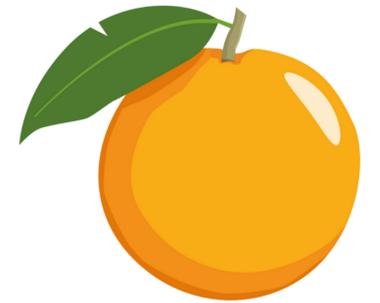


VAMOS APROVEITAR AO MÁXIMO A FRUTA

Sabia que a fruta é um dos alimentos mais frequentemente deitados fora nos refeitórios das escolas? Muitas vezes, isto acontece porque as crianças e alunos não cortam a fruta corretamente e acabam por deitar fora as partes comestíveis. Aqui encontrará instruções claras sobre como cortar facilmente maçãs, peras, laranjas e kiwis para os aproveitar ao máximo.



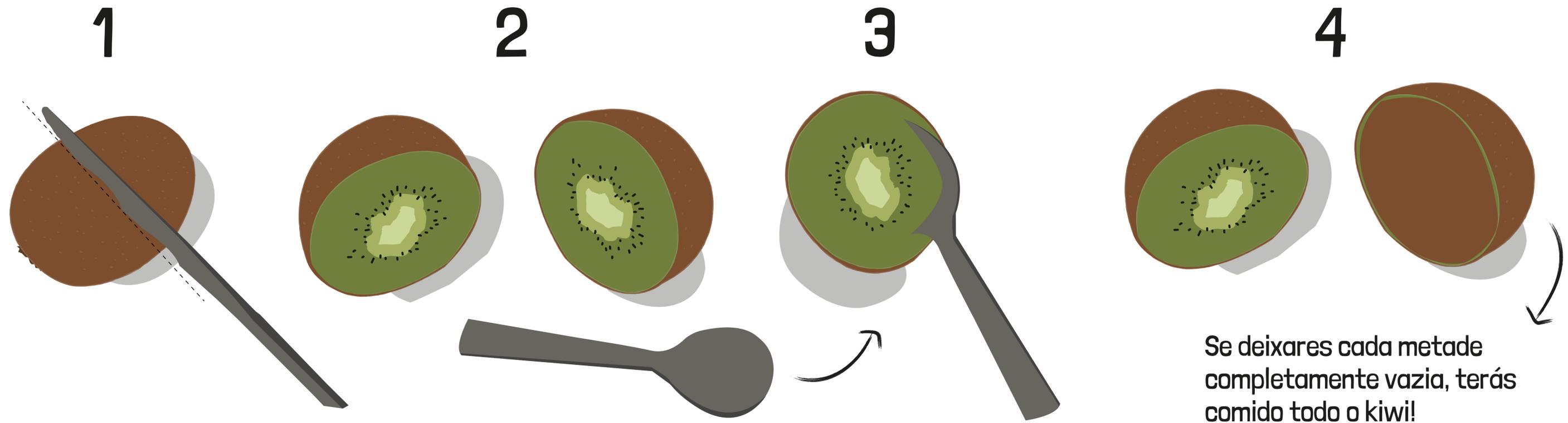
OBJETIVO

- Evitar o desperdício de fruta, que se deve em parte ao facto de as crianças e alunos não saberem cortá-la corretamente.
- Ensinar formas fáceis de cortar e/ou descascar fruta.
- Explicar de forma clara e visual como cortar uma peça de fruta para a aproveitar ao máximo.

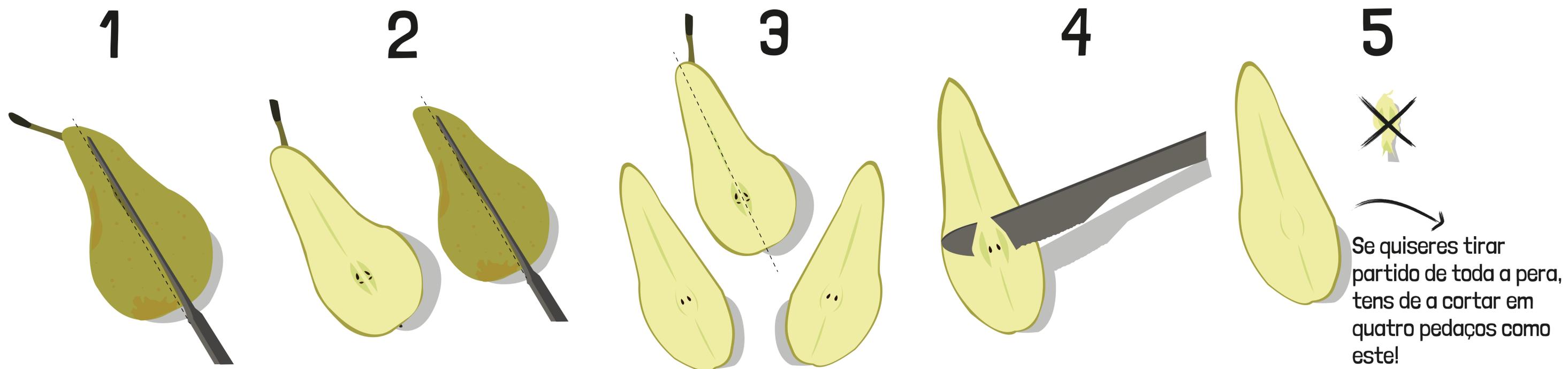
COMO UTILIZAR?

