

# DO ALIMENTO AO PALADAR

## CARTILHA DE PROFESSORES



2023

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Costa, Heidi

Do alimento ao paladar [livro eletrônico] :  
cartilha de professores / Heidi Costa ; pesquisadora  
Maria Amália Silva Alves de Oliveira. -- Rio de  
Janeiro : Ed. da Autora, 2023.

PDF

ISBN 978-65-00-83650-9

1. Alimentação saudável 2. Educação alimentar e  
nutricional 3. Educadores - Formação I. Oliveira,  
Maria Amália Silva Alves de. II. Título.

23-177210

CDD-613.2

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Educação alimentar e nutricional : Alimentação  
saudável : Promoção de saúde 613.2

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415

# DO ALIMENTO AO PALADAR CARTILHA DE PROFESSORES

2023

Autora: Heidi Costa

Pesquisadora: Maria Amália Silva Alves de Oliveira

Projeto gráfico e diagramação: Heidi Costa

Revisão de Diagramação:

Roberta Abreu

Colaboradores:

Consultor: Rodrigo Pereira da Rocha Rosistolato

Bolsista de apoio técnico: Tamires Chagas Matschuck

Agradecimento: TurisRio

Esta publicação faz parte do projeto de pesquisa: “Do alimento ao paladar: construção de identidades culturais através do turismo”

Financiamento: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro – FAPERJ

Apoio:

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Programa de Pós-Graduação em Memória Social

Programa de Pós-Graduação em Ecoturismo e Conservação

Essa cartilha foi criada com os recursos de Freepik.com



# APRESENTAÇÃO



Olá, esta é uma cartilha voltada para professores e profissionais da educação, que contém instruções de utilização do material pedagógico desenvolvido pelo projeto “Do alimento ao paladar: construção de identidades culturais através do turismo”.

Esse projeto foi elaborado pela pesquisadora Maria Amália Silva Alves de Oliveira, professora do Departamento de Turismo e do Programa de Pós-Graduação em Memória Social, da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, e conta com o financiamento da Fundação Carlos Chagas de Amparo a Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (FAPERJ).

Sob a premissa de que as formas de preparação e consumo dos alimentos estão intimamente relacionadas ao sistema de relações sociais e simbólicas, o projeto buscou identificar alimentos, modos de cultivo e modos de preparo que se evidenciam nas doze regiões turísticas do estado do Rio de Janeiro.

Com isso, o projeto une os temas: tradições culturais, turismo e memórias afetivas que circulam em torno do tema da alimentação.

Foram desenvolvidos e disponibilizados os seguintes materiais pedagógicos:

- 1 – Web Série “Do Alimento ao Paladar”.
- 2 – Livro pedagógico “Do Alimento ao Paladar – Sabores do Rio”.
- 3 – Livro pedagógico “Do Alimento ao Paladar – Escola de Sabores”.
- 4 – Material extra com depoimentos dos pesquisadores convidados para a web série.

Desta forma, a presente cartilha se dividirá nos seguintes capítulos:

## CAPÍTULO 1 – MATERIAL A SER TRABALHADO

Uma apresentação detalhada de cada um dos materiais descritos acima, trazendo um pequeno resumo, os temas trabalhados e instruções para acesso.

## CAPÍTULO 2 – ATIVIDADES SOBRE O ATO DA ALIMENTAÇÃO

Nesse momento inicial os alunos serão convidados a refletir sobre sua própria relação com a comida e sobre seus hábitos alimentares, ou seja, seus gostos, aquilo que estão acostumados a comer, aquilo que observam seus familiares comendo, observar a disposição dos alimentos no mercado, informações sobre rótulos, entre outros.

**OBSERVAÇÃO:** Por se tratar de uma cartilha que é endereçada tanto às escolas

# APRESENTAÇÃO



públicas quanto privadas, os professores são orientados a dirigir os debates em sala de aula de forma cautelosa, mantendo essas perspectivas dentro da realidade da maioria dos alunos e sem obrigar alunos a se expor, a fim de evitar constrangimentos por conta de suas condições financeiras de acesso aos alimentos.

## CAPÍTULO 3 – RECONHECER A SI E AO OUTRO ATRAVÉS DA ALIMENTAÇÃO

Os alunos serão convidados a refletir sobre a origem dos alimentos que consomem, que encontram nos mercados e que veem em programas de televisão, com atividades que irão gerar debates a respeito das diversas etapas da alimentação, desde a origem dos insumos, diferenças entre produtos orgânicos e os comercializados em larga escala, impactos da comida sobre o meio ambiente, até a fase das criações das receitas, passando por tradições culturais, regionais e familiares.

## CAPÍTULO 4 – ATIVIDADE FINAL VOLTADA AO PROFESSOR

Os professores serão estimulados a imaginar um projeto que envolva o tema alimentação para aplicar em sua escola. Os professores que concluírem essa atividade e nos enviarem terão seus nomes e projetos mencionados, além de receberem um certificado.

Neste capítulo também indicaremos algumas instituições que apoiam projetos de

natureza educativa, a fim de que os professores possam buscar apoio financeiro para realizarem seus projetos.

