

CAPA

COMIDA NA ESCOLA

SERÁ QUE VOCÊ TEM ATITUDE e DIREITO?

Elaborado pelos conselheiros do CAE/ES
Nutricionista - Lucélia Silva Costa
Professor - Julio César Santos

Pg1

ATITUDE qual é a sua?

Maluco	Indefinível	Animado	Amigo	Da hora
Ousado	Romântico	Intelectual	Decidido	Da lua
Radical	Estudioso	Esportivo	Amistoso	Do dia
Preguiçoso	Moderno	Nervoso	Imprevisível	Caseiro
Guloso	Equilibrado	Tímido	Elegante	Prestativo
Brincalhão	Agitado	Dark	Rock	Sertanejo
Punk	Tattoo	Hip-hop	Heavy metal	Prevenido
Herói	Dançante	Trance	Eletrônico	Da rua
Clássico	Independente	Tradicional	Ausente	Da noite
Confidente	Perfeccionista	Popular	Atraente	Da paz

**Cada um é cada um, Mas se o Lanche da Escola não é Bom,
Gostoso e Nutritivo, tome uma ATITUDE você tem o DIREITO
de reclamar!**

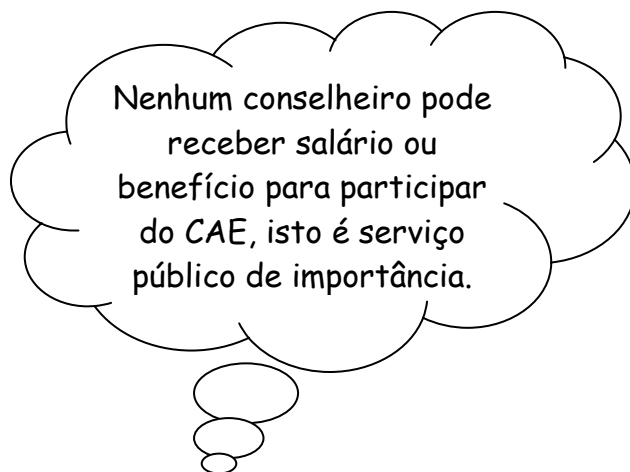
**Para Isso Existe o CAE
(Conselho de Alimentação Escolar).
PÊ...PERA, AÍ? QUE BICHO É ESSE?**

O CAE é um colegiado (reunião de um grupo de representantes de diversos segmentos da comunidade, no caso, os pais, os professores, governo e outros, como por exemplo, nutricionistas) que fiscaliza, auxilia e decide sobre como aproveitar melhor o Programa de Alimentação Escolar - PNAE.

O CAE é muito importante para o ALUNO, porque:

- 1 - Os conselheiros vão às escolas saber se os alunos estão merendando ou não, se a merenda é boa, nutritiva e se agrada à maioria dos alunos (85%);
- 2 - Se a escola está recebendo o dinheiro e se estão comprando de verdade os produtos da merenda;
- 3 - Cuidam da qualidade dos alimentos desde a compra até chegar às mãos dos alunos;
- 4 - Se os alunos recebem alimentação de boa qualidade, em quantidade suficiente e que se respeitem os hábitos culturais regionais;
- 5 - Se a escola obedece ao cardápio feito e assinado pela nutricionista, se falta algum produto para fazer a merenda ou se as merendeiras estão faltando ao trabalho e se usam o uniforme (avental, touca, sapato fechado);
- 6 - Fiscalizam se o cardápio respeita os hábitos alimentares de cada localidade e etnia, identidade da agricultura local e se oferecem para os alunos 70% dos produtos naturais (sem processamento industrial), ou semi-elaborados (como arroz, óleo, farinhas, etc.);
- 7 - Aprova as contas, para o Estado/Municípios continuarem a receber o dinheiro do FNDE, que é o órgão Federal que manda o dinheiro para merenda.

O trabalho do CAE é chamado de controle ou participação social, porque é feito por CIDADÃOS que moram perto e sabem das necessidades e hábitos do lugar e identificam os problemas mais rápido. Além disso, contribui para evitar a CORRUPÇÃO, DESVIO de VERBA e dá transparência na aplicação do dinheiro.



AGORA, VOCÊ JÁ SABE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR É COISA SÉRIA E NÃO É QUALQUER COISA.

Pg3

É LEGAL SABER AS REGRAS DO PNAE

O PNAE é o programa que tem como objetivo de garantir, no mínimo, uma refeição diária adequada aos alunos matriculados da rede pública, durante o ano letivo.

O FNDE (Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação) é responsável por várias etapas na aplicação do programa, entre elas mandar o dinheiro para as Entidades Executoras (EE) - Estados e Municípios.

Os BENEFICIADOS - São TODOS os alunos da Educação Infantil, Ensino Fundamental e Médio das escolas públicas Estaduais e Municipais.

