



Informativo Semanal . Ano XIII . 13/2/2020 . Nº. 508

› Integração Social	1
› Por Que Alimentação é Assunto da Escola? ...	2
› Curso de Bonecas Waldorf	3
› Uniformes Sustentáveis	4
› Agenda	5



Integração Social

**Jogos e brincadeiras para
os alunos do 7º ao 12º ano**

**Dia 15 de fevereiro de 2020
das 9h às 11h**



Por que alimentação é assunto da escola?

Alimentação é assunto da família, mas também da comunidade e da escola. Três em cada dez crianças atendidas no SUS estão acima do peso e quando se está acima do peso na infância, é mais desafiador controlar o peso na vida adulta. Não é uma questão de seguir padrões sociais de estética, mas tem a ver com um “eu” mais centrado e com menor risco de doenças metabólicas, como diabetes *mellitus* e perda de cognição. Sim! Alimentação tem tudo a ver com aprendizagem. Estudos mostram que um padrão de alimentação mais focado em alimentos industrializados, ricos em gordura e pobre em fibras está associado a dificuldades de memorização, déficit de atenção, ansiedade e depressão. A preocupação com as mudanças no padrão alimentar brasileiro, com a substituição da “comida de verdade” pelos alimentos ultraprocessados levou o Ministério da Saúde a publicar orientações para a população e para as escolas, pois reconhece que “a escola é o espaço propício à formação de hábitos saudáveis”. E agora? O que fazer com a lancheira? Isso pode ser tenso, pois o filho não gosta disso ou daquilo, tempo é corrido e se alimentar bem parece tão caro! Que tal trocarmos ideias a respeito?

Comissão de Alimentação da EWJGR

“A saúde da criança durante toda a vida vai depender de como nos portamos em sua proximidade. As tendências que a criança desenvolve dependem de como nos comportamos perto dela.”

Rudolf Steiner

Dica para a lancheira

Sobra do bem

Fez milho para o jantar e sobrou? Raspe um pouco e coloque num potinho vedado. Vira um lanche nutritivo e ainda ajuda a economizar seu tempo. O mesmo acontece com alimentos como tomate-cereja e cenoura. Se possível, procure consumir alimentos da época e orgânicos!!



CURSO DE BONECAS WALDORF

Dias 28 e 29 de Março

na residência do

Joel e Evelyn



LOCAL: ASSOCIAÇÃO SERGEI
PROKOFIEFF
RODOVIA DIVINOLÂNDIA -
CACONDE

RS 390,00 - Material Incluso
Pode ser parcelado em 3x.

Sábado - 08:30 às 17:30
Domingo: 08:30 às 12:00
Almoço participativo no sábado.

Inscrições: (35)991159036 (Hernani)
coordenacaoantroposofiapocos@gmail.com



Uniformes Sustentáveis

Você sabia que os uniformes da Escola Waldorf João Guimarães Rosa são produzidos com o objetivo de serem mais sustentáveis do que os uniformes tradicionais?

Malha

As malhas utilizadas nos uniformes são 100% algodão orgânico certificado ou com poliéster reciclado de garrafa PET ou, ainda, com algodão reciclado. O algodão orgânico, assim como alimentos orgânicos, não tem pesticidas em seu plantio, por isso não agride o solo e os animais enquanto está crescendo. A reciclagem da garrafa PET é um meio de reutilizar o plástico que já está produzido, o que não resolve o problema do excesso de plástico no mundo, mas traz um novo uso para o que nele já está, em vez de torná-lo lixo. O algodão reciclado é a malha de algodão comum que, após desfibrada, se torna um novo tecido.

As empresas que produzem essas malhas fazem uso responsável e tratamento da água utilizada nos processos.

Tintas

As malhas são tingidas de forma sustentável, com produtos certificados livres de químicos tóxicos. Para o silk é utilizada tinta a base d'água.

O trabalho

As pessoas que participam da fabricação destes uniformes são de empresas familiares de Ribeirão Preto ou região. Fazem o transporte, cortam as malhas, costuram, estampam, bordam. Cada uniforme é muito importante, pois sustenta e colabora com a qualidade de vida dessas pessoas. Este tipo de trabalho traz algumas dificuldades, como a descontinuidade da linha de produção quando alguma máquina quebra ou alguém fica doente, mas faz parte dos processos menos industrializados, faz parte de nossa realidade.

Os resíduos

Separamos os retalhos da produção e destinamos a quem possa utilizá-los em trabalhos manuais.

O compromisso da Moringa em manter uma produção sustentável, de forma ecológica e social, é compartilhado com as empresas clientes, como a Escola Waldorf João Guimarães Rosa, que escolhem um caminho de cuidado e carinho com a comunidade e com o trabalho de todos.

Juliana de Camargo Cerdeira

Moringa - Criação e fabricação de roupas básicas e uniformes ecológicos

Agenda

Fevereiro

15 e 16: Curso Livre de Pedagogia Curativa

15: Integração Social

24 e 26: Aulas Suspensas

25: Carnaval

27: Aniversário Rudolf Steiner

Março

2: Reunião do Conselho de Pais

7: De Braços Abertos

13 a 15: Fundamentação em Pedagogia Waldorf

21 e 22: Curso Livre de Pedagogia Curativa

23: Assembleia Geral Ordinária APJ