



Agrikultura ne'ebé Sensível ba Nutrisaun (ASN) & Merenda Eskolár

Formasaun ba Estensionista Agrikultura

Modúlu ba Fasilitadór | Revizaun Outubru 2020



Verzaun ne'e públika iha Outubru 2020

Fonte fotu iha livru kapa: HIAM Health (1), TOMAK (2), Mercy Corps (3)

Kurríkulu Agrikultura ne'ebé Sensível ba Nutrisaun (ASN) ne'e uluk dezenvolve husi:



Modúlu ASN ida ne'e inklui mós informasaun kona-ba Programa Merenda Eskolár adapta husi programa HATUTAN ('Hahán ne'ebé Atu fó Tulun ho Nutrisaun no Edukasaun'):



Agradesimentu

Kurrikulu Agrikultura ne'ebé Sensível ba Nutrisaun (ASN) ne'e dezenvolve uluk husi Governu Austrália nia Programa TOMAK (To'os ba Moris Di'ak) no HIAM Health ho envolvimentu makaas husi Ministério da Agricultura e Pescas (MAP), Ministério da Saúde (MdS), Instituto Nacional da Saúde (INS) no mós hetan ideia sira husi parseiru ne'ebé servisu iha área ASN iha Timor-Leste.

Modúlu ASN ida ne'e inklui mós informasaun kona-ba Programa Merenda Eskolár no adapta husi Programa HATUTAN. Programa HATUTAN (Hahán ne'ebé Atu fó Tulun ho Nutrisaun no Edukasaun) hetan fundu husi Departamentu Agrikultura Estados Unidos. CARE Internasionál iha Timor-Leste mak lidera konsórsiu no parseiru ho Mercy Corps no Water Aid. Programa ne'e nia objetivu mak atu harii parseria ida entre eskola ho sira nia comunidade atu hasa'e literasia, aprendizajen, saúde no nutrisaun ba labarik no adultu sira. Programa HATUTAN suporta adosaun husi materiál ida ne'e.

Rekoñesimentu

Dokumentu ida ne'e simu apoiu hosi povu Amerikanu liu hosi McGovern-Dole Programa Internasionál ba Edukasaun no Nutrisaun Labarik nian liu hosi Departamentu Agrikultura Estados Unidos (USDA). Konteúdu dokumentu ida ne'e responsabilidade Programa HATUTAN nian no la'ós refleta pozisaun USDA nian ka governu Estados Unidos América nian.

Lian Tatoli

Agrikultura iha knaar ne'ebé importante tebe-tebes ba vida maioria populasaun Timor-Leste nian, no ba futuru mós setór ida ne'e nia papél parese sei nafatin sai importante. Maoria populasaun rai ne'e nian mak moris iha liña mokit nia okos, no hosi sira ne'e maioria mós mak sira nia vida tomak depende ba setór agrikultura. Ho nune'e neineik-neineik bele hasa'e kontribuisaun setór agríkola nian iha Produtu Internu Brutu (PIB/GDP), ne'ebé ohin loron, sei depende liu ba setór petrolíferu.

Lihusi Konsellu Nasionál ba Seguransa Soberania Ai-han no Nutrisaun iha Timor-Leste (KONSSANTIL), governu tomak rekoñese katak atu hadi'a kondisaun nutrisaun iha Timor-Leste presiza apoiu inter-setoriál. Nu'udar lideransa KONSSANTIL, Ministériu Agrikultura no Peskas (MAP) mós identifika intervensaun prinsipál lima ne'ebé sei afeta nutrisaun. Ida mak aproximasaun Agrikultura Sensível ba Nutrisaun (ASN) ne'ebé buka atu haforsa kontribuisaun agrikultura ba nutrisaun. Ofisiál estensaun nian ne'ebé hela iha baze hetan fiar hosi comunidade nu'udar ema tékniku agrikultura nian.

Tanba ne'e modúlu ASN ne'e hanesan aproximasaun ida ne'ebé tau hamutuk informasaun atu hasa'e estensionista sira nia kapasidade no koñesimentu kona-ba oinsá bele hadi'ak nutrisaun família nian liuhusi agrikultura sensível ba nutrisaun. Tan ne'e, nu'udar Ministru, ha'u orgullu no agrade-se tebe-tebes ba tékniku sira ne'ebé ho laran luak hakarak fahe sira nia experiénsia, ne'ebé mak importante tebe-tebes iha manuál Agrikultura Sensível ba Nutrisaun nian ida ne'e.

Ha'u hein katak ho manuál ida ne'e bele habelar liután estensionista sira iha área rurál nia kapasidade no koñesimentu atu hodi ajuda to'os-na'in sira hadiak sira nia nutrisaun liuhusi agrikultura, liuliu sira ne'ebé mak hala'o kna'ar iha área poténsiál ba prodúsaun agríkola. Ho hahalok hirak ne'e ita nia agrikultór sira mós bele iha tempu barak liután hodi prodús ai-han nutritivu oioin atu bele konsume no fa'an balun hodi hadi'ak família nia ekonomia.