Esperamos que você aproveite esta cartilha e gostaríamos muito de receber depoimentos e materiais compartilhando a experiência de utilização das atividades aqui sugeridas nas suas turmas.

*Destacamos que suas sugestões e críticas serão muito bem-vindas, para que esta proposta possa ser sempre melhorada.*

Você pode compartilhar suas experiências e tirar suas dúvidas através dos seguintes meios:

Portal Memotur:

<https://memotur.com.br/>

Instagram: @projetomemotur

Facebook: Projeto Memotur

E-mail: [contato@memotur.com.br](mailto:contato@memotur.com.br)



← projetomemotur 🔔 ⋮

 20 94 319  
Publicações Seguidores Seguindo

Memotur  
Do Alimento ao Paladar é um projeto de pesquisa gastronômica da Unirio que irá mapear os hábitos alimentares do estado do Rio de Janeiro.... mais  
Ver tradução  
[linktr.ee/projetomemotur](https://linktr.ee/projetomemotur)

# Capítulo 1



## MATERIAL A SER TRABALHADO

Nesse capítulo faremos uma apresentação detalhada de cada um dos materiais desenvolvidos pelo projeto, trazendo um pequeno resumo, os temas trabalhados e instruções para acesso.

### Web série – Do Alimento ao Paladar

A web série “Do alimento ao paladar” é formada por quatro capítulos, que trazem reflexões sobre alimentação e turismo no Estado do Rio de Janeiro.

Para acessar a web série basta visitar nosso canal do YouTube, ou o próprio Portal Memotur nos links abaixo:

YouTube: <https://youtube.com/playlist?list=PLJ6W0eqlwhKLpjXliY6Dwn-xh70f0e3HEo&si=yNCGRWKYy7na-qRKE>

Portal Memotur:  
<https://memotur.com.br/web-serie/>



### Episódio 1 – Doces:

O primeiro episódio da Web série traz o tema “Doces” e apresenta a Cocada de Muriqui, distrito do município de Mangaratiba.

Entrevistamos um dos primeiros aprendizes do criador da cocada na região e também uma dupla de mãe e filha que vivem da venda da cocada na beira da BR 101, na altura do distrito de Muriqui.

Esse episódio traz considerações sobre a história dos doces no estado do Rio de Janeiro, tradições alimentares passadas de geração em geração e economia familiar.

### Episódio 2 – Cultivo da terra:

O segundo episódio visita o distrito de São Pedro da Serra, no município de Nova Friburgo e apresenta a Pizza de Massa de Aipim. Entrevistamos o agricultor que fornece o aipim para a pizzaria mais famosa da cidade. Também entrevistamos a dona desta pizzaria, que herdou a receita de membros da família.

Esse episódio traz depoimentos sobre a agricultura no estado do Rio, tradições alimentares de receitas e modos de cultivo passadas de geração em geração, empreendedorismo e economia familiar.



# Capítulo 1



## MATERIAL A SER TRABALHADO

### Episódio 3 – Extrativismo animal:

Neste episódio entrevistamos as pescadoras da Cooperativa Mulheres Nativas, de Arraial do Cabo. Além de terem uma receita internacionalmente premiada, elas também desenvolvem produtos congelados comercializáveis, como, por exemplo, “fishbúrguer”, quibe de peixe, entre outros.

Elas falam também sobre a luta que tiveram para serem respeitadas como pescadoras, num meio onde a maioria dos que exercem essa profissão são homens.

Os temas desenvolvidos no episódio são: igualdade de gênero, empreendedorismo, tradições passadas de geração em geração.

### Episódio 4 – Bebidas:

O último episódio da web série foi até Vassouras e visitou uma das fábricas artesanais de cachaça do Município.

**OBSERVAÇÃO:** Este episódio faz parte da web série por tratar de aspectos de cultura e turismo que foram pertinentes à pesquisa, porém não é objeto de articulação pedagógica com as escolas, por se tratar de um conteúdo sobre bebida alcoólica. Não recomendamos que seja passado aos alunos.

Em breve, este projeto iniciará uma nova fase, onde outras bebidas serão abordadas para atividades pedagógicas.

### Material extra da Web série – Do Alimento ao Paladar

Essa é uma playlist que traz as entrevistas, na íntegra, com os pesquisadores que colaboraram com depoimentos para a web série. As entrevistas trazem dados de relevância cultural, histórica e geográfica sobre a história da alimentação, tradições de produção de alimentos, cultura e turismo.

Esse material não está num formato pedagógico, para ser apresentado aos alunos (embora possa ser recomendado), porém contém informações que podem auxiliar aos professores na elaboração de aulas e atividades, portanto, sugerimos fortemente que os docentes assistam.

Para acessar o material extra da web série basta visitar nosso canal do YouTube, ou o próprio Portal Memotur nos links abaixo: YouTube:

<https://youtube.com/playlist?list=PLJ6W0eqlwhKIOnofrdY-CBo3-3GS7U2cmK&si=KCU-qh8yiUr8USc1q>

Portal Memotur:

<https://memotur.com.br/web-serie/>

# Capítulo 1



## MATERIAL A SER TRABALHADO

Os pesquisadores entrevistados são:

**Profa. Dra. Maria Amália Silva Alves de Oliveira** – Pesquisadora responsável pelo Projeto.

**Prof. Dr. Dan Gabriel Onofre** – Doutor em Ciências Sociais em Desenvolvimento, Agricultura e Sociedade pela Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro.

**Profa. Dra. Helena Catão Henriques Ferreira** – Doutora em Antropologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro.

**Profa. Dra. Myriam Elisa Melchior Pimentel** – Doutora em Memória Social pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro.

**Profa. Dra. Nina Pinheiro Bitar** – Doutora em Antropologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro.

**Livro pedagógico – Do Alimento ao Paladar: Sabores do Rio**

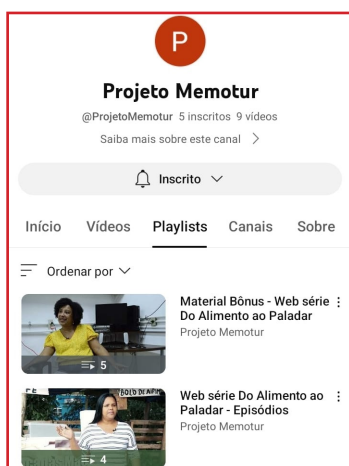


**Resumo:**

Um livro pedagógico com ilustrações e atividades de Passatempo que conta a história de Nina e Pamonha:

“Pamonha” é o nome do cachorrinho de estimação inseparável de Nina, uma garota de 14 anos que não gosta muito de comer. Na tentativa de fazer Nina “pegar gosto” pela comida, os pais dela decidem pegar o carro e rodar o estado do Rio de Janeiro, procurando alguma coisa que agrade seu paladar.

Pamonha, é claro, vai junto.





# Capítulo 1



## MATERIAL A SER TRABALHADO

O cachorrinho que adora humanos - e comida - está ligadíssimo nesses novos mundos e sabores que lhe são apresentados. Nina, que ainda não se convenceu muito a comer, vive lhe passando pedaços de suas porções por baixo da mesa.

A menina, no entanto, começa a descobrir outros significados para os alimentos, que vão muito além do simples ato de comer. No final é revelado “o segredo” que fez com que Nina parasse de gostar de comida.

### Temas a serem tratados:

O livro traz considerações a respeito da origem dos alimentos, das formas de fabricação e das tradições por trás dos sistemas de alimentação. Também é uma forma lúdica de se abordar o tema dos distúrbios alimentares. Além é, claro, de trazer informações relevantes sobre turismo e sobre os municípios visitados.

O acesso ao livro pode ser feito através do Portal Memotur, onde o arquivo estará disponível para download gratuito, e de uma ferramenta de leitura online:

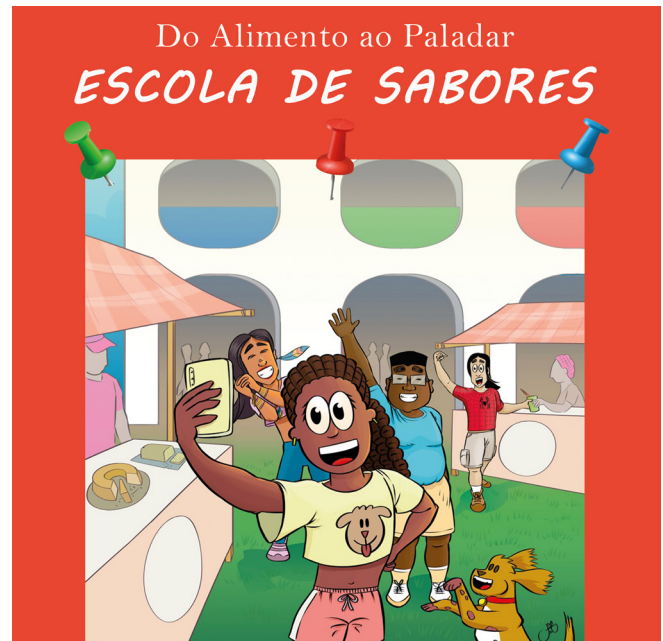
Portal Memotur (download gratuito):

<https://memotur.com.br/publicacoes-2/>

Leitura online:

<https://www.calameo.com/books/00740496034cf8d24c9f0>

### Livro pedagógico – Do Alimento ao Paladar: Escola de Sabores



### Resumo:

Um livro pedagógico que busca se aproximar um pouco mais da realidade de possibilidades dos alunos de escola pública do Rio de Janeiro. Se passa num CIEP fictício chamado Marielle Freire. Três alunos adolescentes comandam o “jornal multimídia” da escola, que nada mais é do que um grupo de WhatsApp.

Ao inscrever a escola num projeto que receberá merendeiras das 12 regiões turísticas do Estado do Rio de Janeiro, a diretora convoca os três alunos para fazerem a “cobertura jornalística” do projeto, na esperança de engajar o máximo de alunos nas atividades preparadas.

# Capítulo 1



## MATERIAL A SER TRABALHADO

Os personagens deste livro são:

**EDU** - Viciado em Master Chef, fará análises de aspectos “técnicos” da comida como consistência, textura, aparência, acidez, etc.

Aparência: Negro, usa óculos, postura intelectual, peso um pouco acima da “média”, roupa arrumadinha (porém dentro da proposta jovial).

**LARISSA** - Aventureira e curiosa, gosta de pesquisar sobre curiosidades do mundo. Fará as críticas relacionando as comidas aos hábitos e geografia de cada região. Ela adora mídias sociais e fará algumas postagens no estilo “influencer digital”.

Aparência: Descendência indígena, roupas esportivas, acessórios coloridos (brincos, pulseira, colar, etc.).

**LÉO** - Comediante. Fará as críticas bem-humoradas sobre as comidas, criará piadas e às vezes usará suas críticas para “implicar” com outros colegas da escola e até com professores.

Aparência: Branco, cabelo preto comprido, camisa de super-heróis. Estilo geek.

Os 3 criam entre si uma competição por “likes” em seus posts e, cada um em seu estilo, trarão curiosidades, informações e até brincadeiras sobre os alimentos que serão servidos na escola.

**Temas a serem tratados:**

O livro traz curiosidades e informações a respeito de turismo, origem dos alimentos e modos de fazer.

Além disso, também busca ampliar o horizonte de possibilidades dos alunos, que são estimulados a usar sua criatividade para pensar em novas perspectivas de futuro, que hoje em dia podem ser proporcionadas até mesmo através das mídias sociais, como blogs, podcasts, fotografias, entre outros, e dessa forma expressarem seus gostos e talentos.



# Capítulo 2



## ATIVIDADES SOBRE O ATO DA ALIMENTAÇÃO

Nesse momento inicial os alunos serão convidados a refletir sobre sua própria relação com a comida e sobre seus hábitos alimentares, ou seja, seus gostos, aquilo que estão acostumados a comer, aquilo que observam seus familiares comendo, observar a disposição dos alimentos no mercado, informações sobre rótulos, entre outros.

**OBSERVAÇÃO:** Por se tratar de uma cartilha endereçada tanto às escolas públicas quanto privadas, os professores são orientados a dirigir os debates em sala de aula de forma cautelosa, mantendo essas perspectivas dentro da realidade da maioria dos alunos e sem obrigar alunos a se expor, a fim de evitar constrangimentos por conta de suas condições financeiras de acesso aos alimentos.

### Primeira atividade: Na ponta da língua

Divida os alunos em duplas e marque 5 minutos no temporizador do seu celular. Ao iniciar a contagem, as duplas terão cinco minutos para listar seus alimentos preferidos.

Quando o tempo acabar, cada dupla lê em voz alta os alimentos que escreveu.

Os alunos das outras duplas devem ouvir, atentos, e, quando forem citados alimentos que outros também listaram, as duplas que contém alimentos iguais devem levantar a mão e falar “eu também”. Esses alimentos que “se repetem” devem ser escritos no quadro, na forma de placar, com 1 ponto para cada voto que tiveram. (Se 5 duplas gritaram “eu também” o alimento recebe cinco pontos).

Ao final, analise o placar de pontos e estimule a turma a refletir sobre os alimentos que mais receberam pontos, ou seja, aqueles que a maioria da turma tem na ponta da língua. Busque refletir com eles, para além do sabor, quais podem ser as razões para que tantas pessoas gostem desses alimentos.



Exemplo de “placar” dos alimentos mais citados pela turma

# Capítulo 2



## ATIVIDADES SOBRE O ATO DA ALIMENTAÇÃO

### Perguntas possíveis:

- ◇ Com quantos anos vocês ouviram falar desse alimento pela primeira vez?
- ◇ Com quantos anos provaram pela primeira vez?
- ◇ Quais tipos de sensações vocês associam a esse alimento?
- ◇ Quais tipos de situações vocês associam a esse alimento?
- ◇ Esse alimento de faz lembrar de alguém ou algum personagem especial?

Deixe os alunos soltarem a criatividade. Não há respostas erradas. Essa é apenas uma provocação inicial para que os alunos comecem a refletir sobre o ato de se alimentar, e sobre como esta ação está inserida em uma complexa rede de significados e costumes que vão muito além da simples necessidade de nutrientes.

**Nota explicativa de regra:** os alunos podem listar qualquer tipo de alimentos (doces, salgados, bebidas, etc.) independente de já terem provado ou não destes alimentos.

### Segunda atividade: Diário de Mesa

Os alunos serão convidados a registrar (desenhar ou escrever) todos os alimentos que forem servidos em sua casa durante a próxima semana (7 dias), registrando quais membros da família os consumiram. Exemplo: Segunda-feira: café (mãe), biscoito (irmã), bolo (eu), feijão e arroz (todos).

Na semana seguinte, no início da aula, a professora escreverá as seguintes perguntas no quadro, e pedirá que os alunos, analisando suas próprias listas, as respondam em uma folha de caderno:

- ◇ Quem preparou a maioria dos alimentos que você comeu essa semana?
- ◇ Você saberia preparar o alimento que você mais consumiu essa semana?
- ◇ Qual alimento foi mais consumido por todos na sua casa essa semana?
- ◇ Esse alimento mais consumido foi preparado ou comprado pronto?
- ◇ Teve algum alimento que só você consumiu essa semana?
- ◇ Teve algum alimento que só os adultos da casa consumiram essa semana?



# Capítulo 2



## ATIVIDADES SOBRE O ATO DA ALIMENTAÇÃO

Após os alunos responderem essas perguntas, eles devem **guardar suas listas e registros** (não entregarem à professora nem a nenhum outro colega, pois será utilizada novamente).

Promova um debate com a turma a respeito do preparo e consumo de alimentos dentro da dinâmica familiar: quem sabe cozinhar, quem conhece alguma receita de família, qual a frequência de frutas, legumes e verduras na dieta da família, crianças e adolescentes têm o paladar diferente de adultos na sua casa?

**Nota importante:** Não force nenhum aluno a participar do debate e se expor. Deixe claro que os registros e perguntas que eles responderam no papel serão apenas para consulta e reflexão deles próprios e não precisam ser mostradas a ninguém. Esse exercício busca apenas estimular os alunos a refletirem sobre a dinâmica de alimentação em seus próprios lares.



### Terceira atividade: De olho nas prateleiras

Divida os alunos em duplas. Cada dupla deverá escolher da lista abaixo 1 item a ser encontrado nas prateleiras de mercado para fotografar/desenhar:

- ◇ 1 alimento não processado.
- ◇ 1 alimento que pode ser plantado no Estado do Rio de Janeiro.
- ◇ 1 alimento fabricado em um lugar, mas embalado em outro.
- ◇ 1 alimento que faz parte de uma receita que você adora.
- ◇ 1 alimento que você nunca provou.
- ◇ 1 alimento que te lembra de uma pessoa especial.
- ◇ 1 alimento que você saberia como preparar.
- ◇ 1 alimento que você nunca ouviu falar.
- ◇ 1 alimento que te lembra um lugar específico.
- ◇ 1 alimento que você acha muito famoso.
- ◇ 1 alimento que sua família toda gosta.
- ◇ 1 alimento fabricado fora do Estado do Rio de Janeiro.
- ◇ 1 alimento fabricado fora do país.
- ◇ 1 alimento que você já viu a plantação.

# Capítulo 2



## ATIVIDADES SOBRE O ATO DA ALIMENTAÇÃO

Deixe que as duplas escolham livremente e não se preocupe se forem escolhidos itens repetidos, ou se algum item ficar de fora. Na semana seguinte, a dupla deverá trazer o desenho/foto do alimento, com as seguintes perguntas respondidas:

A) Em que mercado (venda, quitanda, padaria, etc.) essa imagem foi feita?

B) Em que sessão do mercado (venda, quitanda, padaria, etc.) esse alimento estava exibido?

C) Como ela se relaciona com o tema que você escolheu?

D) O que te chama atenção nesse alimento?

Cada dupla deverá apresentar brevemente seu trabalho. Ao final, promova uma pequena conversa com a turma sobre a importância de se prestar atenção à origem dos alimentos, aos rótulos, e quantas coisas interessantes podem ser observadas a respeito de “simples ingredientes”.





# Capítulo 3



## RECONHECER A SI E AO OUTRO ATRAVÉS DA ALIMENTAÇÃO

Nessa etapa os alunos serão convidados a refletir mais profundamente sobre a origem dos alimentos que consomem, que encontram nos mercados e que veem em programas de televisão, com atividades que irão gerar debates a respeito das diversas etapas da alimentação, desde a origem dos insumos, diferenças entre produtos orgânicos e os comercializados em larga escala, impactos da comida sobre o meio ambiente, até a fase das criações das receitas, passando por tradições culturais, regionais e familiares.

### Primeira atividade: Do mundo para a minha mesa

Reutilizando o registro criado na atividade “Diário de Mesa”, o aluno deverá escolher 1 alimento consumido na sua casa durante aquela semana e realizar uma pesquisa mais aprofundada sobre essa receita, respondendo a uma série de perguntas. Deve-se estimular que os alunos realmente pesquisem as respostas que não souberem, para que todas sejam respondidas.

**Observação:** esse exercício é válido mesmo que o alimento seja processado. (Por exemplo: “Biscoito”: Ir até a lista de ingredientes presentes no rótulo e realizar a pesquisa com base nela).

### Perguntas a serem investigadas:

- ◇ Quais os ingredientes utilizados para a fabricação desse alimento?
- ◇ Qual você considera ser o ingrediente principal?
- ◇ Qual a origem desse ingrediente principal? Ele foi plantado? Pescado? Processado artificialmente?
- ◇ Você conhece algum lugar que faça a extração desse ingrediente? (Plantação, pesca, processamento)?
- ◇ Quais outros produtos/receitas que você consome são feitos à base desse mesmo ingrediente?

Na aula seguinte, cada aluno deverá dizer o alimento escolhido e ler suas respostas às perguntas acima.

Ao final da atividade, a professora deve perguntar da turma se eles descobriram algo que não sabiam antes, seja durante sua própria pesquisa, seja ouvindo as respostas dos colegas? O que causou curiosidade, estranheza, surpresa?



# Capítulo 3



## RECONHECER A SI E AO OUTRO ATRAVÉS DA ALIMENTAÇÃO

**Segunda atividade: Fazenda, Mar e Fábrica – o que está invisível no seu prato?**

Divida os alunos em duplas. Cada dupla deverá escolher da lista abaixo 1 tema a ser pesquisado:

- ◇ Fazendas orgânicas de plantação vegetal.
- ◇ Mega fazendas de plantação vegetal.
- ◇ Pequenas criações de animais para consumo (galinhas, leite, aves em geral, etc.).
- ◇ Grandes latifúndios de criação animal (gado e granjas).
- ◇ Pesca artesanal.
- ◇ Processamento de origem animal (linguiças, frios, embutidos em geral).
- ◇ Processamento de origem vegetal / mineral (conservas, farinhas, açúcar, sal, etc.).

Deixe que as duplas escolham livremente e não se preocupe se forem escolhidos itens repetidos, ou se algum item ficar de fora.

Após a seleção dos temas, a dupla deve conversar e decidir entre si sobre 1 alimento que irá pesquisar dentro daquela categoria.

Na semana seguinte, deverá apresentar um trabalho (em cartolina, de forma oral, ou outro formato que preferir) sobre aquele alimento contendo respostas às seguintes perguntas:

- A. O alimento é orgânico ou processado?
- B. O alimento foi exposto a agrotóxicos?
- C. Quanta água é utilizada para o plantio, cultivo, processamento deste alimento?
- D. Quanto terreno é necessário para o plantio, cultivo, processamento deste alimento?
- E. Este alimento esteve sujeito a algum tipo de poluição em seu ambiente natural/processo de fabricação?
- F. Esse alimento gera algum tipo de poluição ao ser produzido/cultivado/extraído/manufaturado?
- G. É possível pensar em quais soluções para diminuir a poluição ao qual este alimento fica exposto em seu meio natural?
- H. É possível pensar em quais soluções para diminuir a poluição gerada pela fabricação/consumo deste alimento?

Após a exibição dos trabalhos, a professora deve convocar a turma para pensar sobre os impactos que os sistemas de alimentação produzem sobre o corpo e sobre o meio ambiente.

# Capítulo 3



## RECONHECER A SI E AO OUTRO ATRAVÉS DA ALIMENTAÇÃO

Temas que podem ser abordados durante esse debate:

- ◇ Orgânicos X Agrotóxicos.
- ◇ Plantações de base familiar X grandes latifúndios.
- ◇ Desperdício de água e terras inativas nos grandes latifúndios.
- ◇ Desmatamentos causados pelo Agronegócio.
- ◇ Poluição dos mares e rios (aos quais os pescados estão vulneráveis).
- ◇ Poluição causada por embalagens de produtos.
- ◇ Reutilização de restos de alimentos e embalagens (compostagem, reciclagem, reutilização criativa).



**Terceira atividade: a comida dos outros**

Os alunos devem ser encorajados a escolher durante a semana 1 cena de filme, novela, ou até programa culinário onde algum alimento esteja sendo consumido e responder às seguintes perguntas:

- A. Quem é o personagem escolhido? (Gênero, faixa etária, aparente classe social/poder aquisitivo).
- B. De onde é o personagem?
- C. O que ele está comendo?
- D. Ele parece estar consumindo esse alimento pela primeira vez, ou parece ser um alimento que faz parte de seus hábitos?
- E. Você acha que esse alimento está ligado à história de vida do personagem (é uma receita tradicional, de família, ou comum na região de onde vem esse personagem)?
- F. Você acha que esse é um alimento “típico” de alguma região?
- G. Você já provou esse alimento?
- H. Você provaria esse alimento? Por quê?

# Capítulo 3



## RECONHECER A SI E AO OUTRO ATRAVÉS DA ALIMENTAÇÃO

Retomando as reflexões provocadas na atividade “na ponta da língua”, essa dinâmica volta a trazer atenção para hábitos e tradições alimentares, mas desta vez sob o viés da alteridade, ou seja, ao invés de olharem para o próprio consumo, os alunos são estimulados a refletir também sobre os fatores que influenciam na alimentação “do Outro”.

**Observação:** É importante, ao final desta atividade, pontuar que a alteridade está em perceber hábitos e diferenças, sem, no entanto, tornar as pessoas caricatas daquela região ou situação. (Por exemplo, o fato de uma comida ser típica de algum lugar, não quer dizer que todos os habitantes / descendentes daquele lugar comam ou gostem daquele alimento).





# Capítulo 4



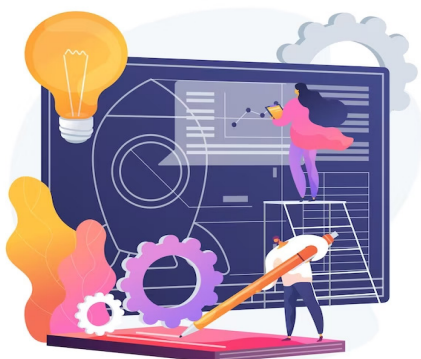
## ATIVIDADE FINAL VOLTADA AO PROFESSOR

Estamos chegando ao final da nossa cartilha, mas gostaríamos de deixar uma provocação final para os professores que chegaram até aqui: vocês serão estimulados a imaginar um projeto que envolva o tema alimentação para aplicar em sua escola.

Os professores que enviarem tais projetos de volta à Pesquisa terão seus nomes e projetos mencionados, além de receberem um certificado.

Neste capítulo também indicaremos algumas instituições que apoiam projetos de natureza educativa, a fim de que os professores possam buscar apoio financeiro para realizarem seus projetos.

Esperamos que você aproveite esta cartilha e gostaríamos muito de receber depoimentos e materiais compartilhando a experiência de utilização das atividades aqui sugeridas nas suas turmas.



Você pode compartilhar suas experiências e tirar suas dúvidas através dos seguintes meios:

Portal Memotur:

<https://memotur.com.br/>

Instagram: @projetomemotur

Facebook: Projeto Memotur

E-mail: [contato@memotur.com.br](mailto:contato@memotur.com.br)

### Por que sugerimos este trabalho?

Como todas as professoras e professores sabem, atividades educativas extracurriculares têm o poder de motivar alunos, despertando sua curiosidade e interesse, gerando engajamento e até mesmo melhoras reais em índices como nota, frequência e comportamento. Também sabemos que esse tipo de atividade demanda tempo e muitas vezes verba que os professores não podem – e nem devem – arcar. No entanto, existem ONGs, agências de fomento à educação, e até mesmo editais dos próprios órgãos públicos de educação que muitas vezes podem contribuir para a realização desse tipo de ação.

No livro “Do Alimento ao Paladar – Escola de Sabores” simulamos exatamente um projeto desses, onde professoras e a diretora da escola se uniram para

# Capítulo 4



## ATIVIDADE FINAL VOLTADA AO PROFESSOR

escrever e submeter a um edital um projeto, que certamente seria muito custoso para realizarem sozinhas.

Embora esse seja um projeto ficcional, a possibilidade de você criar e trazer para sua escola seu próprio projeto, com apoio financeiro e tudo, é bastante real. A seguir, trataremos de alguns pontos que podem te ajudar nessa empreitada.

### Primeiro passo: trabalhe em equipe

Como já diriam nossas mães, avós e bisavós, “Uma andorinha só não faz verão”. Trabalhar sozinha(o) num projeto não é viável.

Em primeiro lugar, o acúmulo de tarefas, pesquisas e processos que você precisará fazer (além de textos a produzir), certamente vai te sobrecarregar e desmotivar.

Em segundo lugar, muitos conhecimentos que você precisaria parar para pesquisar durante a composição do seu projeto pode já ser de domínio de algum dos seus colegas.

E, por fim, conversar sobre dificuldades e conquistas de etapas com um time de trabalho ajuda a renovar os ânimos e continuar segundo em frente, por isso...

### Monte um grupo de trabalho

Procure colegas motivados na sua escola, não apenas entre o corpo de professores, mas entre todos os profissionais da sua escola, que realmente se empolguem com a ideia de trazer algo diferente para agitar a escola. Não precisa ser uma “orquestra sinfônica” de 50 pessoas, uma “bandinha de rock” com 3 ou 4 já é o suficiente para começar.

Conversem sobre as ideias que têm em comum, sobre as capacidades de contribuição de cada pessoa envolvida, sobre as capacidades técnicas que podem trazer para compor o projeto (quem é melhor em pesquisas, quem é antenado com a internet e pode buscar os editais de fomento, quem prefere escrever os textos, quem é fera em sistematizar tarefas para montar um cronograma, etc.). Identifique essas capacidades e não tenha medo de...

### Chamar agregados

O sobrinho de uma colega é formado em administração e sabe montar cronogramas e orçamentos? Peça ajuda a ele em tarefas específicas! Uma professora conhecida de outra escola já conseguiu realizar um projeto desse tipo? Peça dicas!



# Capítulo 4



## ATIVIDADE FINAL VOLTADA AO PROFESSOR

### Segundo passo: ideia não é projeto

Após conversar com seu grupo de trabalho sobre as ideias que gostariam de trazer para escola, está na hora de botar a ideia selecionada na ponta do lápis e organizá-la em forma de projeto.

A maioria dos editais já traz o formato do projeto que você precisa submeter, mais algumas sessões são comuns a praticamente todos os editais.

Vamos listar essas seções aqui abaixo, e você pode treinar pensando em um projeto fictício, como sugerimos no início deste capítulo:

#### 1. RESUMO

Uma explicação breve de 2 ou 3 parágrafos sobre o tema do projeto, os principais objetivos, e o que se espera ser alcançado em termos de resultado. Deixe essa parte para escrever por último, quando já tiver com o projeto todo pronto.

#### 2. APRESENTAÇÃO

Apresente a escola onde o projeto será executado, o time de trabalho, o tema que esse projeto pretende explorar, o público-alvo do projeto (turmas, faixa etária, se também haverá atividades voltadas para os responsáveis, etc.).

