

# Painel dos alimentos

**Desafio: Alimentação Saudável e Sustentável**

**Escola Básica do 2º e 3º Ciclo Amadeu Gaudêncio**

Coordenadores Eco-Escolas:

Cláudia Sousa e Daniel Oliveira

Docente de Formação Cívica:

Pedro Dias

Trabalho por realizado:

Afonso Teixeira

Leonor Formiga

Matilde Meca

Rita Oliveira

O painel apresentado foi acompanhado em Formação Cívica pelo professor da turma A do 5º Ano.

A ideia da construção do mesmo surgiu depois da visualização do documentário: “Somos o que comemos”. Esta apresentação surgiu no âmbito do tema - Alimentação Saudável e Sustentável do plano de Ação do programa Eco-Escolas (em que propôs a observação desta reportagem por todas as turmas da escola.)

Assim, depois deste vídeo foi realizado um debate sobre os hábitos alimentares. A escolha dos alimentos a incluir no painel teve por base os alimentos por eles consumidos.

O docente apresentou a informação/interpretação rotular, assim como os cálculos necessários para a apresentação da informação no trabalho; informação que foi também retirada pela consulta da tabela de composição de alimentos do Instituto Dr. Ricardo Jorge.

Já para elaboração propriamente dita dos painéis foi solicitada preferencialmente a reutilização de materiais.

Após a conclusão dos diferentes painéis da turma, elegeu-se o que iria a concurso. No entanto irão estar todos expostos na escola.

### Características do Painel:

#### Dimensões:

- Largura: 90 cm
- Profundidade: 30 cm
- Altura: 25 cm

#### Materiais usados:

- Cartão
- Embalagens usadas
- Tesoura
- Cola
- Açúcar
- Água
- Detergente para a loiça

Local Exposto: Junto ao Bar da Escola



O Grupo de alunos que realizaram o painel.

Exposição do painel vencedor e dos restantes elaborados por toda a turma



Local de Exposição: Sala de convívio ao junto ao bar da Escola

Vista pormenorizada do painel.



Outra vista pormenorizada do painel.