Dili, loron 26. fulan Jullu tinan 2018,



Eng. Joaquim José Gusmão dos Reis Martins
Ministru Agrikultura no Peskas nian

Konteúdu

Saida mak preziza prepara ba formasaun?	5
Materiál no ekipamentu.....	5
Job aids	5
Lista ba handout	5
Oráriu Formasaun	6
Sesaun 1: Introdusaun ba Formasaun.....	7
Sesaun 2: Saida mak ASN?	8
Sesaun 3: Kontestu Nutrisaun iha Timor-Leste	9
Sesaun 4: Malnutrisaun.....	11
Sesaun 5: Nutrisaun.....	14
Sesaun 6: Agrikultura ba Nutrisaun	16
Sesaun 7: Agrikultura no Programa Merenda Eskolár	19
Sesaun 8: Mudansa ba Hahalok: Fasil ka Lae?.....	22
Sesaun 9: ASN no Konsiderasaun Jéneru.....	24
Sesaun 10: Fasilitasaun	25
Sesaun 11: Implementasaun no Pasu ba Oin.....	27

Saida mak preziza prepara ba formasaun?

Materiál no ekipamentu

- Whiteboard stand
- Flipchart
- Spidol
- Lista partisipante
- Kadernu
- Lapizera
- Stick note
- Bola
- Meta plan
- Pitakola
- Goma (bantex)
- Goma surat tahan
- Babadok
- Projektór
- Laptop
- Laser connector
- Kartaun naran
- Rebusadu
- Folder ba partisipante
- Hvs A4 koloridu

Job aids

- Spanduk bikan grupu ai-han no figura ai-han (set 3)
- Flipbook ASN
- Poster ai-horis nutritivu (oin 4)
- Filme badak Saneamentu no Nutrisaun

Lista ba handout

- Sesaun #1: Ajenda formasaun, pre-test, lista prezensa, lista partisipante
- Sesaun #2: - n/a
- Sesaun #3: Estudu kazu labarik fetu na'in rua
- Sesaun #4: - n/a
- Sesaun #5: - n/a
- Sesaun #6: Kalendáriu tempu, kalendáriu kuda ai-horis, kalendáriu jeneru no formatu identifika ai-han kada suku
- Sesaun #7: Poster ai-horis nutritivu
- Sesaun #8: Formatu ha'u nia hahalok rasik
- Sesaun #9: -n/a
- Sesaun #10: Flipbook ASN
- Sesaun #11: Perguntas monitoring ASN, formatu planu mensal

Oráriu Formasaun

Loron 1		Loron 2		Loron 3	
Oras	Sesaun	Oras	Sesaun	Oras	Sesaun
08:00 – 08:30	Rejistu partisipantes	08:00 – 08:30	Rejistu partisipantes	08:00 – 08:30	Rejistu partisipantes
08:30 – 09:00	Abertura	08:30 – 09:00	Review ba topiku loron primeiru no introdús ajenda ba loron ohin	08:30 – 09:00	Review ba topiku loron segundu no introdús ajenda ba loron ohin
09:00 – 09:45	Introdusaun	09:00 – 10:00	Nutrisaun	09:00 – 09:30	Fasilitasaun
09:45 – 10:00	Pre-test			09:30 – 10:00	Introdusaun ba Flipbook
10:00 – 10:15	Merenda dadeer	10:00 – 10:15	Merenda dadeer	10:00 – 10:15	Merenda dadeer
10:15 – 11:15	Saida mak ASN?	10:15 – 12:00	Agrikultura ba Nutrisaun	10:15 – 12:00	Pratika ho Flipbook
11:15 – 12:00	Kontestu Nutrisaun iha TL				
12:00 – 13:00	Han meiudia	12:00 – 13:00	Han meiudia	12:00 – 13:00	Han meiudia
13:00 – 13:05	Jogu	13:00 – 14:00	Kont. Agrikultura ba Nutrisaun	13:00 – 14:00	Pratika ho Flipbook
13:05 – 14:00	Kontestu Nutrisaun iha TL	14:00 – 15:00	Agrikultura no Programa Merenda Eskolár	15:00 – 15:30	Implementasaun no Pasu ba Oin
14:00 – 15:00	Malnutrisaun				
15:00 – 15:15	Merenda lokraik	15:00 – 15:15	Merenda lokraik	15:30 – 16:00	Post-test Ensera treinamentu
15:15 – 16:45	Malnutrisaun	15:15 – 16:30	Mudansa ba Hahalok: Fasil ka lae? ASN no Konsiderasaun Jéneru		

Sesaun 1: Introdusaun ba Formasaun

Objetivu

Depois de sesaun participante sira bele:

- Hatene naran entre participante sira ho fasilitadór
- Diskute espetaksaun no kompara ho objetivu ba formasaun
- Esplika en jerál MAP, MdS, no MEJD nia aprosimasaun ba agrikultura no nutrisaun

Oras: Min 45

Metodolojia: Jogus, apresentasaun, diskusaun

Material: Metaplan kores, goma (bantex), spidol, kadernu, lapizera, kartaun naran, folder ba participante sira, flipchart, PPT ba sesaun 1, bola kasti, handout pre-test, projector, laptop no laser.

