

Plano de Sessão 3: Desperdício Alimentar no Setor do Ensino e Formação Profissional - Estratégia de Monitorização

Público-alvo

Formadores EFP

Meta

O objetivo deste Plano de Sessão é instruir os participantes sobre a importância de **monitorizar os nossos resíduos**. Uma vez concluída esta etapa, pretende-se também sensibilizar para as questões ambientais, económicas e sociais associadas ao desperdício alimentar e incentivar a reflexão crítica sobre a situação local relativamente ao tópico do desperdício alimentar - mais especificamente relacionada com a sua vida quotidiana: ou seja, escolas, locais de trabalho, locais públicos que frequentam.

Objetivos

Após a conclusão deste Módulo, os formandos deverão ser capazes de:

- Abordar de forma concreta e sensibilizar outros para a quantidade de alimentos desperdiçados a nível individual e/ou comunitário;
- Aplicar e monitorizar um mecanismo de fiscalização na escola/no local de trabalho.

Contexto teórico

Uma fiscalização dos resíduos alimentares é o processo de identificação dos tipos e quantidades de artigos presentes na totalidade de resíduos produzidos, com o objetivo de planejar sistemas de gestão de resíduos adequados. A fiscalização inclui normalmente um projeto no local para recolher, medir e registar dados sobre os resíduos alimentares.

Detalhes do plano de sessão

Título do plano de sessão	Situações de Risco associadas ao fluxo de desperdício alimentar
Competências do século XXI	<ul style="list-style-type: none">● Colaboração● Comunicação● Criatividade● Pensamento crítico
Duração	Total: 120 minutos Atividade 1: 120 minutos
Configuração da sala de aula	<ul style="list-style-type: none">● Todos juntos X● Em grupos X● A pares● Individualmente X (Cenário)
Material/recursos necessários	Atividade 1: <ul style="list-style-type: none">● Presencial: Flipcharts, canetas/marcadores● Online: Acesso a uma plataforma de brainstorming, como o Mural, o Mentimeter, etc. Cenário 1: <ul style="list-style-type: none">● Presencial: Cenário impresso e opções de escolha● Online: apresentação e/ou documento com o cenário e as opções de escolha

Pré-requisitos	<p>Pré-requisitos ou conhecimentos prévios que os alunos devem possuir antes de participar na sessão:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Conhecer os conceitos-chave do contexto teórico.
Recursos adicionais	<p>EU. (2019). Recommendation for Actions for Food Waste Prevention, available at: https://food.ec.europa.eu/system/files/2021-05/fs_eu_actions_action_platform_key-rcmnd_en.pdf</p> <p>Elnakib, S. A., Quick, V., Mendez, M., Downs, S., Wackowski, O. A., & Robson, M. G. (2021). Food waste in schools: a pre-/post-test study design examining the impact of a food service training intervention to reduce food waste. <i>International journal of environmental research and public health</i>, 18(12), 6389.</p> <p>Purdue University - College of Agriculture website, Food Waste Curriculum. Available at: https://ag.purdue.edu/department/extension/nature/food-waste.html</p>
Referências	<p>Practice Greenhealth website, Conduct a waste audit and track progress, accessible at: https://practicegreenhealth.org/topics/food/conduct-waste-audit-and-track-progress</p> <p>Wilkie, A. C., Graunke, R. E., & Cornejo, C. (2015). Food waste auditing at three Florida schools. <i>Sustainability</i>, 7(2), 1370-1387.</p> <p>Leanpath, How to conduct a food waste audit, available at: http://www.leanpath.com/wp-content/uploads/2018/10/whitepaper-waste_audit.pdf</p> <p>EPA - United States Environmental Protection Agency. (2017). A Guide to Conducting Student Food Waste Audits: A Resource for Schools, available at: https://www.epa.gov/sustainable-management-food/guide-conducting-student-food-waste-audits-resource-schools</p>

Plano de sessão para Atividades e Cenários

Atividade 1. Criar um mecanismo de fiscalização no seu ambiente quotidiano

Visão geral: Esta atividade consiste na criação de um mecanismo de fiscalização dos resíduos alimentares. O que é o mecanismo de fiscalização? São uma forma rápida de saber que tipos de alimentos não são consumidos pelos alunos num determinado ambiente da sua vida quotidiana. Os dados obtidos através de uma fiscalização podem ajudar os diretores das escolas e os alunos a desenvolver estratégias específicas para reduzir o desperdício de alimentos. Mais importante ainda, as

fiscalizações identificam as razões pelas quais os alunos descartam determinados alimentos, o que pode ajudar as escolas a desenvolver estratégias para incentivar os alunos a ingerirem as suas refeições nutritivas.

