



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

---

# "Notas" para colecionar no Jardim Zoológico

04-10-2019



Elefante, chimpanzé e Lince-ibérico são alguns dos animais que vai encontrar gravados na "nota recordação" do Jardim Zoológico. Este *souvenir*

original pode ser adquirido através de uma máquina de venda automática instalada na loja do Jardim Zoológico, por uma quantia simbólica de 2€.

Ao contrário de outros *souvenirs*

, cada "nota recordação" é única, tendo sido apenas produzidas 5.000 "notas" com esta imagem, às quais foi aplicado um número de série. A valorização do produto não termina na sua unicidade e qualidade de produção uma vez que o montante auferido pela venda das "notas" reverte inteiramente para o Fundo de Conservação do Jardim Zoológico, que financia os programas de conservação que o Zoo apoia no habitat natural. De Lisboa à Ásia, a missão do Jardim Zoológico estende-se além-fronteiras, contribuindo ativamente para a conservação das espécies e dos seus habitats.

---



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

# Academia Ponto Verde: o que acontece às embalagens?

01-10-2019



Porque é que devemos reciclar? O que é que acontece às embalagens que deixamos no ecoponto? Estas são algumas das questões às quais a Sociedade Ponto Verde vai dar resposta através da "Academia Ponto Verde", um projeto educativo destinado ao 1º, 2º e 3º ciclos que tem como missão sensibilizar alunos, professores e famílias para a adoção de hábitos de reciclagem, mostrando-lhes a importância do seu contributo para um futuro mais sustentável.

Com o mote "Reciclar, é na boa!", este projeto desenvolve-se com base em ferramentas online

que tornam mais acessíveis e interativos os conteúdos sobre este tema.

Na plataforma, os alunos podem encontrar quizzes, atividades e vídeos temáticos sobre o ciclo de vida das embalagens, as vantagens da reciclagem, a nova vida das embalagens e as "regras de separação, que desmistificam conceitos como o que são "centrais de triagem" e "estações de reciclagem" e incentivam à reciclagem tanto na escola, como em casa ou na cidade.

Já os professores têm ao dispor nesta "academia online" uma área específica, na qual podem encontrar sugestões e dicas para aplicar a temática em sala de aula e desenvolverem ações que levem os alunos a refletir e a debater o tema da reciclagem e do impacto ambiental.

## Vantagens da reciclagem



Para promover o contacto de proximidade com a comunidade, a "Academia Ponto Verde" ganha ainda forma através de um roadshow que pretende percorrer cerca de 30 escolas por todo o país e que arranca a dia 23 de setembro, na Escola Secundária Júlio Dantas, em Lagos.

### **Sobre a Sociedade Ponto Verde**

A Sociedade Ponto Verde é uma instituição privada sem fins lucrativos que tem por missão organizar e gerir a retoma e valorização de resíduos de embalagens, promovendo a ECONOMIA CIRCULAR através da implementação do Sistema Integrado de Gestão de Resíduos de Embalagens (SIGRE). A sensibilização e a educação para as melhores práticas ambientais são um dos grandes objetivos da Sociedade Ponto Verde junto dos portugueses.



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

---

# Anjinhos de Natal

23-10-2019



O projecto Anjinhos de Natal é uma iniciativa do The Salvation Army // Exército de Salvação Espanha e Portugal.

Os anjinhos são crianças desfavorecidas, às quais o Exército de Salvação, com a nossa participação e de colaboradores de várias empresas ajudam a ter um Natal mais alegre. As crianças (anjinhos) mais carenciadas são seleccionadas pelo Exército de Salvação, que faz a pesquisa no terreno junto das famílias mais necessitadas.

Após adoptar um anjinho recebe um email com o número do anjinho onde vem mencionado o nome, a idade e o presente da criança em causa; um brinquedo e um fato de treino para a idade. Por conseguinte, em todos os presentes deve ser colocado o número correspondente à criança.

Quem quiser contribuir pode adoptar anjinhos através do website [anjinhosdenatal.exercitodesalvacao.pt](http://anjinhosdenatal.exercitodesalvacao.pt)

no menu "Adoptar". Será enviada toda a informação do anjinho o mais rápido possível.