Prepara antes: Ba kada sesaun hakerek objetivu iha metaplan, ajenda ba kada loron hakerek iha flipchart no taka

Instrusaun ba fasilitadór:

1. *Ajenda:* Introdús ita nia an no apresenta ajenda ne'ebé taka iha flipchart.
2. *Introdusaun (koñese malu):* Jogus soe bola: Naran, husi ne'ebé, ai-horis ne'ebé favoritu no razaun. Fasilitadór ho participante envolve hotu.
3. Fasilitadór fahe metaplan kores ba participante sira no husu kada participante atu hakerek sira nia espetasaun husi formasaun ASN nian. Fasilitadór rekolla participante sira nia espetasaun no taka iha didin. Esplika katak ita sei kompara sira nia espetasaun ho objetivu, iha loron ikus husi formasaun ne'e.
4. Fasilitadór introdús regulamentu no husu participante sira atu kompleta pontus balun.
5. *Pre-test:* Fahe kestionáriu pre-test.
6. *Objetivu:* Antes tama iha objetivu, esplika katak ohin sira taka tiha ona sira nia espetasaun. Agora apresenta objetivu iha slide.
7. *KONSSANTIL/MdS/MAF/MEJD:* Husu ba participante sira: Ita-Boot sira rona tiha ona kona-ba KONSSANTIL? Oinsá ho Ita-Boot sira nia esperiénsia ho KONSSANTIL iha nivel munisípiu no postu administrativu? Hotu mak hatudu slide.

Sesaun 2: Saida mak ASN?

Objetivu

Depois de sesaun partisipante sira bele:

- Esplika saida mak ASN no ligasaun entre agrikultura no nutrisaun
- Deskreve diferénsia entre nutrisaun sensível no nutrisaun espesífiku

Oras: Min 45

Metodolojia: Apresentasaun, jogus, diskusaun no explora ideia

Material: PPT ASN, projector, laptop, laser, flipchart no spidol

Prepara antes: -

Instrusaun ba fasilitadór:

1. *Saida mak ASN:* Antes hatudu slide: husu ba partisipante sira: saida mak Ita-Boot sira hatene kona-ba ASN? Explora partisipante sira nia ideia sira antes tama ba slide. Halo ligasaun ho sira nia ideias kona-ba ASN no esplika slide 'Saida mak ASN' nia figura: agrikultura prodús ai-han hodi hadi'a ema nia saúde liu husi nutrisaun.
2. *Objetivu ASN:* Esplika saida mak objetivu ASN ho slide. Husu partisipante sira: Ita-Boot sira rona tiha ona kona-ba nutrisaun sensível no espesífiku?
3. *Diferénsia entre nutrisaun espesífiku no sensível:* Apresenta slide.
 - *Ezemplu nutrisaun espesífiku:* batar uut, plumpy nut, ORALIT no zinku ba labarik tee-been.
 - *Ezemplu ba ASN:* Hakiak ikan (akuakultura), kuda modo, hakiak manu, hodi promote konsumu no haforsa seguransa ai-han
4. *Tanbasá agrikultura tenke preokupa no hatene nutrisaun?* Antes tama slide tuir mai: husu partisipante sira, tanbasá mak agrikultura tenke preokupa ho nutrisaun? Hein to'o sira fó ideia barak mak hatudu slide. Esplika razaun no depois husu: Figura ne'ebé mak sensível no figura ne'ebé mak espesífiku. Husik partisipante sira mak diskute no la presiza fó resposta tanba susar atu hatene liu husi figura oinsá agrikultura liga ba nutrisaun.
5. *Jogus loos ka sala:* Esplika ba partisipante sira katak ita sei hatudu statmentu no sira mak decide nia ASN ka lae? Partisipante ne'ebé sente los hamriik no kaer didin loos no partisipante ne'ebé sente sala hamriik no kaer didin karuk. Se karik statmentu seidauk klaru katak inklui parte rua ne'e, entaun ita la bele dehan nia ASN. Diskute kada statmentu no partisipante sira bele troka sira nia hanoin no muda ba didin seluk.
6. Loke resposta. Bele fó hanoin fali ba sira katak: Bainhira statmentu nutrisaun loos de'it nia espesífiku no la'os ASN. No se karik statmentu mak agrikultura loos de'it ne'e mós la'os ASN.
7. Antes tama slide tuir mai: Husu fali sira, tanbasá mak agrikultura importante ba nutrisaun nomós nutrisaun importante ba agrikultura? Karik partisipante sira sei duvidas bele fó tan ezemplu ba sira.