#### 3. JUSTIFICATIVA

Por que você acha importante trazer esse projeto para sua escola? Apresente dados relevantes ao conhecimento (ou à falta de conhecimento) sobre o tema. Faça uma conexão entre a importância do tema e a realidade dos alunos da sua escola e como você acha que um envolvimento maior com esse tema irá melhorar a vida ou o rendimento escolar do seu público-alvo.

#### 4. OBJETIVOS

O Objetivo geral é o que você pretende alcançar com o projeto como um todo (por exemplo, melhorar significativamente a forma como os alunos compreendem seus hábitos alimentares).

Os objetivos específicos são objetivos mensuráveis que você pretende desenvolver para alcançar o objetivo geral, por exemplo:

Objetivo específico 1 – Realizar X Palestras

Objetivo específico 2 – Organizar 1 peça teatral com X alunos

Objetivo específico 3 – Realizar um evento para alunos e responsáveis com oficinas e palestras

#### 5. METAS

Como você pretende mensurar os resultados alcançados pelo seu projeto? Um aumento no rendimento escolar? Uma di-

# Capítulo 4



## ATIVIDADE FINAL VOLTADA AO PROFESSOR

minuição no número de faltas? Uma quantidade X de depoimentos dos alunos sobre o que aprenderam durante o projeto?

### 6. CRONOGRAMA

**Pré-produção:** Quais atividades você precisa preparar antes do projeto começar? Pesquisar colaboradores, montar planos de aula, agendar o auditório para as datas que serão utilizadas, etc.

**Execução:** Agora está na hora de você pensar sobre cada uma das ações que você propôs nos objetivos gerais e estipular um prazo REAL E EXECUTÁVEL para cada uma delas. O cronograma pode ser medido em dias, semanas, ou até meses, conforme a duração total do seu projeto.

**Pós-Produção:** De quanto tempo você vai precisar para mensurar os resultados, recolher documentos, fotos e dados para seu relatório final?

### 7. ORÇAMENTO

De quanto dinheiro você vai precisar para executar as tarefas do cronograma? Pense também em material de escritório, material para decoração de eventos, confecção de prêmios, logísticas com transporte, alimentação e possíveis encargos tributários.

### OBSERVAÇÃO GERAL:

O cronograma e o orçamento são as partes do projeto que mais precisam corresponder a uma realidade de planejamento que nem sempre é tão familiar aos professores, por isso não tenha medo de pedir para alguém com esse tipo de conhecimento dar uma olhada final no seu projeto, para garantir que você não vai acabar tendo falta de prazo ou de dinheiro para cumprir o que foi proposto.

Se o edital permitir a contratação de um contador ou tesoureiro para garantir a organização correta dos comprovantes dos seus gastos, faça essa contratação! É menos um problema no final, na hora da prestação de contas.

### Terceiro passo: Consiga a Grana!

Fique de olho nos editais para projetos em que o seu possa se encaixar! Além das secretarias municipais e estaduais de educação, também existem empresas, institutos e ONGs que costumam fomentar projetos de educação em escolas.

A seguir apresentamos uma pequena lista, mas não deixe de procurar também na sua região:

# Capítulo 4



## ATIVIDADE FINAL VOLTADA AO PROFESSOR

### LISTA DE INSTITUIÇÕES QUE PUBLICAM EDITAIS DE APOIO A PROJETOS EDUCATIVOS

- ◇ Ministério da Educação.
- ◇ Secretarias Estaduais e Municipais de Educação.
- ◇ Petrobras.
- ◇ BNDES.
- ◇ Instituto Ecofuturo.
- ◇ Instituto Natura.
- ◇ Fundação Carlos Chagas.

### Quarto passo: Parcerias – nem tudo é dinheiro!

Nem sempre você precisa de um projeto grande para trazer ações educativas para sua escola e motivar os alunos.

Aqui estão alguns tipos de parceria que você pode procurar na sua região:

- ◇ Museus que tenham programas educativos.
- ◇ Universidades próximas à sua escola com projetos educativos.
- ◇ Contadores de história.
- ◇ Trupes de teatro infantil ou circo que se apresentem em escolas ou praças públicas.
- ◇ Bibliotecas com programação especial para turmas escolares.

- ◇ Profissionais para palestras sobre alimentação, saúde, cultura, diversidade, economia familiar, etc.
- ◇ Ex-alunos da escola.

### Considerações finais

Agradecemos o seu interesse em nosso material pedagógico. Esperamos que o conteúdo apresentado nessa cartilha inspire ações e debates junto aos seus alunos e até mesmo colegas de profissão!

Não se esqueça de compartilhar conosco suas considerações, dúvidas e experiências através das nossas mídias sociais ou pelo contato no site Memotur. Lembramos que o projeto está em constante aperfeiçoamento e por isso suas sugestões são muito bem-vindas!

Portal Memotur:

<https://memotur.com.br/>

Instagram: @projetomemotur

Facebook: Projeto Memotur

E-mail: [contato@memotur.com.br](mailto:contato@memotur.com.br)

UM ABRAÇO E  
BOAS AULAS!

## Financiamento



## Apoio

