

## HORTA BIOLÓGICA DO CSF

Ao longo do mês de Outubro, desenvolvemos atividades com as várias salas do pré-escolar, na horta pedagógica existente na Quinta do Leonel. Em conjunto com o ateliê de agricultura biológica, do projeto Avós em Companhia, as crianças puderam semear e plantar um conjunto de legumes, desde cenouras, nabos, alfaces, salsa, entre outros. O Avô Mário acompanhou as salas, desde o momento de preparação do espaço, até ao momento de semear, plantar e regar. Esta atividade é desenvolvida no âmbito do Eco-escolas, em que os principais objetivos são aproximar as crianças do CSF da agricultura e de todo o processo de crescimento das plantas e legumes, bem como envolver a Comunidade, através de programas de voluntariado com alguns avós.



## ATELIÊ SOLIDÁRIO



O ateliê de costura do projeto Avós em Companhia foi alargado no seu campo de ação e na sua realização. Neste momento, para além de juntarmos os avós voluntários às terças-feiras, juntamo-nos também às quartas e sextas-feiras. Fazemos atividades de reutilização de materiais, de forma a que se utilizem para posteriores angariações de fundos ou mesmo doações às Famílias com Alma. Já desenvolvemos saquinhos de chá colhidos na horta pedagógica da Quinta de Santa Marta e pequenos embrulhos de cheiro.



## NOTÍCIAS E INFORMAÇÕES

- **O consumo de peixe em Portugal é dos mais prejudiciais do planeta.** A pegada ecológica é de 4,5 hectares por pessoa, mas o país só tem 1,3 hectares produtivos *per capita*.
- **Portugal tem dois meses para corrigir lacunas na transposição da diretiva de eficiência energética.** A Comissão Europeia detetou falhas na transposição para a legislação nacional da diretiva relativa à eficiência energética (2012/27/EU).
- O último relatório da Agência Internacional de Investigação do Cancro (IARC) da **Organização Mundial da Saúde gerou algum alarme e polémica em torno do consumo de carne vermelha e carne processada**, como salsichas, enlatados ou mesmo a charcutaria. Contudo, apesar do IARC ter classificado estes alimentos com «carcinogénicos humanos», veio agora esclarecer que não «pede às pessoas para parar de comer carne processada, mas indica que a redução do consumo destes produtos pode reduzir o risco de cancro colorretal». Não se trata, portanto, de deixar de comer estes alimentos, mas sim moderar o consumo dos mesmos.

Fonte: Ambienteonline, Público e Observador

## SUGESTÃO DO MÊS

O **Jardim Botânico da Ajuda** é um dos locais mais bonitos para um passeio em família. Para além de uma boa opção para um São Martinho em família, repleto de boas paisagens e de natureza, o jardim não deixa de ser um lugar cheio de interesse e história. A entrada é gratuita a crianças até 7 anos. Aos fins-de-semana, os adultos pagam um bilhete de 1,5€, já estudantes e maiores de 65 anos, apenas 0,75€.



Horário: Inverno - 1 de Outubro a 31 de Março, das 9h às 18h

## GERAÇÃO DEPOSITÃO

Tal como no ano letivo passado, o Centro Sagrada Família faz parte do projeto Geração Depositão, tendo como objetivo sensibilizar as crianças, pais e toda a comunidade para a deposição correta dos REEE e pilhas em fim de vida, passando o centro a funcionar como ponto de recolha na sua zona envolvente.

O contentor encontra-se junto à portaria, em frente ao armazém da roupa.



## DATAS COMEMORATIVAS

Dia Mundial do Veganismo: 1 de novembro

Dia Europeu da Alimentação e da Cozinha Saudáveis: 8 de novembro

Dia Mundial da Ciência pela Paz e pelo Desenvolvimento: 10 de novembro