Ezemplu: Se karik to'os-na'in sira moras, se mak halo servisu iha to'os?
8. Halo sumáriu badak ba sesaun no importánsia entre agrikultura no nutrisaun katak parte rua ne'e la bele kotu no tenke reforsa malu.

Sesaun 3: Kontestu Nutrisaun iha Timor-Leste

Objetivu

Depois de sesaun participante sira bele:

- Esplika en jerál situsaun nutrisaun ba labarik sira iha Timor-Leste

Oras: Min 45

Metodolojia: Apresentasaun, diskusaun no esplora ideia

Material: PPT ASN, projector, laptop, laser, flipchart no spidol

Prepara antes: Handout estudu kazu labarik feto na'in rua

Instrusaun ba fasilidór:

1. Fahe participante ba grupu tolu no fó minutu 15 ba sira atu diskute estudu kazu kona-ba labarik feto na'in rua.
 - Kada grupu sei diskute pergunta sira:
 - a. Saida mak Ita-Boot sira nia hanoin kona-ba istória ne'e?
 - b. Saida mak pesoál saúde sei hato'o ba Bi Korta?
 - c. Aban bairua Joana no Nina tama eskola, saida mak bele akontese ba labarik feto rua ne'ebé diferente?
 - d. Iha Ita-Boot sira nia suku iha labarik hanesan Joana ou Nina ka lae?
 - Ba pergunta 2 buka resposta hanesan, pesoál saúde sei rekomenda ba Bi Korta atu fó ai-han husi grupu tolu ba nia oan han ne'ebé importante ba nia dezenvolvimentu isin no mentál. Nia fó etu no modo de'it, entaun nia bele aumenta ai-han hanesan koto, tempe, manu-tolun ka ikan. Nia mós bele tenta atu fó han variasaun ba nia oan hanesan ohin fó modo senoura no aban marungi ka tomate. Pesoál saúde mós sei valoriza inan rua ne'ebé lori sira nia oan mai tetu.
 - Ba pergunta 3, buka resposta hanesan, aban bainrua Joana bele falta eskola beibeik tanba moras. Se nia badak no karik kakutak dezenvolve tarde nia bele hetan susar atu aprende no karik la pasa. No mós se nia ba eskola hamlaha no hahan hanesan sasoro tanan ne'e mós susar ba nia atu konsentra iha aula. E bainhira moras beibeik, labarik sei falta eskola beibeik. Se nia falta eskola beibeik, nia karik la naik.
 - Ba pergunta 1 no 4 sei liga ho participante sira nia ideia no esperiênsia sira.
2. Hatudu slide 'Status Nutrisaun ba Labarik Tinan 5 Mai Kraik'. Husu ba participante sira: Dadus sira ne'e hatudu saida ba ita? Saida mak diferênsia entre ra'es badak no todan menus? Oinsá labarik sira bele hetan ra'es badak? Partisipante sira la presiza dekor dadus maibé pontus importante mak:
 - a. Situasaun nutrisaun seriu afeita ba labarik sira ho idade tinan 5 mai kraik kuaze 50% (ra'es badak). Labarik ne'ebé ra'es ka badak ba idade dalaruma ita haree la krekas ida.

- b. Todan menus 37% mós problema hotu maibé problema boot liu mak ra'es badak (badak ba idade).
3. Husu ba partisipante sira: Ita hetan labarik ra'es badak iha ita nia suku? Nia isin oinsá? Oinsá ita bele hatene?
- a. Resposta: Liu husi sukat mak ita foin bele hatene. Dala barak ema ra'es badak ita haree hanesan isin di'ak maibé depois de sukat ba idade mak ita foin hatene.
 - b. Ho todan menus hanesan. Se karik labarik hotu mak isin lotuk oinsá ita hatene? Tetu no sukat. E diak liu ita prevene antes situasaun sai grave.
4. Perguntas kona-ba frekuénsia no diversidade;
- Saida mak Ita-Boot sira hanoin kona-ba frekuénsia no diversidade ba ai-han?
 - Saida mak ita hanoin kona-ba dieta diversidade no frekuénsia han?
 - Dadus iha figura ne'e hatudu saida?
 - Problema ida mós mak frekuénsia (han loron ida dala hira) no diversidade (han ai-han oin saida de'it) ba labarik ki'ik sira...ai-han loro-loron la to'o no mós variedade ai-han la to'o (sasoro tanan ka modo tahan uitoan).

Dadus hatudu 13% de'it mak tuir estandar (Frekuénsia no diversidade). Frekuénsia no diversidade hahán ba kresimentu bebe hahu kedas husi inan isin rua.

