



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

COMUNICADO DAAA Nº 01, DE 04 DE MAIO DE 2018

Orienta as escolas estaduais sobre a Semana de Educação Alimentar 2018.

O DIRETOR DO DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO, à vista do que lhe representou o Centro de Supervisão e Controle do Programa de Alimentação Escolar, comunica as escolas da rede estadual de ensino, sobre o tema da Semana de Educação Alimentar e recomenda a realização de atividades voltadas para a educação nutricional.

Desde que a Semana de Educação Alimentar foi instituída no calendário oficial do Estado de São Paulo, na terceira semana do mês de maio pela força do Projeto de Lei nº 12.230 de 13/01/2006, como estratégia para promoção da alimentação saudável na rede de Ensino, este Departamento vem oferecendo sugestões de temas e textos às Diretorias de Ensino e às escolas para o desenvolvimento de atividades pedagógicas que promovam hábitos saudáveis e melhor qualidade de vida.

Assim, a "**Semana de Educação Alimentar de 2018**" ocorrerá entre os dias **14 a 18 de maio**, por isso, solicitamos a participação das Diretorias de Ensino e das escolas, abordando o seguinte tema: "**Educação Alimentar e Nutricional - como inovar na sua escola através das seguintes ferramentas de ensino: hortas contemporâneas, hortas alternativas e PANC's.**"

Neste contexto, o Departamento de Alimentação e Assistência ao Aluno (DAAA), por meio do Centro de Supervisão e Controle do Programa de Alimentação Escolar (CEPAE), incentiva ações educativas, visando ampliar continuamente o conceito de alimentação acessível, saudável e saborosa, com objetivo de promover saúde e qualidade de vida à comunidade escolar.

A proposta é fornecer um conjunto de atividades capazes de estimular e enriquecer o trabalho educativo, promovendo um ambiente saudável, com mudanças desejáveis nos alunos matriculados na rede estadual de ensino de São Paulo, além



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

da equipe gestora e pedagógica da unidade escolar (diretor, vice-diretor, coordenador pedagógico e professores).

Assim, esperamos que as orientações aqui reunidas possam contribuir e apoiar a organização das atividades nas escolas durante a Semana de Educação Alimentar e para que os hábitos de vida saudável se tornem permanentes no ambiente educando, uma vez que a alimentação equilibrada e balanceada é um dos fatores fundamentais para o bom desenvolvimento físico, psíquico e social.

Vale salientar, que a horta no ambiente escolar é um instrumento pedagógico relacionado à saúde, cidadania e qualidade de vida, pois permite uma relação positiva do ser humano com meio ambiente e com a alimentação saudável. A implantação de hortas educativas nas unidades escolares serve como uma ferramenta de educação ambiental e nutricional de forma interdisciplinar e vivenciada, onde a natureza é compreendida como um todo dinâmico, sendo o ser humano parte integrante e agente das transformações.

Para o ano de 2018, o objetivo será resgatar e difundir sabedorias tradicionais a respeito das chamadas PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS-PANC's, de forma a se diversificar e enriquecer a alimentação do aluno. As PANC's são caracterizadas pelo seu rápido crescimento, ótima adaptação climática, fácil dispersão, germinação e alta longevidade, mesmo em solos inadequados. Por tais características e por estarem naturalmente presentes ao nosso redor, são um símbolo da alimentação nutritiva e acessível a todos. São alguns exemplos de PANC's que são facilmente encontradas em nosso dia-a-dia, em quintais, jardins, dentre outros:



FOLHA DE
BATATA-DOCE



CAPUCHINHA



CAMBUQUIRA



BELDROEGÃO



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

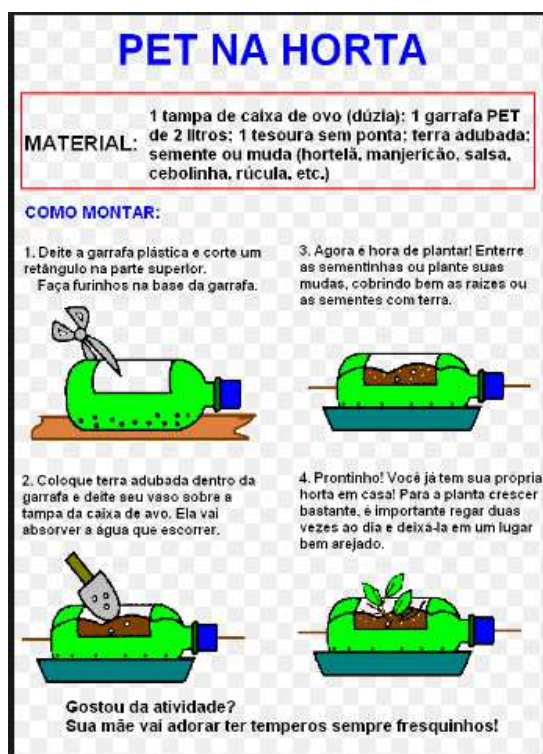
Além das Pancs uma nova tendência é as hortas contemporâneas e alternativas sendo uma ótima opção para a falta de espaço, podendo se preparar uma horta para cultivar verduras ou hortaliças.

