ECO BOLETIM

EBI/PE DA NAZARÉ

ABRIL
2017

POUPE ÁGUA

Consequências do aquecimento global

-Aumento do nível do mar, com o derretimento dos glaciares e a provável submersão de cidades ou mesmo países.

-A desertificação no seu sentido literal ou o aparecimento de novos desertos, com o desequilíbrio de ecossistemas devido ao aumento da temperatura, levando à morte de várias espécies animais e vegetais.

-Devido a uma maior evaporação da água dos oceanos, pelo aumento da temperatura, originará catástrofes como tufões e ciclones.

-Ondas de calor sentidas em lugares que até então eram simplesmente amenas.

O que é Meio Ambiente

Meio ambiente envolve todas as coisas vivas e não vivas que ocorrem na Terra, ou em alguma região dela, que afetam os ecossistemas e a vida dos humanos. O meio ambiente pode ter diversos conceitos, que são identificados por seus componentes.

A preservação do meio ambiente depende muito da sensibilização dos indivíduos de uma sociedade. A cidadania deve contemplar atividades e noções que contribuem para a prosperidade do meio ambiente. Desta forma, é importante saber instruir os cidadãos de várias idades, através de formação nas escolas e em outros locais.

SEPARE O LIXO

Nesta edição:

Atividades Eco Escolas 2

Informações 3

Atividades na escola 4

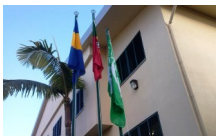
Atividades da Junta de Freguesia 5

Alimentação Saudável 6

ATIVIDADES NA ESCOLA NO AMBITO ECO ESCOLAS

VISITA DE ESTUDO AO PARQUE ECOLÓGICO

No dia 15 de Março do corrente ano, as turmas do 4º C e PCA, da nossa escola, fizeram uma visita de estudo ao Parque Ecológico do Funchal. Lá, puderam conhecer algumas espécies de fauna e flora da nossa ilha, assim como tiveram a oportunidade de plantar uma árvore em recipientes de plástico para posteriormente serem colocadas no terreno.



No dia 16 de Dezembro procedeu-se ao hastear da Bandeira verde, ato que simboliza as boas práticas ambientais vividas na escola.

A cerimónia foi acompanhada dos Hinos Nacional e da Região, bem como pela canção dedicada ao Eco Escolas, cantados pelos alunos da nossa escola.

De onde vem a chuva?

- Respostas das crianças do pré –escolar da Sala das Cores

Inês - **"A água da transpiração das pessoas"**

Lucas Nicola - **"dos animais"**

Gonçalo Dinis - **" ribeiras"**

Lucas - "**das folhas das plantas"**

Gonçalo - **"do mar"**

Afonso - **"forma nuvens"**

Rodrigo Alexandre - **"que se chama condensação"**

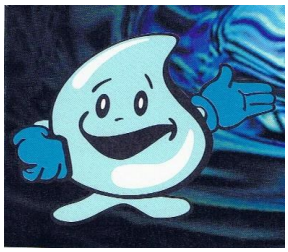
Henrique - **"Depois as nuvens ficam cheias de água e chove"**

Inês - **"e chama-se precipitação"**

Gonçalo Andrade - **"às vezes transforma-se em neve ou granizo"**

Lucas Rafael - **"e chama-se solidificação"**

Atividades na nossa horta



INFORMAÇÕES

COMO POUPAR ÁGUA

Aproveite a água de lavar os legumes para regar as suas plantas.

Evite banhos demorados e opte pelo chuveiı

Feche SEMPRE a torneira enquanto escova os dentes.

Utilize sempre as máquinas de roupa e loiça com a carga máxima.

Lave o seu carro com um balde em substituição da mangueira.

Enquanto a água do duche aquece, aproveite essa água para um balde para utilizar noutras situações.

Coloque uma garrafa de 1,5 litros cheia de areia dentro do autoclismo, assim, ocupa espaço e reduz a quantidade de água descarregada.

Conserte todas as torneiras que estiverem a pingar.

Aproveite a água das chuvas para utilizar em várias situações.

DURABILIDADE DE MATERIAIS

O Tempo de Degradação dos Materiais

A relação de materiais e os seus respetivos tempos de degradação no meio ambiente nem sempre ocorrem conforme os tempos informados nas tabelas. Isso ocorre por uma razão muito óbvia: a degradação dos materiais ocorre em função de uma combinação de fatores, tais como: temperatura, teor de humidade, PH do meio, luminosidade, pressão atmosférica, disponibilidade de oxigênio, de entre outros. Portanto, devemos considerar sob que condições os materiais estão submetidos. Exemplo: O material encontra-se a céu aberto ou enterrado? Encontra-se numa região húmida e quente, ou numa região seca e quente durante o dia e fria durante a noite? Está jogado no rio (água doce) ou jogado no mar (água salgada)? Está à superfície ou no fundo? Encontra-se depositado numa região de águas mais quentes ou em regiões de águas mais geladas? O lixo está ao nível do mar ou está ao nível dos Alpes Suíços?