5. Hatudu ba slide ho mapa:
- Husu ba partisipante sira: Saida mak dadus sira ne'e hatudu ba ita kona-ba malnutrisaun ba labarik iha kada munisípiu?
 - Bazeia ba xave mapa no nia kór, iha diferénsia entre munisípiu sira?
 - Buka kle'an to'o hetan resposta hanesan: Munisípiu 13 tama iha kategoria grave hotu. Nomós área urbanu ho asesu ba informasaun hanesan Dili. Ida ne'e hatudu katak iha problema ne'ebé afeita ba nasaun tomak (urbanu no rurais, riku no kiak).
6. Halo sumariu jerál kona-ba situasaun jerál nutrisaun iha Timor-Leste no oinsá sesaun ida ne'e hanesan fundasaun ba ita kona-ba dadus nutrisaun ba labarik.

Sesaun 4: Malnutrisaun

Objetivu

Depois de sesaun partisipante sira bele:

- Deskreve siklu menus-nutrisaun interjerasaun husi hahan no nia konsekuénsia
- Esplika fatór ne'ebé halo influénsia ba malnutrisaun iha Timor-Leste
- Identifika kauza no impaktu husi malnutrisaun

Oras:

Metodolojia: Servisu iha grupu ki'ik, diskusaun, apresentasaun, esplora ideia

Material: PPT ASN, projector, laptop, laser, flipchart, HVS A4 kores no spidol

Prepara antes:

Instrusaun ba fasilitadór:

1. *Introdusaun:*

- Hatudu slide ho figura labarik sira.
- Husu ba partisipante sira: Oinsá ho Ita-Boot sira nia hanoin kona-ba labarik sira nia saúde/nia kondisaun?
- Oinsá ita bele hatene sira nia kondisaun?
- Oinsá ho Ita-Boot sira nia hanoin kona-ba labarik kiik sira nia saúde iha ita nia suku?

2. *Siklu menus nutrisaun (Min 30):*

- Fahe partisipante sira ba grupu 4.
- Kada grupu atu pinta (ida de'it) fotografia bebé, labarik, adolescente no inan isin-rua hanesan.
- Kada grupu bele fó naran ba sira-nia figura.
- Kada grupu hatan ba pergunta "Tanbasá presiza nutrisaun di'ak?" *Minutu 15.*
- Husu ba kada grupu atu apresenta rezultadu husi sira-nia diskusaun grupu.
- Fó tempu ba grupu seluk atu husu pergunta ka fó klarifikasaun atu bele halo diskusaun ho partisipasaun ativu.

3. Hatudu figura siklu menus nutrisaun iha slide no kompleta pontus ne'ebé karik partisipante sira la apresenta.

- Fasilitadór husu perguntas karik atu hakotu siklu malnutrisaun ita hahu husi ne'ebé?
- Husik partisipante sira fó ideia no fasilitadór sei resposta katak atu hakotu malnutrisaun presiza hahu husi feto adolescente tamba iha tempu ne'e sira prepara aan ba inan isin rua.

4. *Definisaun malnutrisaun.*

- Antes tama ba definisaun malnutrisaun, husu partisipante sira: Saida mak malnutrisaun?
- Depois hatudu esplikaun.
- Esplika slide hotu bele aumenta katak bainhira saúde diak ita nia isin iha kapasidade di'ak liu atu simu nutriente husi ai-han.

Se karik labarik tee-been ka lumbringa iha nia kabun oinsá nia isin bele simu vitamina husi ai-han ne'ebé nia konsumu?

5. *Impaktu husi malnutrisaun*

Hatudu slide kona-ba figura kakutak rua:

- Husu: oinsá ho Ita-Boot sira nia hanoin kona-ba figura kakutak rua ne'e?
- Bainhira labarik ra'es badak ho nia kakutak hanesan ne'e, saida mak ita haree husi liur?
- Hein to'o sira fó resposta hotu mak loke pontus iha slide.

Reforsa katak dezvoltamentu ba kakutak ita la haree husi liur.

6. *Ai-hun problema (Min 30)*

- Hatudu slide ho ai-hun problema, no fasilita diskusaun ho grupu boot uza perguntas iha figura nia sorin.
- Buka resposta hanesan buat ne'ebé ai-horis presiza atu buras ho di'ak.
- Fahe partisipante sira ba grupu 4 no husu sira atu pinta ai-hun, deskreve kauza no impaktu husi malnutrisaun.
- Husu partisipante sira atu konsidera jéneru no kultura ba sira nia resposta, nomós impaktu husi malnutrisaun iha tempu badak no iha tempu naruk ba nasaun. Minutu 20.
- Hili grupu rua de'it atu apresenta. Ke'e ba resposta ne'ebé spesífiku.
- Reforsa razaun ne'ebé sira la temi ho slide ai-hun problema ne'ebé prienxe tiha ona.
- Hatudu slide tuir mai no esplika servisu iha grupu.

Ikus reforsa katak ita tenta atu tesi abut malnutrisaun ne'ebé halai liu ba agrikultura.

7. Hatudu slide diagrama ligasaun entre soe fó'er boot arbiru no ita nia ai-han no husu partisipante sira saida mak akontese iha diagrama?

