

Projeto: Alimentando Vínculos

1 – IDENTIFICAÇÃO

INSTITUTO ABEQUAR

Tema: Alimentando Vínculos

Período: maio de 2021 à fevereiro de 2022

Atendimento semanal: 3ª feira e 6ª feira no matutino e vespertino.

Coordenador: Claiton Haroldo Monte

Público alvo – Crianças e adolescentes de 07 aos 17 anos

Envolvidos: Educadores, famílias e funcionários.

Parcerias: Mesa Brasil e doações pontuais.

Data: 29/09/2021

Sítio Eletrônico da OSC: www.abequar.org.br

Canal do Youtube:

<https://www.youtube.com/channel/UC4r4euTQQf85uNT5jNOpuWQ/videos>

2 – APRESENTAÇÃO

Alimentação saudável e a conscientização traz diversos benefícios: Previne muitos males (como obesidade, colesterol, diabetes, desnutrição e anemia), além de melhorar o humor e dar ânimo e força para encarar o dia.

No Brasil, uma parcela significativa da população não se alimenta corretamente e isso é um dos grandes desafios que o sistema de saúde tem enfrentado. As crianças, neste sentido, estão no foco das ações que combatem os hábitos alimentares inadequados e causadores destes males.

O projeto Alimentando Vínculos surgiu da necessidade de falar dos alimentos, pois o instituto em parceria com a mesa Brasil e doações pontuais vem ofertando verduras, frutas e outros alimentos nutricionais. Sendo trabalhados em oficina de nutrição e realizando receitas deliciosas.

3 - JUSTIFICATIVA

O projeto surgiu da necessidade de se compreender o direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais de cada indivíduo, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade de cada região. A alimentação adequada é direito fundamental do ser humano dos direitos consagrados na Constituição Federal, devendo o poder público adotar as políticas e ações que se façam necessárias para promover e garantir a segurança alimentar e nutricional. Garantir condições de acesso aos alimentos básicos, seguros e de qualidade, em quantidade suficiente, de modo permanente de forma que inibem a ocorrência da fome nos estados e regiões, garantindo a todos acessos permanentes de alimentos, pleno consumo sob o ponto de vista nutricional e sustentabilidade em processos produtivos, a participação social e a intersetorialidade envolvendo-se diretamente neste processo de segurança alimentar e nutricional, estimular a integração dos esforços entre governo e sociedade civil, bem como promover o acompanhamento, o monitoramento e a avaliação da segurança alimentar e nutricional.

Para Compreender a importância da alimentação saudável, criou-se a oficina de nutrição e por meio de doações em parceria com a mesa Brasil recebendo frutas, verduras e doações pontuais entre outros. Torna-se fundamental que a criança tenha conhecimento da importância de alimentar-se bem, assim como se permitir experimentar alimentos diversos, pois se por um lado é possível perceber crianças que exageram na alimentação, por outro lado é notável que outros apresentam dificuldade em alimentar-se corretamente e rejeitam uma variedade de alimentos sem ao menos prova-los. Permitindo assim que as crianças e adolescentes, juntamente com seus familiares estreitem seus vínculos e possam refletir sobre seus hábitos alimentares e das consequências que esses hábitos têm na sua saúde.

4 – OBJETIVOS

- Compreender a importância da alimentação saudável;
- Gerar uma mudança de hábitos alimentares;
- Gerar Fortalecimento de Vínculo Familiar e Afetivo;
- Melhorar a qualidade de vida com uma alimentação saudável;
- Proporcionar informações de como aproveitar os alimentos na nossa casa;
- Contribuir para o entendimento de que precisamos de poucos recursos para ter uma qualidade de alimentos em casa;
- Permitir que as crianças e adolescentes, juntamente com seus familiares, reflitam sobre seus hábitos alimentares;
- Valorizar os alimentos que são doados para o Instituto pelos colaboradores

5 – METODOLOGIA

A oficina acontece com a apresentação de um vídeo elaborado pela equipe chave onde serão apresentadas receitas regionais, iniciado pela região Sul em 2021 será finalizada com a região Centro-Oeste em fevereiro de 2022. Em seguida realizada um momento de mística para explicar como o projeto irá acontecer. Ao final do projeto faremos outra reflexão sobre o que mudou no comportamento de cada um quanto a alimentação familiar e seguiremos com a apresentação de um caderno de receitas elaborado pelas crianças e adolescentes.

5.1 OFICINAS

Levantamento de conhecimentos prévios sobre alimentação saudável;

Apresentação do Projeto Alimentando Vínculos;

Vídeo sobre alimentação, abordando os alimentos e in natura, alimentos ultraprocessados e industrializados;

Atividades e pesquisas sobre alimentação na oficina de nutrição.

Confecção dos cadernos de receita e pesquisa nutricional.

5.2 AÇÕES:

- Organizar um mural com dicas nutricionais.
- Caderno de receita.

6 - RESULTADOS ALCANÇADOS

- Recursos: Doações, parceiros pontuais, mesa Brasil, atendidos, familiares, educadores e equipe chave.
- Encerramento por bimestres com apresentação para as famílias e comunidade de atividades realizadas pelos participantes.

Todo o trabalho desenvolvido no projeto será registrado em um caderno. Na conclusão do trabalho, haverá uma exposição do que os alunos aprenderam sobre o tema. Nesta exposição, haverá cartazes, os cadernos concluídos e apresentações orais com a presença da comunidade atendida.

7 - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

REIS, Carolina de Castro. *Trabalhando com Projetos*. Solar Edições

PRADO, Maria Elisabette Brisola Brito e ALMEIDA, Maria Elizabeth Biancoccini de (org). *Elaboração de Projetos: guia do cursista*. 1ª ed. Brasília: Secretaria de Educação a Distância, 2009.

NOGUEIRA, Nilbo Nogueira. *Pedagogia dos projetos: etapas, papéis e atores*. 4. ed. São Paulo: Érica, 2008.

BRASIL. SECRETARIA DA EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL. **Parâmetros Curriculares Nacionais: ciências naturais: primeiro e segundo ciclos**. 3. ed. Brasília: MEC/SEF, 2001, 136p.

Direito Humano à Alimentação Adequada - <http://www.mds.gov.br>

Módulo 4: Colocando o DHAA em prática1 - <http://www.nutricao.ufsc.br>

Segurança Alimentar e Nutricional - CFN - <https://www.cfn.org.br>

8 – REGISTRO FOTOGRÁFICO E OU/ DEPOIMENTO:

