

# Ficha de Atividade

Designação da Atividade:

## Piqueniques Sustentáveis



**Públicos / Ciclo de Ensino:**  
2º, 3º Ciclo

**Temas:**  
**Principal:** Sustentabilidade, Ética e Cidadania  
**Complementar:** Produção e Consumo Sustentáveis

**Participantes:**  
2 Turmas máx

**Período de realização:**  
De Março a Setembro

**Local de realização:**  
Parque Florestal de Monsanto – CIM e Parques e Jardins de proximidade

**Duração:**  
02:00H

**Observações:**  
A realização da atividade no Parque Florestal de Monsanto está dependente de disponibilidade de transporte municipal.

**Recomendações:**  
Em alternativa os participantes podem deslocar-se, através do autocarro 770 (Sete Rios – Centro de Interpretação de Monsanto)

**Enquadramento da atividade:**

Num contexto de aprendizagem integrada, a atividade visa promover, de uma forma lúdica, o debate para questões relacionadas com o consumo consciente, alimentação saudável, desperdício alimentar, hábitos e estilos de vida saudáveis e ciclo de vida dos resíduos e respetiva separação.

Através de metodologias ativas os alunos são convidados a participar, à volta de uma toalha com a imagem da roda dos alimentos.

Cada um de nós faz a diferença. As nossas escolhas, quando fazemos compras para nos alimentarmos podem e devem ser pensadas e ponderadas. O que de facto hoje, pode ficar mais dispendioso e insustentável a longo prazo.

+ informações e inscrições para [monsanto@cm-lisboa.pt](mailto:monsanto@cm-lisboa.pt) / 218 170 200, preferencialmente até final de dezembro. Após essa data, a realização das ações fica dependentes de disponibilidade.



**Objetivos (Sub-Tema / Objetivos de Aprendizagem)****Tema Principal:**  
Sustentabilidade, Ética e Cidadania

Pretende-se evidenciar e compreender os pilares da sustentabilidade, identificar os impactos das atividades e atitudes humanas num contexto de recursos naturais e as consequências do esgotamento dos recursos naturais para as gerações atuais e futuras.

Pretende-se igualmente contribuir para o compromisso de Lisboa, com uma ação concreta e sublinhar a importância da participação e das escolhas individuais nas questões ambientais e de sustentabilidade.

**Tema Complementar:**  
Produção e Consumo Sustentáveis

Pretende-se conhecer o ciclo de vida de diferentes bens de consumo, compreender o conceito da economia verde e em particular da economia circular, ao mesmo tempo que se promovem práticas de consumo local, mais sustentável que contribuem para a redução dos resíduos, de gastos de energia, de uso de recursos.

**Metodologia / Descrição da atividade:**

Esta atividade desenvolve-se em três partes:

Realização de um Peddy-Paper sustentável;

Criação, em equipa, de um piquenique sustentável através de aquisição de alimentos fictícios;

Partilha de uma refeição ar livre, onde são analisados em conjunto a tipologia de produtos trazidos pelos alunos e os que têm mais e menos impacto ambiental.

**Recursos Necessários**

**Humanos:** 2 Técnicos da DGPFMSA por turma

**Materiais a disponibilizar pela escola:**

N/A

**Requisitos:**

Atividade condicionada a condições meteorológicas favoráveis.

**Aconselha-se:**

Roupa e calçado confortável, água, chapéu, protetor solar ou impermeável (em função das condições meteorológicas) e trazer lanche.

**Materiais a entregar aos participantes:**

Guia das 25 árvores de Lisboa, Guia ilustrado dos 25 Compromissos para um estilo de Vida Saudável, mediante disponibilidade



**monsanto**  
Parque Florestal