- Hein to'o sira responde no aumenta ho: Hanesan rezultadu husi soe fó'er boot arbiru no lalar lori kutun husi tee ba ai-han, susar asesu ba bee no la fase liman antes han no depois de soe fó'er boot no fase labarik nia kidun.
- Loke filme badak kona-ba saneamentu no nutrisaun. Depois husu: oinsá ho sira nia hanoin kona-ba filme no prátika hanesan ne'e akontese iha sira nia comunidade ka lae?

- Halo sumáriu: Tee-been hela de'it halo susar atu simu vitamina husi ai-han. Lumbringa iha kabun mós hanesan maski han ai-han nutritivu.
8. Halo sumáriu bazeia ba objetivu sesaun katak ita la presiza de'ór dadus espesífiku maibé hatene situasaun nutrisaun en jerál no nia rezultadu malnutrisaun. Iha fatór barak ne'ébé halo kontribuisaun atu redús malnutrisaun.

Sesaun 5: Nutrisaun

Objetivu

Depois de sesaun participante sira bele:

- Esplika se mak sai prioridade liu ba grupu nutrisaun
- Esplika ai-han grupu tolu (Haforsa, Haburas no Protesaun)
- Identifika ai-han makronutriente no mikronutriente
- Deskreve benefísiu husi susubeen inan nian

Oras: 2.5

Metodolojia: Servisu iha grupu ki'ik, diskusaun, apresentasaun, esplora ideia sira, jogus nutrisaun, observasaun to'os

Material: Spanduk bikan grupu ai-han no figura ai-han (set 3), PPT ASN, projector, laptop, laser, flipchart, HVS A4 kores no spidol

Prepara antes: Spanduk bikan grupu ai-han no figura ai-han (set 3)

Instrusaun ba fasilidadór:

1. *Grupú prioridade nutrisaun*

- Esplika ba participante sira katak agora iha jogus kadi kakutak loos ka sala.
- Fasilidadór koloka kartaun (meta plan) hakerek loos ka sala no taka iha didin.
- Husu participante hotu hamriik no fasilidadór sei hatudu statementu iha slide.
- Participante ne'ebé sente loos hamriik iha parte didin ne'ebé ho kartaun loos no participante ne'ebé sente sala hamriik iha parte didin ne'ebé ho kartaun sala.
- Diskute kada statementu no participante sira bele troka sira nia hanoin no muda ba didin seluk.
- Fó korajen ba participante sira atu konvense malu depois mak loke resposta. Minutu 15.

2. *Grupú ai-han 3*

- Fahe participante ba grupu 3.
- Kada grupu sei hili figura ai-han ne'ebé prepara ona husi fasilidadór.
- Kada grupu sei halo diskusaun no hili ai-han fó forsa, haburas, protesau hodi hatudu no tau ba spanduk figura ai-han nian.
- Fasilidadór no grupu seluk sei observa apresentasaun husi grupu seluk.
- Husu fali ba participante sira, se karik ai-han husi grupu ida mak lulik, saida mak ita sei halo?
- Hatudu slide ho grupu ai-han 3 no reforsa katak grupu ai-han 3 no nia funsaun:
 1. **Dezenvolve isin/haburas** (Ajuda kresimentu no dezenvolvimentu)
 2. **Fó forsa** (Fó enerjia ba labarik)
 3. **Fó protesau** (Prevene no kontra moras)

3. *Nutriente*

- Hatudu slide ho figura batar no husu ba sira, oinsá ho sira nia hanoín ba batar nia kondisaun? Falta saida? Nia konsekuénsia saida?

Fasilitadór esplika katak nutriente ba ema mós hanesan ho ai-horis.

- Husu fali ba partisipante sira saida mak nutriente?
- He'in to'o sira responde no esplika kona-ba definisaun nutriente katak *substansia importante ne'ebé mak kontein iha ai-han nia laran ba kresimentu no saúde di'ak ne'ebé kompostu husi komponente makronutriente (proteína, karbohidrat, bokur) no mikronutriente (vitamina no minerál).*

4. *Tipu nutriente*

- Husu perguntas: saida mak makronutriente no mikronutriente no ai-han saida mak tama iha makronutriente no mikronutriente?
- Hatudu slide no esplika katak iha tipu nutriente rua – Makronutriente no Mikronutriente.
- Hatudu slide tuir mai no esplika katak ai-han hirak ne'ebé mak tama ba makronutriente mak kompostu husi karbohidratu, proteina no bokur no mikronutriente kompostu husi vitamina no minerál.
- Hatudu slide no esplika kona-ba dadus defisiénsia mikronutriente (vitamina A, ferru no zinku)
- Hatudu slide no esplika kona-ba ai-han ne'ebé kontein iha mikronutriente (vitamina A, ferru no zinku)
- Fahe figura (tool) ai-han nutritivu (vitamina A, ferru no zinku)
- Fasilitadór esplika hodi reforsa tan katak agora ita koalia kona-ba mikronutriente 3 ne'ebé ohin dadus hatudu katak iha defisiénsia menus ba mikronutriente sira ne'e.
- Husu perguntas: hanesan ohin ita ko'alia tiha ona se karik rekursu la to'o atu hola na'an ka ikan, ita bele troka ho saida atu hetan ai-han grupu 3?
- Husu tan pergunta saida mak ita nu'udar estensionista bele promote kona-ba mikronutriente no ai-han grupu 3?