---



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

# Associação Princesa Azul: combater o bullying através do amor

19-10-2019

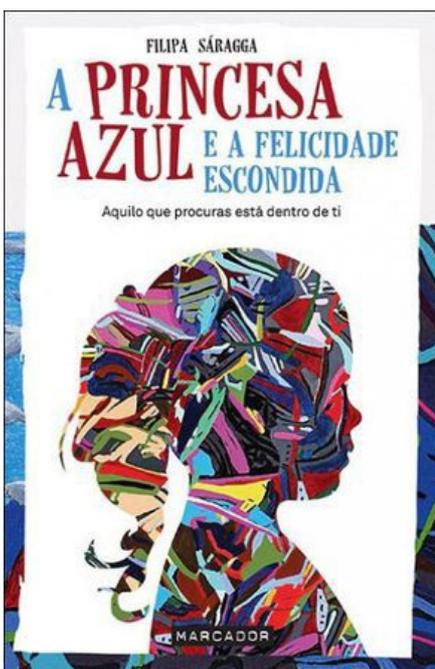


A Associação Princesa Azul visita as escolas no âmbito da consciencialização do bullying e da ausência de auto-estima.

As crianças são o futuro, por isso a Associação Princesa Azul acredita que será através delas, promovendo e defendendo a sua saúde emocional, que teremos um mundo onde o amor e o respeito são os pilares.

A Associação Princesa Azul pretende contribuir para o desenvolvimento integral da criança, através da defesa e promoção dos seus direitos, e ensinando-as a lidar com as diferenças.

A principal ferramenta de trabalho da associação, que quer combater o bullying, a exclusão, a discriminação e todos os sentimentos daí decorrentes, são os livros "A Princesa Azul e a Felicidade Escondida" e "O Livro das Emoções".



### **A Princesa Azul e a Felicidade Escondida**

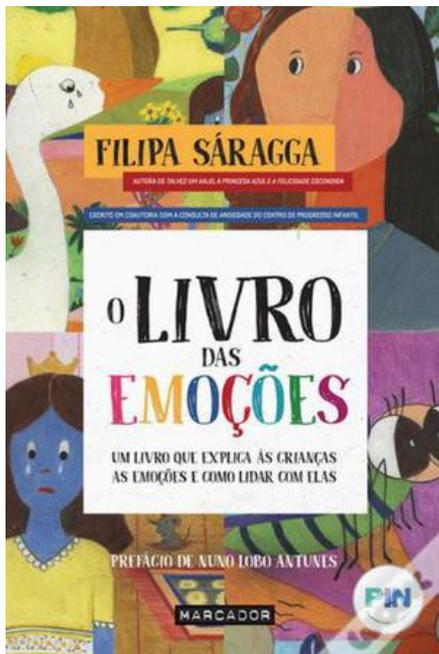
No Reino Distante, nasce uma princesa de pele azul chamada Clara. Como todos aqueles que são diferentes, Clara, a princesa azul, cresce a ser amada por muitos e a ser discriminada por outros tantos. Os seus primeiros anos de vida são felizes mas aos poucos isso vai-se alterando.

O sofrimento e a dor da discriminação, da injustiça e da crueldade vão levar a princesa azul ao limite das suas forças e é no meio desse sofrimento e dor que Clara parte à procura de uma solução, e, talvez bem no fundo, à procura de si mesma.

É junto da Rosa-Baú e com a ajuda dos seus sete cristais que Clara vai aprender a amar, a perdoar, a respeitar, a agradecer e a perceber o que é essencial nesta vida.

"A Princesa Azul e a Felicidade Escondida" é uma fábula magnífica sobre o poder do coração, da amizade e do amor que mostra que "aquilo que procuras está dentro de ti".

50% dos direitos de autor deste livro revertem para ajudar as crianças com trissomia 21, através do grupo Pais 21.



### **O Livro das Emoções**

"O Livro das Emoções" é um livro para crianças, composto por várias histórias, cada uma dedicada a uma emoção: saudade, alegria, nojo, raiva, tristeza, vergonha, frustração e medo.

Através das aventuras de personagens como a princesa Clara, a Melga Bia, a Libelinha Aurora, a Jacaré Sem Pé, a Borboleta Carrapeta e o Júlio Túlio aprendemos a identificar as diversas emoções e a lidar com elas.

