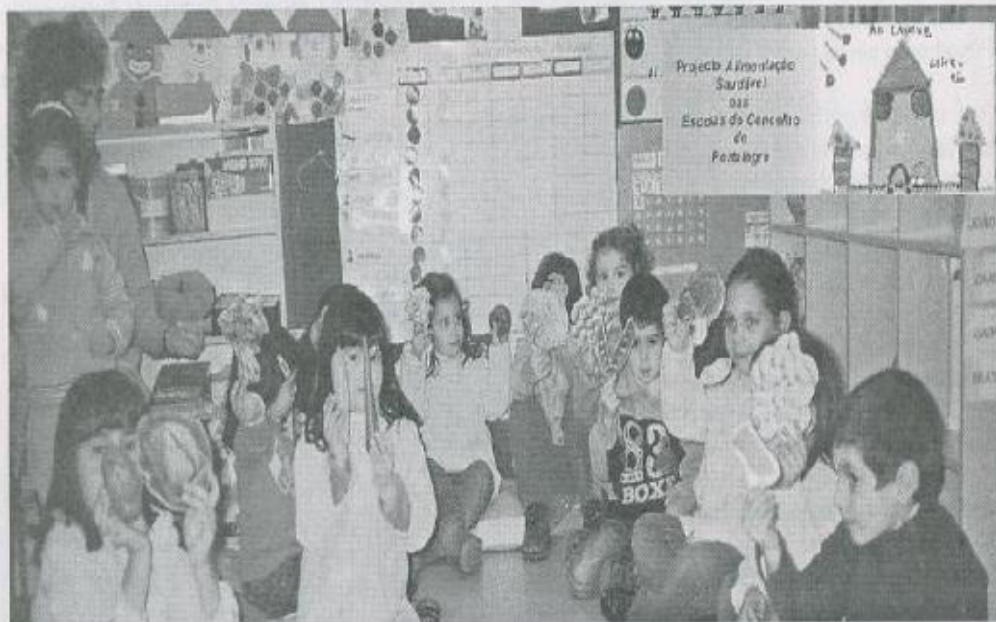




“Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre” CONTINUA A APOSTAR NA IMPORTÂNCIA DE UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA

Após a realização do Seminário e da Conferência subordinada aos “Benefícios de uma Alimentação Saudável”, que teve lugar no Centro de Congressos da Câmara Municipal de Portalegre e no Refeitório da Escola Cristóvão Falcão, em 22 de Outubro do ano transacto, com a presença de duas nutricionistas e docentes na Universidade Atlântica; o projecto prossegue a bom ritmo com trabalho realizado e várias actividades em desenvolvimento.



Correspondendo a um desafio lançado pela Câmara Municipal de Portalegre, o “Projecto de Alimentação Saudável nas escolas do concelho de Portalegre” tem vindo a ser dinamizado pela Associação de Desenvolvimento Regional do Instituto Politécnico de Portalegre (ADR-IPP), com a participação da Escola Superior de Saúde (ESS), Escola Superior de Educação (ESE), Escola Superior de Tecnologia e Gestão (ESTG), Escola Superior Agrária de Évora (ESAE) e dos Serviços de Acção Social (SAS), que representam o conjunto das unidades orgânicas do Instituto Politécnico de Portalegre.

O objectivo principal 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.

A escola piloto que foi escolhida para se realizar o estudo foi o agrupamento da Escola Cristóvão Falcão (EB1 Fortios, EB1 Monte Carvalho, EB1 da Vargem e EB2,3, com os 5.º, 7.º, 8.º anos).

A partir de Setembro de 2009, o trabalho desenvolvido pelo “Projecto de Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre” alargou-se para todo o Agrupamento nº2 (EB23 Cristóvão Falcão, EB1 Carreiras, EB1 Praceta, EB1 Corredora, EB1 Alagoa, EB1 Fortios e EB1 Monte Carvalho).

Durante este período, várias foram as actividades desenvolvidas e, já em 2010, foi lançada a Newsletter nº 0, que se pretendeu como um veículo motivador de comportamentos alimentares saudáveis e de divulgação

do Projecto junto dos diferentes públicos do Instituto Politécnico de Portalegre e do Agrupamento nº2. Foi ainda planeado o site do Projecto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre, e elaborado um questionário, para avaliar os vários tipos de alimentos saudáveis que as crianças e jovens gostariam que estivessem disponibilizados no bar da Escola Cristóvão Falcão, segundo as suas necessidades nutricionais.

Ocorreram ainda acções de “Educação Alimentar” aos alunos do 1.º Ciclo nas Escolas da Praceta e Monte Carvalho, e aos alunos dos Jardins Infantis das Escolas de Alagoa, Carreiras, Corredoura e Praceta. Ainda no presente ano decorreu uma recolha de receitas de sopas junto dos pais das crianças de todos os Jardins

de Infância pertencentes ao Agrupamento nº2 que deu origem à elaboração de um livro de receitas.

Segundo a organização deste Projecto, outros eventos da mesma tipologia estão a ser programados, designadamente, “Oficina de Formação - Educação Alimentar nas Escolas: Agir sobre os Comportamentos”, dirigido a professores do 1.º Ciclo e a educadores de infância do Agrupamento nº2; festa de fim de ano lectivo nos Jardins de Infância; Sopas do livro de receitas e concurso de mesas de fruta.

Está também agendada a publicação do nº1 da Newsletter, e o envio de mailing por parte dos médicos de educação, com orientações sobre hábitos de alimentação saudável.