5. Hatudu slide kona-ba 'Nutrisaun ba Família' no esplika katak família hotu presiza konsidera pontus importante sira ne'ebé hatudu iha slide.

6. *Benefísiu susubeen inan*

- Saida mak benefísiu susubeen inan ba inan no oan?
- Husik partisipante sira fó ideia sira
- Hatudu slide kona-ba saida mak susubeen inan no nia benefísiu
- Husu fali: maski sira hanesan estensionista, saida mak sira bele halo iha sira nia suku atu promote pratika fó susubeen inan?

7. Halo sumáriu no esplika katak: ***Ema hotu, iha nia moris tomak, presiza nutriente sira ne'ebé hanesan, maibé montante mak la hanesan.***

Sesaun 6: Agrikultura ba Nutrisaun

Objetivu

Depois de sesaun participante sira bele:

- Deskreve definisaun husi seguransa ai-han no nutrisaun
- Esplika komponente husi seguransa ai-han

Oras: 2

Metodolojia: Servisu iha grupu ki'ik, diskusaun, apresentasaun, esplora ideia sira, jogus

Material: PPT ASN, kalendariu tempu projector, laptop, laser, flipchart no spidol

Prepara antes: Flipchart ba kalendáriu oin 3 (ai-horis/tempu/jéneru) set 3, kopia 5 iha kór ba ai-horis nutritivu, metaplan ho kór no dezeńu 'Ha'u nia bikan mamuk' iha flipchart 3.

Instrusaun ba fasilitadór:

1. *Seguransa ai-han*

- Hahu sesaun ho husu pergunta ba participante sira kona-ba saida mak seguransa ai-han no nutrisaun?
- Husik participante sira responde.
- Fasilitadór hatudu slide no apresenta definisaun husi seguransa ai-han no nutrisaun
- Husu saida mak komponente ba seguransa ai-han. Fo tempu ba sira atu responde. Esplika kada komponente husi seguransa ai-han no nutrisaun ne'ebé hatudu iha figura.

2. *Kalendáriu tempu*

- Husu: saida mak kalendáriu tempu? Fó tempu ba sira responde no reforsa katak estensionista sira familiar ho kalendáriu tempu ne'ebé ajuda ita hatene saida mak tempu ai-han tuir nia epoka.
- Loke slide kona-ba servisu iha grupu ki'ik. Fahe participante sira ba grupu 3.
- Kada grupu sei simu kalendáriu husi fasilitadór hodi halo diskusaun.
- Kada grupu sei vistu iha ezemplu kalendáriu tempu iha tinan tomak tuir tempu; udan uitoan, udan normál, udan boot, bailoron, anin, bee barak, bee natoon no bee laiha.
- Kada grupu sei apresenta rezultadu diskusaun.
- Fasilitadór halo sumáriu no husu perguntas ba participante sira kona-ba vantajen husi kalendáriu tempu.
- Husik participante sira mak resposta rasik.

3. *Kalendáriu tipu ai-horis ne'ebé kuda*

- Fila fali ba grupu 3 ne'ebé hanesan.
- Kada grupu sei simu kalendáriu husi fasilitadór hodi halo diskusaun.

- Kada grupu sei vistu iha ezemplu kalendáriu tipu ai-horis ne'ebé kuda iha tinan tomak tuir tempu; hare, batar, fore-rai, liis, koto, modo, ai-fuan, ai-farina no fehuk midar.
- Kada grupu sei apresenta rezultadu diskusaun.
- Fasilitadór halo sumáriu no husu perguntas ba partisipante sira kona-ba vantajen husi kalendáriu kuda tipu ai-horis.
- Husik partisipante sira mak resposta rasik.

4. *Pasu sé mak lidera (feto ka mane)*

- Fila fali ba grupu 3 hanesan.
- Kada grupu sei simu formatu husi fasilitadór hodi halo diskusaun.
- Kada grupu sei vistu iha ezemplu envolvimentu jéneru kona-ba atividade kuda hare: sé mak prepara fini, sé mak prepara rai, no sst.
- Kada grupu sei apresenta rezultadu diskusaun.
- Husu perguntas ba partisipante sira husi atividade ne'e, sé mak servisu barak liu? Feto ka Mane?
- Husik partisipante sira mak resposta.

Fasilitadór aumenta katak baibain feto sira mak envolve barak liu iha servisu, hahú husi prepara fini to'o poz-kolleita.