É também um guia para pais, professores e clínicos, elaborado por especialistas, que indica diversas pistas para melhor orientar crianças e jovens.

### **Levar a Associação Princesa Azul à vossa escola**

A Associação propõe-se especialmente a sensibilizar a opinião pública no que toca aos problemas das crianças, tais como questões relacionadas com o bullying, nomeadamente no que diz respeito a crianças em risco de perturbação física ou mental.

As escolas interessadas podem enviar um e-mail para [filipasaragga@princesaazul.pt](mailto:filipasaragga@princesaazul.pt) e pedir mais informações.



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

---

# Estudo revela que ter um cão reduz o risco de morte precoce

09-10-2019



A investigação contou com a participação de quatro milhões de pessoas, ao longo de 70 anos.

Esta terça-feira, 9 de outubro, foi publicado um estudo no Journal of the American Heart Association, liderado pela endocrinologista Caroline Kramer, que conclui que ser dono de um cão diminui o risco de morte precoce.

Para esta pesquisa, que demorou 70 anos a concluir, foram estudadas quatro milhões de pessoas do Canadá, Estados Unidos, Austrália, Nova Zelândia, Reino Unido e Escandinávia.

**Os cientistas concluíram que ser dono de um cão reduz em 24 por cento o risco de "todas as causas de morte". Acrescentam ainda que traz benefícios para quem já sofreu um AVC ou um ataque cardíaco.**

"Para essas pessoas ter um cão é ainda mais benéfico. Têm uma redução em 31 por cento do risco de morrerem de uma doença cardiovascular", explicou à "CNN" Caroline Kramer.

Ainda noutro estudo publicado no mesmo dia e na mesma publicação científica, que envolveu 336 mil suecos, foi revelado que os donos de cães que sobrevivem a um AVC ou ataque cardíaco têm uma melhor recuperação do que os mesmos doentes que não têm.

Ambos os estudos são observacionais, ou seja, os investigadores não podem provar, através de experiências, as suas conclusões. Resta saber se a questão é efetivamente o cão, ou o facto de os donos acabarem por realizar maior atividade física, por causa dos passeios diários.

---



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

---

# Projeto ensina crianças do 1º ciclo sobre o bem-estar animal

04-10-2019



O projeto "Eu Cuido", que arrancou no Dia Mundial do Animal, dia 4 de outubro, vai continuar a percorrer as escolas do país durante este ano letivo. O objetivo da organização é atingir 50 escolas e divulgar a mensagem de que é possível criar um mundo melhor para nós e para os animais. A iniciativa decorre simultaneamente nas cidades de Faro, Lisboa e Porto.

Esta é a razão pela qual, também, se têm realizado diversas sessões de sensibilização direcionadas para as crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico sobre o bem-estar, saúde, comportamentos e necessidades dos animais de companhia, em especial do cão e do gato.

A parte prática da iniciativa fica a cargo das equipas do Grupo Operacional Cinotécnico da Polícia de Segurança Pública (PSP), - com a dupla agente e cão -, a contribuir com exemplos concretos nas sessões educativas do "

Eu Cuido

---

". Por outro lado, a parte teórica é conduzida por um formador que complementa na aula a informação fornecida a partir de vídeos temáticos.

Com o mote "Um mundo melhor para os animais", o projeto nasceu da colaboração da Mars Iberia e da Royal Canin com a Ordem dos Psicólogos, a Polícia de Segurança Pública (PSP) e a Guarda Nacional Republicana (GNR) de Lisboa e Setúbal para que, em conjunto, cheguem aos embaixadores das mudanças de mentalidade e comportamentos na sociedade: as crianças.

A coordenadora do "Eu Cuido" Filipa Herédia, esclarece, em comunicado para a imprensa, que acredita «que este é um projeto que transporta consigo um grande valor educativo e social», e que estão dispostos a realizar mais parcerias para «alcançar, ao longo deste ano letivo, cerca de 50 escolas desde Lisboa ao Porto e Algarve».

Além da presença em sala de aula das forças de segurança nacionais, foram já formados mais de 200 agentes da PSP e militares da GNR para, de forma autónoma, realizarem sessões integrais nas escolas.

Desde novembro de 2017, o "Eu Cuido" já chegou a mais de 11 mil alunos e, também, foram formados mais de 200 agentes da PSP e militares da GNR, que podem realizar, de forma autónoma, sessões integrais nas escolas. Além de que este projeto impactou 560 professores e coordenadores do ensino básico, contou com a ajuda de 40 voluntários e passou por cerca de 90 escolas em todo o país.

---



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

---

# Quatro novos livros lançados numa aplicação que ajuda crianças surdas a ler

09-10-2019



A aplicação StorySign foi lançada, originalmente, em dezembro de 2018, sendo desenvolvida em conjunto com especialistas e instituições de responsabilidade social ligadas à comunidade surda, para garantir que esta seja uma ferramenta útil para as crianças e familiares. A aplicação StorySign conta com uma avatar - a Star -, que orienta as crianças e os seus pais ao longo de cinco histórias pré-selecionadas, interpretando-as para língua gestual com ajuda de um smartphone que conta as histórias em tempo real.

Em 2019, a Huawei já investiu cerca de 500 mil dólares em projetos de literacia e disponibilizou 52 novos livros na aplicação StorySign. A Huawei revela que a aplicação de interpretação de livros infantis em língua gestual - a StorySign - está agora também disponível para os smartphones com sistema operativo iOS. A Huawei lança ainda, em Portugal, mais quatro novos livros em Língua Gestual Portuguesa (LGP) e adiciona uma nova língua às 14 existentes - Língua Gestual Americana (ASL).





A ASL, a primeira língua gestual utilizada nos Estados Unidos, Canadá e países em toda a África, Ásia e América Central, é a língua gestual mais utilizada no mundo e marca um passo importante no objetivo da Huawei. A marca chinesa pretende, assim, criar ferramentas para que as crianças surdas desenvolvam a sua capacidade de leitura e consigam uma melhor integração na sociedade.

Ao disponibilizar o StorySign para um número cada vez maior de pessoas, a Huawei alerta para os desafios das crianças surdas na altura de aprender a ler. O desafio é ainda maior nos primeiros anos de 90% das crianças surdas, pois estas nascem com pais que ouvem e não têm acesso imediato à língua gestual, facto que aumenta a dificuldade destas crianças no seu processo de aprendizagem.

---



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

---

# Quer almoçar na escola com o seu filho? Vai poder fazê-lo no dia de anos do aluno

21-10-2019



Cantina é aberta aos pais no dia de anos das crianças. Iniciativa abrange alunos dos jardins-de-infância e do 1.º ciclo de Lisboa e pretende promover a confiança na qualidade das refeições escolares.

E se pudesse almoçar na cantina da escola do seu filho? A primeira reação de um adulto poderá ser a de pensar que aquele tipo de ementa

**não é para o seu estômago, mas é exatamente essa ideia que a Câmara Municipal de Lisboa quer alterar.**

Para que os pais confiem nas refeições escolares, as portas das cantinas passam a estar abertas aos encarregados de educação de crianças do pré-escolar até ao 4.º ano de escolaridade, desde que seja o dia de anos da criança.

A iniciativa já arrancou na segunda-feira dia 21

**em todas as escolas de Lisboa**

e é um de dois projetos inovadores sobre alimentação escolar que serão lançadas pela autarquia. O outro passa por ter uma cesta de fruta disponível nas escolas, para

**incentivar o consumo de alimentos saudáveis.**

A medida é para aplicar em todas as escolas da autarquia, sendo estas que lançam os convites aos pais para participar no almoço de aniversário da criança, decidindo os encarregados de educação se querem estar presentes ou não. E porque há datas mais concorridas do que outras, **as escolas reservam-se o direito de alocar os convites às famílias em dias diferentes**, caso muitos aniversários coincidiam no mesmo dia. A ideia é que o normal funcionamento da escola não seja posto em causa.

Para já, a Câmara Municipal de Lisboa não soube adiantar que valor será cobrado aos pais que decidam aceitar o convite: 1,46 euros (valor máximo cobrado aos alunos) ou outro preço. O que garantidamente será grátis, sem quaisquer custos para as famílias, é a **cesta de fruta que diariamente será colocada num lugar da escola, acessível a todos**, fornecida pela mesma entidade que fornece os almoços e lanches dos alunos e que varia de escola para escola.