- Coloque as infografias de forma a serem visíveis de todas as mesas. Podem ser penduradas no teto, nas paredes ou colocadas em cima das mesas.
- Se o centro educativo não tiver espaço para pendurar o material gráfico, podem ser procuradas formas alternativas de transmitir a informação às crianças e alunos, como por exemplo, fazer com que os educadores a expliquem de mesa em mesa, ou que os alunos a expliquem aos colegas.
- No caso da maçã, é possível oferecer um cortador de frutas como recurso para ajudar as crianças e alunos a cortá-la.

COMO COMER UM KIWI EM 4 PASSOS

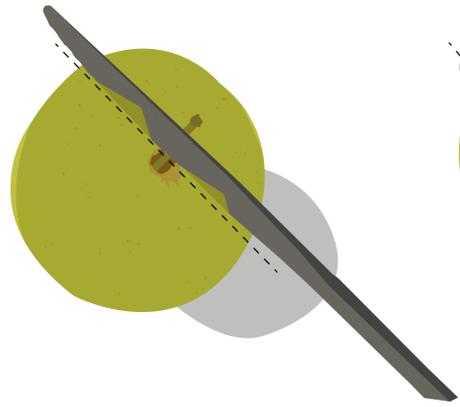


COMO COMER UMA PERA EM 5 PASSOS