E, ENTÃO FUNCIONA ASSIM:

FNDE - Manda dinheiro para Entidade Executora - Estado e Municípios. Os valores são repassados conforme o número de alunos de cada escola.

Entidade Executora - Recebe e complementa o dinheiro que o FNDE mandou, e realiza o programa: elaborando os cardápios, contratando merendeiras, repassando o dinheiro para as escolas, onde os Diretores compram os produtos, mas a merendeira precisa obedecer ao cardápio que a nutricionista fez.

Os Alunos - São os **PERSONAGENS** principais de todo esse processo. A Alimentação Escolar foi criada pensando em VOCÊ de diversas formas entre elas:

😊 Melhorar o desempenho escolar - notas boas fazem bem para a cabeça e para o EGO.

😊 Não deixar que VOCÊ desanime de estudar ou repita o ano letivo - Isso não é LEGAL.

😊 Cultivar hábitos alimentares conscientes; Ficar em forma, saudável e inteligente.

😊 Formar cidadãos - Opa! Esse DIREITO é meu!

SAIBA MAIS:

- Se você tiver algum tipo de alergia alimentar como doença celíaca, diabetes, pressão alta e outras restrições ligadas à alimentação, é só trazer o laudo do seu médico e VOCÊ tem DIREITO a alimentação escolar adequada e sem discriminação.
- Ah! Também, garante a comida que respeita os hábitos alimentares tradicionais e práticas culturais próprias dos povos indígenas e quilombolas. Não é bacana?

LIGUE-SE NISTO:

No final do ano letivo, as escolas informam a Entidade Executora o número dos alunos matriculados para o próximo ano letivo, esse número é passado para o FNDE que mandará o dinheiro para a Alimentação Escolar do próximo ano.

ENTÃO, ME RESPONDA ESSA...

Os alimentos oferecidos na Escola têm que atrair VOCÊ e a maioria dos colegas. Já conversou na sua Escola?

Toda vez que você não merenda para onde vai esse dinheiro? Desperdiça.

Já fez alguma sugestão para o cardápio? Claro, dentro do que é saudável.

Se a Alimentação oferecida na escola não é aceita pelos alunos, o DIREITO é violado. VIOLAÇÃO de DIREITO é coisa SÉRIA. Não pode acontecer!

ENTÃO TENHA ATITUDE

DIREITO é DIREITO e NINGUÉM pode TIRAR.

COMIDA SAUDÁVEL...

Parece até uma gíria, todo mundo repete a mesma coisa ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, que saco. Mas, você sabe o que é?

Alimentação é importante porque, comer é muito bom. Se comermos mal ou ingerirmos muita porcaria o corpo reclama: engordamos, ficamos cansados, surge uma preguiça louca, aparecem espinhas e por fim podem até aparecer as tais das DCNTs - Doenças Crônicas Não Transmissíveis (diabetes, pressão alta, osteoporose = osso fraco, absenteísmo = esquecimento momentâneo, etc.), ou seja, doenças que adquirimos quando comemos errado. Aparecem quando não fazemos boas escolhas; e, aí vem à insistência da alimentação saudável. É COISA MUITO SIMPLES, quer ver?

Regras básicas:

- ❖ Comer legumes, verduras, arroz, feijão e algum tipo de proteína (frango, carne, ovos ou peixe) é a maneira mais saudável de se alimentar. Sem fome, você aprende mais e não come besteiras toda hora;
- ❖ Açúcar vicia e rouba o cálcio dos ossos (quanto mais come mais vontade). Evite doce em excesso, seus ossos agradecem. E trocar por uma fruta é mais saudável;
- ❖ Evite comer frituras e sanduíches todos os dias;
- ❖ Fique ligado na escolha do seu lanche na escola todos os dias. Refrigerantes, coxinhas, balas, sorvetes, podem fazer mal para o seu estômago e muito bem para as gordurinhas, que vão aumentar. Experimente lanches mais inteligentes como saladas de frutas, sucos, salgados assados, etc.;
- ❖ Beba ÁGUA, é um alimento essencial para hidratar e transportar os nutrientes;
- ❖ Ops! Não fuja da Educação Física, ajuda a deixar o corpo mais saudável.

**Alimentação SAUDÁVEL não é MICO.
É saúde e ATITUDE INTELIGENTE!!!**

CASO SEUS DIREITOS NÃO ESTEJAM SENDO RESPEITADOS E PROTEGIDOS FALEM COM:

A ESCOLA: Professora, Coordenadora, quem faz a compra, etc.

CASO NÃO TENHA RESPOSTA ÀS SUAS QUEIXAS FALE COM O CAE (CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR)

Endereço: Avenida Cezar Hilal, nº 1.111, sala 322 - Praia do Suá, Vitória - ES.

Telefone: (27) 3137 4322.