Para assinalar a iniciativa do Pelouro da Educação e dos Direitos Sociais, esta sexta-feira, às 12h00, haverá almoço de anos no Jardim de Infância Alexandre Rodrigues Ferreira, com 35 crianças e os pais da aniversariante do dia. Segundo o gabinete do vereador Manuel Grilo, a autarquia acredita que a iniciativa "Almoço na escola... Todos em festa" permitirá aproximar os pais dos estabelecimentos de ensino e promover a confiança na qualidade das refeições escolares.

Logo de seguida, será lançada a iniciativa

### **"Cesta da Fruta do Vegi"**

, com a mostra de uma pequena animação aos alunos. "Com este projeto pretende-se reforçar o consumo de fruta pelas crianças, além da que está prevista nas ementas. Assim, em todas as escolas estará disponível uma cesta de frutas a qualquer hora do dia, num local estratégico para incentivar o consumo", explica o gabinete de Manuel Grilo, vereador do Bloco de Esquerda com o pelouro da Educação.

Durante o atual mandato, a Câmara Municipal de Lisboa eliminou a modalidade de catering nos refeitórios escolares,

### **passando todas as refeições a ser confecionadas no próprio dia.**

Também foram feitas alterações nos cadernos de encargos na contratação pública das refeições, determinando ponderação de 60% para a qualidade e 40% para o preço. Foi ainda eliminada a utilização de plástico de uso único nas refeições.

Fonte:

observador.pt

---



## Mundo pais & filhos

O magazine digital que divulga informações e notícias para as famílias.

---

# Simplificar a Reciclagem

14-10-2019



Usar, separar, reciclar. É um processo tão fácil que até os miúdos entendem. Mas quando as perguntas começam a surgir, como é que lhes podemos explicar o que acontece às embalagens quando as colocam no Ecoponto?

Para que se torne um comportamento natural, a reciclagem deve ser incentivada desde cedo junto dos mais novos. Não basta ensinar-lhes que as embalagens de vidro vão para o ecoponto verde, as de plástico e metal vão para o ecoponto amarelo e que no azul devem colocar o papel e o cartão. Sendo a curiosidade uma das características mais distintivas das crianças, a educação para a reciclagem deve passar por lhes explicar aquilo que acontece a partir do momento em que elas deixam as embalagens no ecoponto correto e lhes perdem o rasto.

Há uma ideia muito importante inerente a todo este processo: quando separamos uma embalagem estamos a dar-lhe uma nova vida e uma oportunidade para que se transforme em algo novo. O primeiro passo é o mais óbvio e dá-se no momento em que separamos as embalagens em casa e as colocamos no ecoponto mais próximo, prontas para serem recicladas. Começa aí mesmo o processo de reciclagem.

O segundo momento acontece quando os camiões próprios para o efeito recolhem as embalagens e as transportam para as centrais de triagem onde estas são separadas por "famílias" de uma forma mais rigorosa do que aquilo que fazemos em casa. Na triagem, a separação é feita por operadores manuais e por sistemas mecânicos que, com um íman gigante, atraem o aço e eliminam tudo aquilo que não interessa. O que resta é compactado em fardos que ocupam menos espaço e permitem que o transporte e a entrega nas Estações de Reciclagem sejam mais fáceis.

Chegadas a estas Estações, cada tipo de material recebe um tratamento diferente. As embalagens de vidro, como garrafas, frascos e boiões, são derretidos. As embalagens de plástico são transformadas em granulado e o papel em pasta.

Concluído este processo, estes materiais são entregues aos produtores, como nova matéria prima, que os irão transformar em novos artigos.

Sem darmos por isso, as embalagens que usamos e colocamos nos ecopontos podem voltar a nossa casa sob a forma de novas embalagens. Como assim? Os materiais reciclados que são enviados aos produtores são posteriormente transformados num sem número de novos objetos.

