

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL – SAÚDE INVEJÁVEL.

A partir do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação a Docência – PIBID que tem como tema geral a Educação Ambiental nos anos iniciais do Ensino Fundamental surgiu a preocupação com a qualidade da alimentação das crianças.

Este projeto desenvolvido no primeiro ano da Escola Estadual de Ensino Fundamental Dr. Alcides Marques tem por objetivo variar e enriquecer a alimentação combatendo o desperdício, através da utilização de talos, cascas e folhas.

Foi escolhida como estratégia a experimentação através de degustação de frutas, legumes e verduras que alguns nunca haviam provado, proporcionando uma reflexão sobre os sabores dos alimentos permitindo que descubram novos paladares. Através de receitas alternativas os alunos comprovaram que podemos utilizar integralmente os vegetais.

Ao final, alunos e familiares conscientizaram – se da importância da modificação de atitudes e costumes que podemos cultivar em nosso lar com o aproveitamento de partes dos alimentos que são descartados indevidamente, solucionando dois problemas sérios no nosso país: a fome e a produção excessiva de lixo.

1. Lisiane Teixeira de Armas

Professora de Séries Iniciais e Supervisora do PIBID.