

Panificação Inclusiva

Autor: Ana Paula Wagner Steinmetz

Co-autor(es): Luiz Ricardo Nemer e Calmon, Luiza de Souza Ferreira, Rafaela Silveira Carniel, Simone Xavier de Oliveira Terra

Orientador: Flavia Santos Twardowski Pinto

Nível: Médio Técnico

Categoria: Extensão

Resumo:

A procura por uma alimentação saudável o aumento da obesidade e o número alarmante de doenças relacionadas à nutrição incorreta fez crescer a busca por alternativas de alimentos mais benéficos ao organismo. Atualmente o mercado conta com diversos alimentos diferenciados. Dentre eles podem-se citar os orgânicos light sem glúten ou lactose. Visto que a falta de tempo pode estar diretamente associada à má alimentação a justificativa para desenvolver este projeto deve-se ao fato quanto à importância de uma dieta saudável e balanceada a qual contribui positivamente na saúde auxiliando na prevenção de doenças. Devido a isso o projeto vinculado ao Núcleo de Atendimento a Pessoas com Necessidades Específicas (NAPNE) vem propiciar a conscientização quanto à importância de uma boa alimentação em prol da saúde através da interação da comunidade do Câmpus Osório com a comunidade externa. Assim sendo o objetivo deste projeto é compartilhar saberes e fazeres com os alunos da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE-Osório) promovendo a utilização de insumos saudáveis. A metodologia está fundamentada em uma pesquisa bibliográfica a fim de encontrar opções em torno da elaboração de alimentos saudáveis e integrais. As receitas são compartilhadas com periodicidade mínima mensal no formato de oficinas promovendo a integração dos alunos da APAE com os estudantes do projeto do Câmpus Osório. Os estudantes da APAE são instigados a produzirem seus próprios alimentos de forma independente. Os produtos elaborados utilizam insumos integrais e orgânicos. Quanto aos resultados já foram realizadas cinco oficinas APAE-Osório onde os alunos demonstraram enorme interesse e comprometimento relatando as experiências obtidas em suas casas reproduzindo o que foi trabalhado nas oficinas. A partir da divulgação destas oficinas o grupo foi convidado a desenvolver este trabalho na ONG Catavento com familiares de jovens infratores e com as crianças que estão sob medida de proteção judicial. Como perspectivas futuras tem-se a confecção de um caderno de receitas com fotografias das oficinas bem como relatos de participantes. Além dos momentos reflexivos propiciados pelo projeto ressalta-se a oportunidade dos alunos do Câmpus Osório a trocarem saberes com pessoas de sua comunidade que apresentam Necessidades Educacionais Específicas.