

Comemoração do Dia Mundial da Alimentação na ESViriato: Roda dos Alimentos Solidária e Palestra sobre Alimentação

No passado dia 16 de outubro, a nossa Escola comemorou o Dia Mundial da Alimentação construindo, no polivalente, uma Roda de Alimentos com o intuito de relembrar à comunidade escolar a importância de uma alimentação saudável e variada, nas proporções indicadas por aquele diagrama.

Esta atividade resultou de um projeto, no âmbito da Promoção e Educação para a Saúde (PES), desenvolvido pelas cinco turmas de 9º ano. Após serem elucidados e refletirem sobre aquele conteúdo, os alunos foram convidados a oferecer alimentos que pudessem preencher cada setor da roda. Esses alimentos integraram cabazes que foram depois ofertados a famílias, afetadas a este nível de ensino, que deles mais precisassem.

A concretização deste projeto só foi possível graças ao empenho e dedicação da comunidade concretamente das professoras de Ciências Naturais e as diretoras de turma, deste nível de ensino, que nas suas aulas trabalharam com os alunos a temática da alimentação saudável e motivaram-nos para uma cidadania ativa.

Saliente-se, ainda, o trabalho imprescindível desenvolvido pela técnica de Serviço Social desta Instituição na articulação com as famílias que vieram a usufruir desta doação, na preparação e na distribuição dos cabazes.

Nesse mesmo dia, foi dinamizada uma palestra pela psicóloga do IPDJ Viseu, subordinada ao tema “Alimentação e Atividade Física”, no âmbito do Programa Cuida-te+, Dispositivo 1.1.. Foi um momento dinâmico de partilha, onde os alunos puderam conhecer alguns mitos e verdades sobre esta temática. Esta atividade envolveu mais de 100 alunos, entre alunos de CEF (3A e 3B), 10º dos CP (10P1, 10P2, 10P6 e 10P10) e 9ªA.

Com esta atividade comemorativa do Dia Mundial da Alimentação, os alunos envolvidos acabaram por trabalhar vários domínios da Cidadania e Desenvolvimento, nomeadamente, a Saúde, o Voluntariado e a Participação Democrática.

Por último, não podemos deixar de referir o empenho e a dedicação dos assistentes operacionais que facilitaram toda a dinâmica necessária para a concretização deste evento.

Terminamos agradecendo a todos quantos contribuíram de forma tão generosa para estes cabazes, pais e encarregados de educação, alunos e professores que organizaram e corporizaram a comemoração deste dia.

