

NEWSLETTER

JANEIRO 2025 – JUNHO 2025

3º e 4º anos de escolaridade



O MUN-SI é um programa de **promoção de saúde infantil** desenvolvido com base nas políticas locais, que pretende oferecer uma resposta interventiva à **problemática da malnutrição infantil** (baixo peso e obesidade).

No ano letivo 2024/2025 atuámos em **2** municípios, **11** escolas, **35** turmas e **783** crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico.

SAIBA MAIS!

<https://www.ceidss.com/pt/mun-si/>

MUN-SI CASCAIS

Foi abordada a temática “Uma aventura pelo Reino Vegetal” no **1º ano**, a temática “Lanches Vencedores” no **2º ano**, a temática “Vem conhecer a tua sopa!” no **3º ano** e a temática “O outro lado dos Alimentos” no **4º ano**.

32,0%



das crianças apresentaram **excesso de peso** (incluindo obesidade), n=77

30,5%



dos Encarregados de Educação referem estar **preocupados com o estado nutricional dos educandos**, (n=40, N=131)

+8,5%



evolução média da **avaliação dos conhecimentos** entre os momentos inicial e final de avaliação

MUN-SI OEIRAS

Foi abordada a temática “Desperdício Alimentar” no **3º ano** e **4º ano**. O principal objetivo foi sensibilizar e promover a literacia relativamente à temática do desperdício alimentar.



204,7 KG

de sopa foram desperdiçados

o que equivale a

1327

sopas desperdiçadas



267,9 KG

de alimentos do prato principal foram desperdiçados

o que equivale a

1733

pratos desperdiçados

valores estimados para 5200 refeições de acordo com os dados obtidos

+7,4%



evolução média da **avaliação dos conhecimentos** sobre o desperdício alimentar entre os momentos inicial e final de avaliação

3840€

foram desperdiçados

Mais resultados aqui

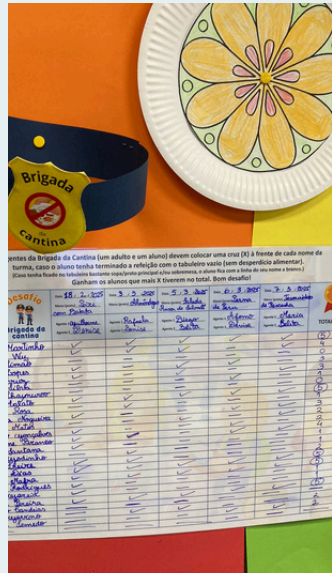
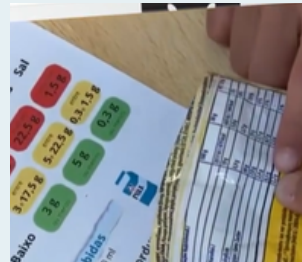
Factsheet
Oeiras

Factsheet
Cascais



CASCAIS

Nas turmas do **1º ano** foi realizada a leitura de uma história sobre os benefícios dos hortofrutícolas. No **2º ano**, foi lançado o desafio “Os melhores lanches são na minha turma!”. No **3º ano** foram realizadas as atividades práticas “Constrói a tua sopa” e “Constrói o teu prato mediterrânico”. No **4º ano** foi lançado o desafio “Brigada da cantina” para verificar e registar o desperdício alimentar do almoço. Em todos os anos foi realizada também uma sessão de showcooking.

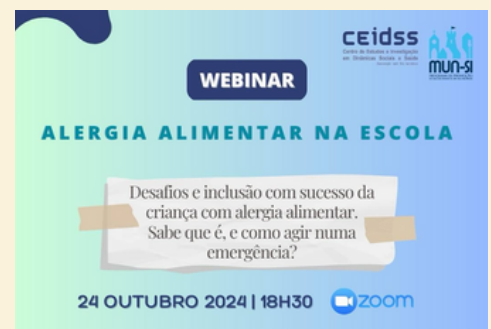


OEIRAS

A 1ª sessão realizada em cada turma foi “Vamos aprender sobre o desperdício alimentar!” em que foi lançado o atividade desafio “Brigada da Cantina“ e a 2ª sessão foi “Vamos combater o desperdício alimentar!”. Foi **avaliado o desperdício alimentar** no momento da refeição escolar e foi realizada uma **formação aos Assistentes Operacionais** que supervisionam o momento das refeições escolares para promoverem a redução do desperdício alimentar através de estratégias de incentivo positivo e comunicação empática.

WEBINAR

Este ano letivo foi realizado o webinar “**Alergia alimentar na escola**“ que pretendeu orientar os Professores e Encarregados de Educação para identificar e agir em situações relacionadas com a alergia alimentar, promovendo a segurança e o bem-estar das crianças com esta condição.



REDES SOCIAIS

Continuamos a atualizar semanalmente as Redes Sociais do MUN-SI com conteúdos sobre nutrição infantil baseados na evidência científica mais atual.



@munsi_saudeinfantil



Programa Mun-si



@programamunsi