



No combate ao desperdício alimentar

Objetivos principais da oficina

- Pensar no desperdício alimentar como forma de tornarmos a nossa alimentação mais nutritiva e saudável
- Avaliar o impacto do desperdício alimentar a nível social e ambiental
- Adotar comportamentos de zero desperdício alimentar

Objetivos específicos (o que se espera dos participantes)

- Refletir sobre a atual situação de desperdício alimentar e suas consequências sociais e ambientais
- Como melhorar a dieta alimentar sob a ótica da diminuição do desperdício alimentar
- Estimular a adoção de hábitos de consumo alimentar de baixo desperdício alimentar
- Efetivar mudanças ao nível da preparação e consumo dos alimentos com o mínimo de desperdício alimentar

Conceitos-chave

- Desperdício alimentar
- Alimentação saudável
- Pegada ecológica da alimentação
- Alterações climáticas
- Atitudes mais amigas do ambiente

Aprendizagens

2º ciclo

- Elaborar algumas ementas equilibradas e discutir os riscos e os benefícios dos alimentos para a saúde humana
- Interpretar informação contida em rótulos de alimentos familiares aos alunos
- Identificar riscos e benefícios dos aditivos alimentares
- Discutir a importância da conservação de alimentos na prevenção de doenças devidas a microrganismos
- Formular opiniões críticas sobre ações humanas que condicionam a biodiversidade e sobre a importância da sua preservação
- Argumentar acerca dos impactos das atividades humanas na qualidade do ar e sobre medidas que contribuam para a sua preservação, com exemplos locais, regionais, nacionais

3º ciclo

- Distinguir alimento de nutriente e nutriente orgânico de inorgânico, indicando as suas funções no organismo e identificando alguns nutrientes em alimentos



Economia circular



2º ciclo
3º ciclo
Secundário



90 minutos



Uma turma por sessão



Atividades práticas (hands-on)
Casos de estudo reais



- Relacionar a alimentação saudável com a prevenção de doenças da contemporaneidade, reconhecendo a importância da dieta mediterrânica na promoção da saúde
- Analisar criticamente exemplos de impactes da ação humana que condicionem as teias alimentares, discutindo medidas de minimização dos mesmos nos ecossistemas
- Analisar criticamente exemplos teoricamente enquadrados acerca do modo como a ação humana pode interferir nos ciclos de matéria e afetar os ecossistemas
- Caracterizar diferentes formas de exploração dos recursos naturais, indicando as principais transformações dos recursos naturais
- Discutir os impactes da exploração/transformação dos recursos naturais e propor medidas de redução dos mesmos e de promoção da sua sustentabilidade
- Explicar a importância da recolha, do tratamento e da gestão sustentável de resíduos e propor medidas de redução de riscos e de minimização de danos na contaminação da água procedente da ação humana
- Relacionar a gestão de resíduos e da água com a promoção de um desenvolvimento sustentável
- Analisar criticamente os impactes ambientais, sociais e éticos de casos de desenvolvimento científico e tecnológico no desenvolvimento sustentável e na melhoria da qualidade de vida das populações humanas

Secundário

- Relacionar a diversidade biológica com intervenções antrópicas que podem interferir na dinâmica dos ecossistemas (interações bióticas/abióticas, extinção e conservação de espécies)
- Emitir opinião sobre atuações concretas que potenciem o uso adequado dos recursos essenciais a nível global
- Exemplificar ações concretas de atuação das comunidades no cumprimento dos ODS e da Agenda XXI Local
- Explicar a importância da sustentabilidade do Sistema Terra através de exemplos concretos, a diferentes escalas de análise