Objetivos:

- Dar aos participantes as ferramentas e os conhecimentos necessários para participarem na criação de um mecanismo de fiscalização alimentar;
- Sensibilizar os participantes para a forma como os alimentos são desperdiçados, tanto em geral como nas suas vidas quotidianas;
- Iniciar uma reflexão sobre o que comemos e o que descartamos, com o objetivo de compreender causas destas decisões.

Duração: 90 minutos

Local: online/presencial

Número de participantes: até 20 (adaptável)

Materiais necessários:

- Presencial: Flipcharts, canetas/marcadores
- Online: Acesso a uma plataforma de brainstorming, como o Mural, o Mentimeter, etc.

Instruções

Fase 1: Fase de pré-fiscalização (esta fase não está compreendida no período de atividade)

- **Crie um Comité de fiscalização** interno na sua escola/ambiente de trabalho: é sugerido que envolva diferentes categorias, tais como estudantes, um administrador escolar, um representante da área de nutrição, um ou dois professores e um membro da organização de pais e professores. O envolvimento dos professores é importante se a fiscalização estiver ligada a objetivos curriculares, como a matemática básica.
- **Funções e Responsabilidades:** Defina claramente as funções dos elementos responsáveis pela monitorização dos resíduos, recolha de dados e elaboração de relatórios.
- **Controlos de Conformidade:** Assegurar que o processo de fiscalização está em conformidade com os regulamentos ambientais e de saúde relevantes.
- **Criar uma estratégia de fiscalização**, uma estrutura sugerida pode ser a seguinte:
 - a) *Defina os parâmetros.* Por exemplo, dependendo do contexto, os parâmetros podem incluir resíduos de cozinha, resíduos de pratos de cafetaria, resíduos de pratos de doentes e catering. Inclua todas as áreas relevantes, tais como cafetarias, cozinhas e quaisquer outras áreas de serviço alimentar. Tipos de resíduos: Identificar os tipos de resíduos que serão monitorizados (por exemplo, resíduos de preparação, restos de comida, resíduos de pratos

não consumidos).

b) *Defina um período de tempo.* Os períodos típicos de recolha de dados são um dia, três dias ou sete dias. A definição de um período de tempo mais longo permite obter dados mais exatos. Decida a duração e a frequência das fiscalizações, por exemplo, diariamente durante uma semana por mês ou num período específico que forneça dados significativos.

c) *Desenvolva métodos de recolha de dados:*

- **Locais de pesagem:** Instalar estações de pesagem com balanças digitais em locais-chave onde são gerados resíduos (por exemplo, áreas de preparação da cozinha, locais de devolução de pratos);

- **Registos de resíduos:** Crie folhas de registo simples ou formulários digitais para registar o tipo e a quantidade de resíduos, as razões pelas quais os resíduos foram descartados e a hora do dia (pode ver um exemplo abaixo);

- **Observação e inquéritos:** Utilizar métodos de observação e inquéritos para recolher dados qualitativos sobre as causas do desperdício (por exemplo, qualidade dos alimentos, tamanho das porções, preferências dos alunos, etc.);

- **Calcular os dados totais.**

Pode utilizar a seguinte folha de registo de resíduos para acompanhar os resultados da sua fiscalização:¹

Categoria de alimentos	Quantidade	Causa do desperdício	Comestível vs não comestível	Destino
Ex: sopa, produtos crus, produtos secos, carnes brancas	Ex: 20 gramas	EX: sobreprodução, deterioração, desperdício de pratos	(Tem como objetivo determinar a possibilidade de doação)	Ex: compostagem, aterro, doação

Fase 2: Dias de fiscalização (avaliação quantitativa e qualitativa - 120 minutos)

a) Realizar a fiscalização de base: Comece com uma fiscalização de base para recolher dados iniciais sobre os níveis de desperdício alimentar. Isto fornece um ponto de referência para medir o progresso.

Como proceder?

- Identifique um bom local para colocar mesas para a estação de fiscalização. Podem ser necessários 2 ou mais postos de controlo, dependendo do número de alunos presentes durante um determinado período de almoço;

¹ <https://practicegreenhealth.org/topics/food/conduct-waste-audit-and-track-progress>

- Envolver os alunos e/ou o pessoal da escola na realização de entrevistas, aqui pode encontrar um exemplo de questões a colocar:

“Olá, estamos a fazer um inquérito e gostaríamos de pedir as vossas opiniões. Vou perguntar-vos sobre os alimentos que ficaram no vosso tabuleiro e registar o que acharam deles”.

