

Projeto Eco-Escolas

Turmas: 3.º C e 4.º C (44 alunos)

Bebidas selecionadas

Foram selecionadas as bebidas que os alunos consomem habitualmente ao lanche e outras por eles sugeridas, nomeadamente: leite branco, leite com chocolate, ice tea, coca-cola, iogurte líquido...

Foram analisados os rótulos e calculados os valores de açúcar por recipiente e registados os valores numa tabela.

Dimensões do painel: 2,34m / 1,18m

Materiais utilizados: Cartolinas, recipientes vazios, açúcar, sacos, papel crepe e cola.

Local onde está afixado:

No átrio da escola, local bem visível aos alunos, Encarregados de Educação e a toda a população.

Projeto Eco-Escolas

Inquérito aos alunos do 1.º Ciclo – 3.º C e 4.º C

Este inquérito servirá para compreender os hábitos e as opiniões dos alunos relativamente ao consumo de bebidas. As tuas respostas são importantes. Obrigado pela tua participação!

1. Em tua casa é habitual beber sumos ou refrigerantes às refeições?

Sim

Não

2. Costumas trazer bebidas para o teu lanche?

Sim

Não

3. Se sim, quais? _____

4. Bebes leite escolar?

Sim

Não

5. Se sim, qual?

Leite branco

Leite com chocolate

6. Qual das seguintes bebidas consideras mais benéfica para a tua saúde?

Água

Ice Tea

Coca Cola

Sumos

7. Sabes que quantidade de açúcar contêm as bebidas que ingeres habitualmente?

Sim

Não

Resultado do Inquérito aos alunos do 1.º Ciclo

1. Em tua casa é habitual beber sumos ou refrigerantes às refeições?

Sim	Não
23	20

2. Costumas trazer bebidas para o teu lanche?

Sim	Não
31	13

3. Se sim, quais?

Actimel
Compal
Nesquick
Capri Sonne
Leite achocolatado Dia
Bongo
Yoggi
Freeten
Ice tea Dia

4. Bebes leite escolar?

Sim	Não
36	8

5. Se sim, qual?

Leite branco	Leite com chocolate
7	29

6. Qual das seguintes bebidas consideras mais benéfica para a tua saúde?

Água	44
Ice Tea	0
Coca Cola	0
Sumos	0

7. Sabes que quantidade de açúcar contêm as bebidas que ingeres habitualmente?

Sim	Não
1 *	43

*Aluna com Diabetes tipo 1