Estas são algumas considerações a ter em conta para avaliar o tempo de degradação de materiais.

ATIVIDADES NA ESCOLA

Somos bebés mas já aprendemos a observar e a respeitar a natureza!

Este mini projeto passou pela motivação do grupo com a exploração de uma história, seguida da observação e toque nos animais, da elaboração de um quadro de tarefas, ao que se seguiu o visionamento de um vídeo alusivo à temática, além da exploração de canções e elaboração de convites para visitas interativas. A sacola dos caracóis, que foi para a casa das crianças, permitiu envolver os encarregados de educação na colaboração com comida para os animais. O projeto decorreu de uma forma muito positiva.

RECICLAGEM

Cesto com garrafa de água (pão-por-Deus – sala das borboletas)

Estrela com cápsulas de café

Veleiro com caixas de ovos e frascos (sala das cores)

AS FAMÍLIAS FORAM SOLIDÁRIAS.

OBRIGADO!

No mês de dezembro a escola recebeu bens alimentares para entregar às famílias mais necessitadas.

Para a decoração do painel Eco Escolas foi utilizada a técnica de colagem de revistas. Esta atividade foi atribuída aos alunos de 4º ano.

INFORMAÇÕES DA JUNTA DE FREGUESIA

Nova Modalidade na Junta de Freguesia de São Martinho. Estamos a receber inscrições para podermos iniciar.

Para obter mais informações deve contactar o número 291 700 580.

ACONTECEU em Março

Nova atividade na Junta de Freguesia de São Martinho
Aulas de Kizomba e de Bachat.

Para mais informações contacte 291 700 580
Se quiser experimentar, a 1ª aula tem o preço de 2€.

Na junta de freguesia foi lançado um projeto **Reabilitar em Comunidade**, que consiste no apoio de terapia ocupacional e terapia da fala. Este serviço é disponibilizado a qualquer cidadão.

Para mais informações contacte o número 291 700 580.

Manter os espaços públicos limpos é muito importante para o bem-estar das pessoas.
Desde Novembro de 2013 que a **Câmara Municipal do Funchal**, juntamente com a **Junta de Freguesia** e a **Associação Olho-te,** tem efetuado limpezas regulares no Bairro da Nazaré, contribuindo assim de forma ativa para a regeneração de um Bairro que esteve muitos anos ao abandono por parte de diversas instituições.

Duarte Caldeira Ferreira

Presidente da Junta de Freguesia

de São Martinho

S. MARTINHO - FUNCHAL

OUTRAS INFORMAÇÕES

A alimentação é importante no combate às baixas temperaturas

O frio intenso pode reduzir a sensação de sede, provocar subidas na glicemia e aumentar o risco para as pessoas com doença cardiovascular, pelo que todos os cuidados são essenciais. Neste sentido reforçamos as principais recomendações alimentares que podem ser adotadas nestes dias:

– Faça refeições mais frequentes encurtando as horas entre elas.

– Mantenha-se hidratado. O tempo frio e seco também favorece a desidratação, aumentando o risco de doença e mau funcionamento renal, tornando o consumo regular de água e, consequentemente, uma hidratação adequada ao longo do dia, essencial.

– Para além da água, opte por bebidas sem adição de açúcar como infusões ou tisanas. Lembre-se da sopa de hortícolas como opção hidratante enriquecida em nutrientes.

– Lembre-se dos alimentos desta época. As romãs, as abóboras, as tangerinas, as beldroegas ou os dióspiros. Estes alimentos são interessantes fornecedores de água e de substâncias com capacidade antioxidante, que poderão ajudar na prevenção de doença crónica.

– Inclua outros frutos e hortícolas no seu dia alimentar. Estes alimentos são ricos em nutrientes que podem ajudar o sistema imunitário no combate a infeções e doenças características desta época.

– Evite a ingestão de bebidas alcoólicas. Ao contrário do que pode parecer, a sua ingestão provoca vasodilatação com perda de calor e arrefecimento do corpo.

– Nesta época do ano, a exposição solar diminui substancialmente. Consuma alimentos com teores mais elevados em vitamina D como é o caso de peixes como a sardinha, atum e a cavala. Ou prefira leite fortificado com Vitamina D. Esta sugestão é particularmente importante para pessoas idosas.

Alguma informação deste boletim foi facultada pela Camara Municipal do Funchal e pela Junta de Freguesia de São Martinho.

Departamento de Ambiente

FUNCHAL MUNICÍPIO

Compilação do Eco Boletim:

Isabel Fagundes

Impressão: Junta de Freguesia de São Martinho

S. MARTINHO - FUNCHAL

ABRIL 2017