Com o papel reciclado fabricam-se jornais, caixas de cartão, papel higiénico ou rolos de cozinha. O plástico reciclado transforma-se em brinquedos, ferramentas de desporto, t-shirts ou casacos. Por sua vez, o metal pode ser infinitamente reciclado para eletrodomésticos, bicicletas ou peças para carros. Já o vidro pode voltar sob a forma de garrafas novas, boiões ou frascos.

Eis alguns exemplos de objetos que utilizamos diariamente e que podem já ter sido algo completamente diferente:

- Peluche = 6 garrafas de plástico de litro
- Regador = 60 embalagens de gel de banho
- Cartas de jogar = 9 caixas de cereais
- Brinquedo = 18 latas de metal
- Revista = 5 folhas de papel A4
- Bicicleta = 700 latas de alumínio

### **E quando não colocamos as embalagens no ecoponto? O que lhes acontece?**

As embalagens recicláveis que são deixadas no lixo indiferenciado são levadas para aterros onde ficam até se decomporem, um processo que pode demorar muitos anos até estar completo. Uma das vantagens da separação das embalagens está precisamente na poupança de espaço nos aterros, que ao não se encherem tão rapidamente não ocupam tanto espaço e não existe a necessidade de serem criados mais. Por ano, ao enviarmos as embalagens para reciclagem, desviamos do aterro um peso equivalente ao de 100.000 elefantes!

Reciclar significa também menos poluição. Ao produzirmos novos materiais através de matérias-primas recicladas, estamos a utilizar menos energia e, conseqüentemente, a reduzir a emissão de gases de efeito de estufa causadores do aquecimento global.

Ao mesmo tempo poupamos recursos, muitas vezes escassos, pois evitamos a extração de minério e petróleo, poupamos os leitos dos rios e evitamos o abate de mais árvores.

Foi para simplificar o reciclês que na Sociedade Ponto Verde, entidade responsável pela reciclagem de embalagens usadas, criámos a Academia Ponto Verde um projeto que leva às escolas tudo aquilo que os mais novos precisam saber sobre reciclagem. Destinado ao 1º, 2º e 3º ciclos, o objetivo deste projeto é levar alunos, professores e famílias a adotar cada vez melhores hábitos de reciclagem.

Para ajudar os pais e professores na tarefa de passar estas ideias aos mais novos, temos disponíveis várias ferramentas na plataforma [www.academiapontoverde.pt](http://www.academiapontoverde.pt), onde podem encontrar quizzes, atividades e vídeos temáticos sobre o "ciclo de vida das embalagens", as "vantagens da reciclagem", a "nova vida das embalagens" e as "regras de separação".

O objetivo é também que aprendam a reciclar a brincar fazendo deste hábito um momento natural e até prazeroso do seu dia-a-dia. Deste modo, estamos a educar a geração futura a proteger o ambiente sem que isso seja um "bicho-papão".

Com mais de 45.000 ecopontos em Portugal, vamos todos separar e contribuir para dar uma nova vida às nossas embalagens usadas?

### **Explicado aos miúdos**

1. O que é um objeto reciclado?

É algo que já foi outra coisa numa vida passada. Por exemplo, uma caneta que já foi uma garrafa de plástico, ou uma lata de bebida que já foi uma lata de conserva.

2. O que é um material reciclável?

É um material que dá para fazer outros objetos. Por exemplo, uma caixa de ovos pode dar para fazer um livro, uma embalagem de detergente pode vir a ser um cabide.

3. Quem faz a recolha e a triagem?

As Câmaras Municipais e outras empresas de resíduos fazem a recolha e a triagem das embalagens e depois disponibilizam os resíduos à SPV que os encaminha para reciclagem.

### **E por miúdos...**

- Todos os dias são recicladas embalagens de papel/cartão equivalentes ao peso de 2 foguetões
- Por ano são recicladas embalagens de metal equivalentes ao peso de 16 mil automóveis.
- Por dia são recicladas tantas embalagens como o peso de quase 63 mil bicicletas.
- Por hora as embalagens recicladas equivalem ao peso de 42 girafas.
- Por minuto são recicladas embalagens suficientes que nos permitem dar 1 volta completa ao Planeta Terra, tantas embalagens como o peso de 1264 bolas de futebol.

Teresa Cortes, Gestora de Marketing da Sociedade Ponto Verde

---