

# COME

CIÊNCIA VIVA

PAVILHÃO DO  
CONHECIMENTO  
CENTRO CIÊNCIA VIVA

16 A 19 DE MARÇO · PARTICIPAÇÃO GRATUITA

De 16 a 19 de Março o Pavilhão do Conhecimento - Centro Ciência Viva apresenta uma programação dedicada à alimentação. Os processos sustentáveis de produção agrícola, os hábitos de alimentação saudável, a dieta mediterrânica e a prevenção de doenças cardiovasculares são alguns dos temas abordados através de actividades experimentais, *workshops*, projectos de ciência e tecnologia, debates e filmes. Esta é uma iniciativa organizada no âmbito do projecto europeu ERC=Science<sup>2</sup>, que dá a conhecer o European Research Council e a ciência que se faz na Europa.

17 DE MARÇO · PAVILHÃO DO CONHECIMENTO

## explorar.COME

10.00 › 18.00 • Exterior

### European Research Council - a ciência do futuro

Fique a conhecer alguns dos projectos de investigação que se fazem na Europa sobre alimentação, financiados por esta agência europeia.

10.00 › 15.00 • Varandim

### Hortas urbanas Horta FCUL

Venha descobrir um mundo de curiosidades fascinantes sobre permacultura, sustentabilidade e muito mais.

10.00 › 18.00 • Varandim

### ABC da intolerância alimentar

Porque somos intolerantes a alguns alimentos? Como podemos viver com as intolerâncias alimentares?

### Alimentação saudável, vida saudável

Todos sabemos que uma alimentação e um estilo de vida saudáveis são importantes para a saúde, mas é mais fácil dizê-lo do que fazê-lo. Neste jogo de cartas todos têm uma palavra a dizer.

### Da raiz às folhas: o que andamos a comer?

Sabia que no nosso dia-a-dia comemos raízes, caules, folhas e até mesmo flores de diversas plantas? Sabe dizer qual é qual?

### Novos alimentos à mesa

A sustentabilidade dos oceanos está associada à disponibilidade dos alimentos que temos à mesa. Mas como o mar não é só peixe, descubra outros alimentos que já fazem parte do nosso dia-a-dia.

### Os sentidos dos sabores

De que forma os nossos sentidos afectam a escolha que fazemos dos alimentos?

### Prova cega de alimentos saudáveis

Acha que as receitas saudáveis não têm sabor? Então esta prova é para si!

### Qual é a minha composição?

Fique a conhecer o que significam os nomes e códigos que aparecem nos rótulos de composição dos alimentos processados.

### Sou tão bom como pareço?

Já pensou na quantidade de açúcar e de gordura que os alimentos podem ter? Tem coragem para descobrir?

## debater.COME

18.00 › 21.00 • Átrio

### Debate: Alimentação saudável de crianças e jovens

A alimentação dos seus filhos é uma preocupação constante? Então venha debater o tema com médicos, nutricionistas, professores, alunos, e todos os que têm uma palavra a dizer sobre a alimentação dos mais novos.

Participação gratuita mediante inscrição prévia (mais informações em [www.pavconhecimento.pt](http://www.pavconhecimento.pt)).

