

ESCOLA MISSÃO CONTINENTE

O QUE É?

ALIAR A DIVERSÃO À SAÚDE E EDUCAÇÃO.

Escola Missão Continente é um programa de educação de âmbito nacional que procura mobilizar e sensibilizar a comunidade escolar para a importância da alimentação saudável e consumo consciente.

MISSÃO

O programa Escola Missão Continente estabelece na nova geração de crianças uma relação mais saudável e positiva com a alimentação e o consumo.

Investir na reeducação dos hábitos e estilo de vida é uma medida crucial para reverter um verdadeiro problema de saúde pública.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, 32% das crianças portuguesas com 11 anos têm peso a mais, problema resultante da má alimentação e inatividade física.

OBJETIVOS

Criar as bases para uma cultura saudável e positiva.

Promover informação sobre alimentação saudável e consumo consciente, na Escola e em Casa.

Motivar a comunidade escolar para a prevenção da saúde através da educação.

Facilitar a aprendizagem de hábitos de alimentação saudável, estilo de vida ativo e consumo consciente na nova geração de crianças.

PROGRAMA

ESCOLA MISSÃO CONTINENTE ONLINE



Aproveitando o alcance das novas tecnologias de informação junto dos mais jovens, a Escola Missão Continente concretiza-se num espaço online com materiais didáticos focados na temática da alimentação saudável e consumo consciente.

Os conteúdos educativos do programa Escola Missão Continente são adaptados a professores, pais e alunos, de forma a tornar a educação para a saúde mais aliciente para os jovens e a facilitar a sua utilização em contexto de aula e familiar.

INICIATIVAS

Para materializar o programa **Escola Missão Continente**, a Missão Continente dinamiza uma série de **iniciativas lúdicas e didáticas** em **20 Escolas Básicas**, de norte a sul de Portugal Continental e Madeira.

As Escolas são convidadas a **envolver os alunos, pais e professores nas atividades dinamizadas**, bem como a definir as Turmas a envolver no programa.

AULA SAUDÁVEL



É realizada a visita de um especialista em nutrição às Escolas para abordar junto dos alunos temas relacionados com a alimentação saudável e prevenção da saúde.

O especialista convidado é um elemento da Associação Portuguesa de Nutricionistas, ou, caso exista disponibilidade, um profissional de um Centro de Saúde local.

ATIVIDADE DESPORTIVA

O programa Escola Missão Continente prevê a realização de jogos e momentos de atividade física com o objetivo de proporcionar um momento agradável aos jovens e sensibilizar a comunidade escolar para a importância de enraizar um estilo de vida saudável.



DESAFIO



Em cada período letivo, as Escolas são desafiadas a submeter um projeto que demonstre como foram aplicados os conhecimentos adquiridos, de forma a promover uma evolução sustentada e estimular a participação no programa.

As Escolas/Turmas que, no final do ano letivo e em cada período, apresentarem os projetos mais criativos e didáticos, submetidos em formato de imagem ou vídeo, são eleitas e premiadas pelo comité organizador.

WORKSHOP HORTAS ESCOLARES

A Escola Missão Continente organiza a visita de um produtor às Escolas, para ensinar a comunidade escolar a fazer e manter uma horta, de forma a estimular o interesse pela alimentação saudável e consumo consciente.

São ainda promovidas viagens de estudo ao produtor, para dar a conhecer a origem, percurso e destino dos alimentos, e visitas às lojas, onde é feita uma apresentação sobre conservação de frescos e consumo consciente.

