

Para essa atividade, podem utilizar aplicativos de supermercados e simularem uma compra virtual.

Inicialmente, imaginem que estão em um supermercado para uma compra mensal de alimentos, considerando sua vida cotidiana.

Em seguida, reflita sobre os questionamentos:

1. Você é responsável pela compra de alimentos na sua residência? Em caso, afirmativo, responda as questões 2 e 3 e, em caso negativo, passe para a questão 4.

---

2. Você tem o hábito de elaborar uma lista de compras antes de ir ao supermercado? Ou realiza as compras de forma aleatória? Quais suas dificuldades no momento da elaboração da lista (se esta for uma prática)?

---

---

---

3. Quais fatores você prioriza na sua compra mensal? Preço, praticidade, qualidade do produto, rotulagem dos alimentos, preferências alimentares, necessidades específicas de familiares devido a doença, por exemplo, ou outros fatores?

---

---

---

4. Considerando que a compra de alimentos passe a ser sua responsabilidade dentro de suas atribuições familiares, descreva como você realizaria esta atividade. Você considera importante elaborar uma lista de compras antes de ir ao supermercado? Se sim, como seria sua lista de compras? Quais fatores você priorizaria na sua compra mensal de

alimentos? Preço, praticidade, qualidade do produto, rotulagem dos alimentos, preferências alimentares, necessidades específicas de familiares devido a doença, por exemplo, ou outros fatores?

---

---

---

---

Agora, reflita sobre suas escolhas alimentares! Considere essas reflexões para executar a próxima atividade “Balança das escolhas”.



Os questionamentos com as respostas devem ser enviados via Plataforma Moodle ou por outro meio indicado pelo instrutor.