Observe o tabuleiro e assinale os alimentos que ficaram por acabar (também os copos para bebidas). Não se esqueça de escrever o mesmo nome que está na etiqueta de um dos baldes de recolha. Se não tiver a certeza, pergunte ao chefe da equipa de fiscalização.

Para cada item, pergunte ao aluno "Podes dizer-nos porque não acabaste o teu [nome do alimento]?" e escreva o que ele disser. Indique apenas um motivo por item - o motivo principal. Tente obter uma resposta que possa ajudar os funcionários a resolver o problema. Respostas como "não gostei" ou "tinha um sabor desagradável" não são respostas úteis. Em vez disso, faça uma pergunta mais específica, como "O que é que não gostaste no sabor?", para obter uma resposta mais detalhada, como "Não gostei porque estava muito frio".

Agradeça aos alunos e peça-lhes que deixem o tabuleiro na mesa. Se houver muitos alunos a fazer fila para serem entrevistados, seja breve com cada um deles, de modo a obter uma resposta do maior número possível de alunos. Depois de cada entrevista estar concluída, peça-lhes que deixem o tabuleiro em cima da mesa.

Recolha de dados: Durante o período de fiscalização previamente estabelecido, pese e registre diariamente todos os resíduos alimentares, anotando pormenores como o tipo de alimento, o valor estimado e o motivo da eliminação. Pode optar por realizar sessões diferentes em mais do que um dia, ou começar com a primeira recolha de dados e monitorizar os resultados semanalmente/mensalmente.

Pesar cada tipo de resíduos: Em cada ponto de recolha, pesar os resíduos separadamente por categoria, utilizando a balança digital.

Registar dados recolhidos: Utilizar a folha de registo para registar:

- b) **Data e hora:** Quando é que os resíduos foram produzidos.
- c) **Tipo de resíduos:** Especificar o tipo de resíduos (por exemplo, sandes não consumidas, talos de legumes, etc).
- d) **Peso:** Medida em quilogramas.
- e) **Motivo do descarte:** Anotar se o descarte se deveu a excesso de produção, deterioração, sobras que ficaram nos pratos, etc.

Fotografar os artigos responsáveis por uma elevada quantidade de resíduos: Opcionalmente, tirar fotografias de resíduos com elevado nível de desperdício para captar visualmente as áreas problemáticas para análise posterior.

Fase 3: Fase pós-auditoria (esta fase não está incluída no calendário calculado)

f) Análise dos resultados:

Compilar os dados: Agregar os dados no final do período de fiscalização para compreender o total de resíduos produzidos por tipo e fonte.

Identificar tendências: Procurar padrões, tais como determinados dias ou refeições que levam a um maior descarte.

Calcular os custos: Se possível, fazer uma estimativa do custo dos alimentos desperdiçados para realçar as perdas financeiras e motivar a mudança.

g) Apresentação dos resultados ao Comité de Fiscalização:

Criar um relatório de síntese: Incluir pontos de dados principais, gráficos que mostrem os resíduos por categoria e tendências identificadas.

Identificar as principais áreas de preocupação: Identificar as principais fontes de desperdício e as suas possíveis causas (por exemplo, sobreprodução, pratos pouco populares, etc.).

Partilhar resultados: Apresentar os resultados à equipa, à direção ou a outras partes interessadas, a fim de aumentar a sensibilização e promover a participação nos esforços de redução de resíduos.

h) Tomar medidas

Alterações imediatas: Com base na fiscalização de base, sugerir alterações imediatas, tais como alterações de menu, controlo de porções ou melhores práticas de gestão de inventário.

Estratégias a longo prazo: Recomendar um acompanhamento contínuo e outras fiscalizações para acompanhar os progressos e melhorar continuamente.

Balanço geral:

Dicas para o dinamizador da atividade:

- i) É preferível realizar a atividade presencialmente. Certifique-se de que fornece os materiais necessários em função do local escolhido.
- j) Se houver um grande número de participantes, estes podem ser divididos em grupos para analisar os exemplos dados. Pode pedir-lhes que escolham um representante ou que partilhem com os restantes o que discutiram antes de iniciarem a parte de balanço geral.
- k) As atividades realizadas durante uma fiscalização, incluindo o planeamento do projeto, a recolha de dados, a análise de dados e a realização de entrevistas, podem ser incorporadas no currículo de matemática e ciências ou utilizadas para horas de serviço comunitário.