Nas próximas páginas, sugerimos algumas atividades que podem ser desenvolvidos nas unidades escolares, bem como indicações para pesquisas.

SUGESTÕES DE ATIVIDADES

1. Pet na horta

A unidade deverá solicitar aos alunos que tragam garrafas PET, que porventura possam ter sido utilizadas em suas residências. Com orientação dos professores, os alunos deverão recortar as garrafas e prepara-las, de acordo com a imagem abaixo:



Uma vez preparadas, as garrafas poderão ser dispostas de forma diversa. No exemplo abaixo, os "minis vasos de PET" são suspensos a partir de cordas ou barbantes e compõem uma horta vertical. Para estes casos, o importante é que o ambiente seja bastante ensolarado, para que as plantas possam se desenvolver.



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

Para um trabalho dirigido, os alunos deverão incluir, além das espécies comumente utilizadas, como alface, agrião, rúcula, as PANC's encontradas no entorno da unidade escolar.

Horta vertical reutilizando garrafas de plástico amarradas com cordas.



Horta vertical usando um canal de plástico.





GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

Horta vertical em tubo de PVC

Outra sugestão é utilizar canos de PVC cortados ao meio. Os mesmos deverão ser dispostos em uma parede, formando uma estrutura vertical, a qual receberá a terra e as mudas de plantas tradicionais associadas às PANC's.



2. Pesquisa científica sobre as PANC's

Para elaboração da pesquisa, a turma deverá ser dividida em grupos. O professor deverá realizar uma introdução sobre o assunto, apresentando um cartaz com exemplos de PANC's. Cada grupo deverá escolher uma PANC para trabalhar.

Como sugestão, seguem informações a serem coletadas para a planta escolhida pelo grupo:

1. Qual é seu nome científico?
2. Como é popularmente conhecida?
3. Onde é encontrada?
4. Qual é seu sabor?
5. Como é o seu cheiro (aroma)?
6. Possui vitaminas ou minerais? Quais?
7. É parecido com algum outro vegetal que costumamos comer?
8. Em quais receitas pode ser utilizado?



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

Instruções gerais: O grupo deverá colocar as informações coletadas de forma criativa em cartaz de cartolina, acompanhado de uma fotografia da planta. Sugere-se utilizar o formato de "infográfico" (consultar modelos e ferramentas na internet).

Como atividade final, o grupo deverá procurar na escola ou na cidade (atividade dirigida com professor) uma muda da PANC escolhida. Deverá coleta-la e planta-la em saco de mudas, para apresentação à comunidade escolar. Posteriormente à atividade de apresentação dos cartazes, a muda deverá ser plantada na horta escolar (que se sugere ser a horta vertical da atividade 1).



3. Oficina culinária com PANC's

Os alunos deverão fazer uma coleta das seguintes PANC's:

- a) Flores de hibisco





GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

b) Cambuquira – brotos e flores de abóbora



c) Beldroega



A partir de tal coleta, os alunos, em conjunto com os professores e com apoio da cozinha escolar, deverão preparar os seguintes pratos:

a) Salada de folhas com flores de hibisco. Poderá ser utilizada qualquer hortaliça para preparo da salada. Ao final, as pétalas das flores de hibisco deverão ser agregadas e deverão decorar a preparação.





GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

b) Ovos mexidos com cambuquira ou cambuquira refogada. A depender da disponibilidade dos estoques escolares, poderá ser preparado o ovo mexido ou somente o refogado de cambuquira. Para os ovos mexidos: misturar ovos, cebola picadinha, cambuquira picada e depositar em frigideira quente até completa cocção dos ovos. Para o refogado, picar cebola e a cambuquira. Em panela ou frigideira, fritar a cebola e adicionar a cambuquira. Cozinhar até que a verdura esteja macia. Ajustar o sal.



c) Refogado de beldroega. Picar cebola e a beldroega. Em panela ou frigideira, fritar a cebola e adicionar a beldroega. Cozinhar até que a verdura esteja macia. Ajustar o sal. Poderá ser complementado com outros legumes, a depender dos estoques escolares.





GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO

4. PANC's e a comida de infância

Nesta atividade, os alunos deverão perguntar aos familiares se já comeram PANC's, e quais seriam elas. Os familiares deverão informar de onde eram obtidas estas plantas e qual a forma de consumo (em qual receita/preparação), contando suas experiências em consumir estes produtos – se era gostoso, se era saboroso e ao que aquilo remete (memórias de infância, lembrança da família, conforto, alegria).

A partir deste bate-papo, o aluno deverá elaborar um breve texto para compartilhar com seus amigos.

Sites relacionados e materiais de apoio:

Cartilha- Guia Prático de PANCs (segue em anexo);

<http://www.turminha.mpf.mp.br/para-o-professor/para-o-professor/publicacoes/Manual-da-horta.pdf>

<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/horta.pdf>

<http://www.vponline.com.br/portal/noticia/pdf/9d41f4d83c84f6e23d43083c25e7a2b9.pdf>

<https://institutokairos.net/wp-content/uploads/2017/08/Cartilha-Guia-Pr%C3%A1tico-de-PANC-Plantas-Alimenticias-Nao-Convencionais.pdf>


THIAGO NUNES
DIRETOR TÉCNICO III
CISE/DAAA