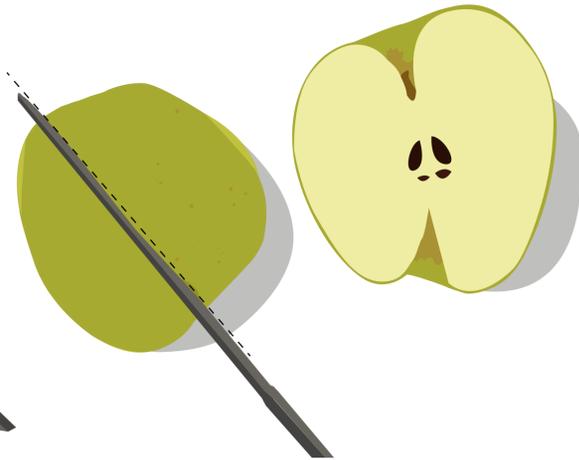


COMO COMER UMA MAÇÃ EM 5 PASSOS

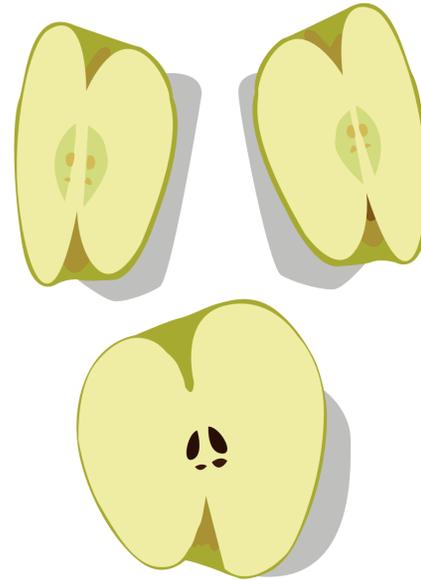
1



2



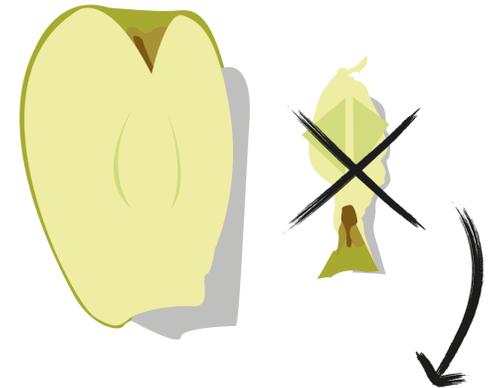
3



4



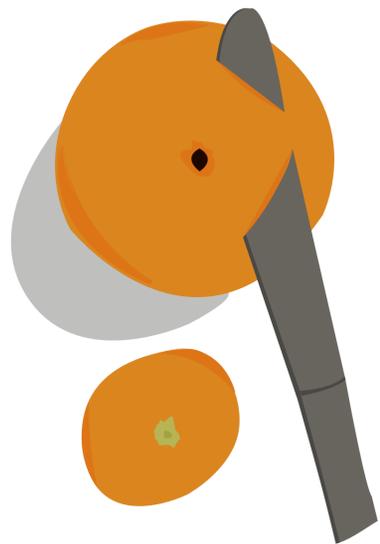
5



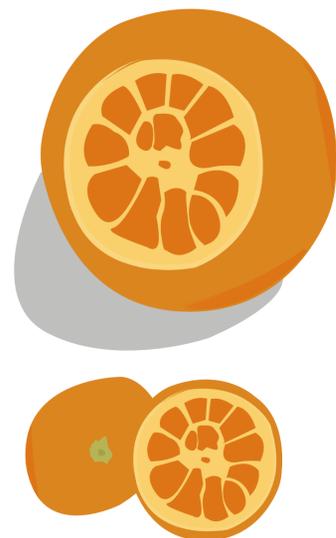
Todos temos de comer a maçã inteira, e é só isso que deve restar!

COMO COMER UMA LARANJA EM 5 PASSOS

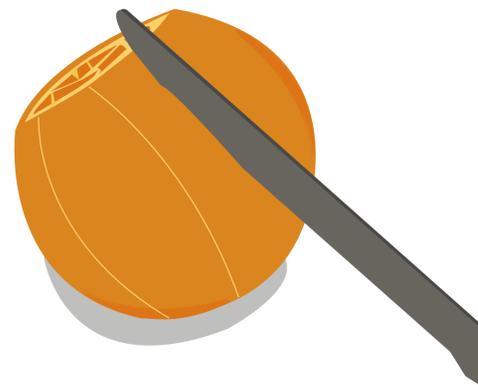
1



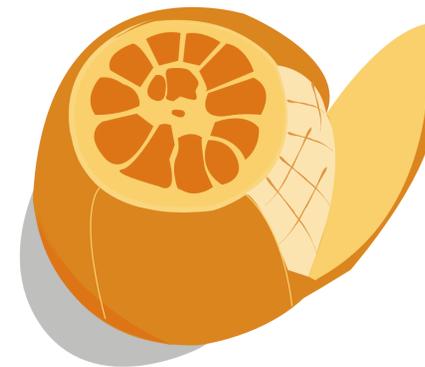
2



3



4

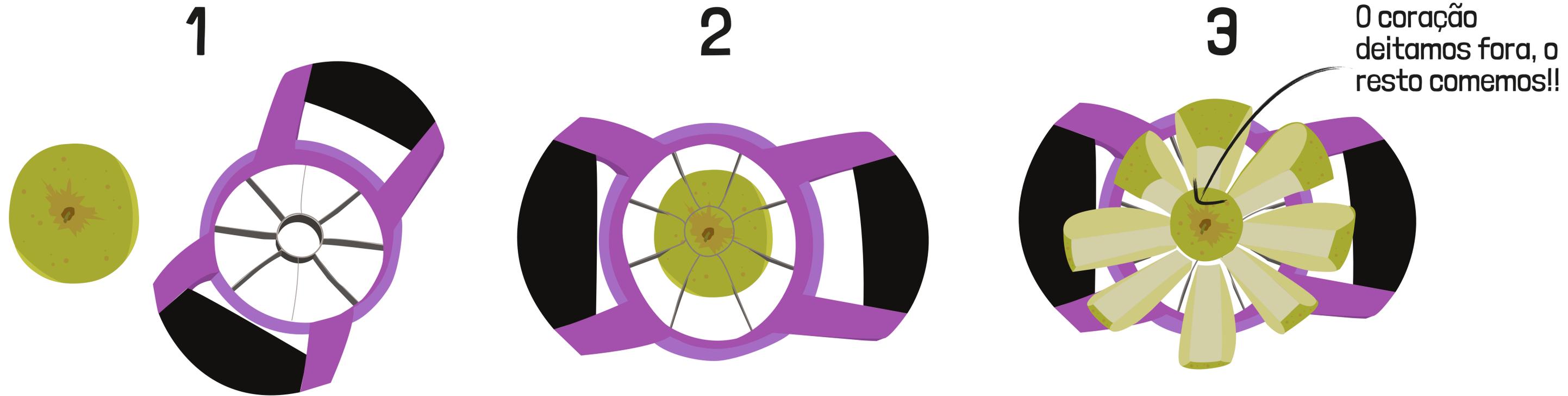


5



Tira a casca e coma a laranja sem perigo!

COMO UTILIZAR UM CORTADOR DE FRUTA



**ESCOLAS
CONTRA O
DESPERDÍCIO
ALIMENTAR**

**#FoodWaste
#EWWR2024**