5. *Identifika grupu ai-han iha kada suku*

- Fasilitadór esplika ba partisipante sira katak ohin identifika ona kalendáriu tempu, kalendáriu kuda tipu ai-horis no oinsá mane ho feto fahe servisu no agora fila fali ba ligasaun ho grupu ai-han 3.
- Partisipante sira mantein nafatin iha grupu 3 ne'ebé hanesan.
- Hatudu slide ho figura ai-han grupu 3 mamuk.
- Fahe flipchart ne'ebé dezeńu ona ha'u nia bikan mamuk ba kada grupu atu identifika ai-han grupu 3 iha sira nia hela fatin, bazeia ba ai-han sira ne'ebé sira bele asesu.
- Kada grupu sei hatan perguntas hanesan:
 - a. Grupu ai-han ida ne'ebé mak menus?
 - b. Tanbasá iha ita nia suku rasik ai-han husi grupu ne'e laiha?
 - c. Saida mak MAP bele kontribui?
 - d. Saida mak estensionista sira bele halo?
- Kada grupu sei apresenta rezultadu no fasilitadór halo rezumu ba rezultadu diskusaun.

6. *Ai-horis nutritivu*

- Hatudu slide ba figura ai-horis nutritivu (Vitamina A, Ferru no Zinku) no apresenta katak ita ho MAP no MdS dezenvolve ona figura ne'e ba estensionista sira atu bele uza hodi halo diskusaun ho grupu to'os-na'in sira.

- Fahe suratahan kór ba grupu 3 atu halo diskusaun kona-ba figura ai-horis nutritivu ne'e bele uza ka lae? Fó minutu 15 ba kada grupu hodi halo diskusaun.
- Fasilitadór aumenta ho perguntas:
 - a. Oinsá ho ita nia hanoin kona-ba figura ida ne'e? Oinsá ita bele uza?
 - b. Oinsá perguntas dikusaun bele ke'e di'ak liu tán kona-ba oinsá sira deside kuda ai-horis ne'ebé. Iha buat ruma ne'ebé seidauk klaru?
 - c. Fó tempu ba kada grupu atu apresenta.
 - d. Fasilitadór foti feedback husi participante sira atu ekipa diskute no halo revizaun.

Sesaun 7: Agrikultura no Programa Merenda Eskolár

Objetivu

Depois de sesaun partisipante sira bele:

- Hato'o benefísiu husi Programa Merenda Eskolár
- Kompriende oinsá agrikultura bele suporta ai-han iha eskola
- Kompriende oinsá ai-han iha eskola bele suporta ekonomia lokál

Oras: Oras 2

Metodolojia: Atividade iha grupu ki'ik, apresentasaun, esplora ideias, jogus

Material: PPT ASN, handout identifika grupu ai-han 3 iha suku, projector, laptop, laser, flipchart no spidol

Prepara antes: Poster ai-horis nutritivu, metaplan, bikan grupu ai-han hamutuk iha flipchart (x3)

Instrusaun ba fasilidadór:

1. Loke slide primeiru kona-ba vizaun FRESH (Foka Rekursu ba Efetivu Saúde Eskolár):

- Husu: imajen ida ne'e representa saida? He'in to'o sira responde no esplika: FRESH hatudu komponente hotu ba saúde Eskolár. Komponente sira ne'e promove saúde di'ak, aprende ativu, no la falta eskola.
- Husu: Agrikultura nia fatin iha imajen ne'e iha ne'ebé? Fó tempu ba sira responde no esplika:
 - a) Agrikultura fornese ai-han ba Programa Merenda Eskolár;
 - b) To'os-na'in sira ne'ebé hela besik eskola bele fa'an sira nia modo estra ba eskola ba merenda Eskolár;
 - c) Atividade estra kurrikular foka ba to'os-Eskolár;
 - d) To'os Eskolár mós halo atu hanorin eskola oan sira kona-ba hortikultura no agrikultura; no
 - e) Sira bele aplika iha eskola.

2. *Objetivu ba Program Merenda Eskolár*

- Husu: Saida mak ita-boot sira hatene kona-ba programa nasional Merenda Eskolár?
- Hatudu slide kona-ba objetivu 3 ba Programa nasional Merenda Eskolár.
- Hatete katak sira ne'e mak objetivu ne'ebé foin lailais hetan revizaun ba Matadalan Merenda Eskolár

3. *Komponente xave ba Merenda Eskolár*

- Esplika katak programa nasional Merenda Eskolár agora halo revizaun hela.
- Loke slide ne'ebé kompara programa Merenda Eskolár uluk ho programa Merenda Eskolár agora. Kompara saida mak diferente no saida mak hanesan ba

iha koluna rua. Aumenta katak estensionista sira mos bele hola papel atu halo advokasia ba tein nain sira atu sosa produktu local ba Merenda Eskolár.

4. *Atividade: Impaktu ba Merenda Eskolár*

- Loke slide no fahe partisipante sira ba grupu 4.
- Grupu rua hetan pergunta 1 no grupu rua hetan pergunta 2 ba diskusaun.
- Loke slide tuir mai ho perguntas: 1) Oinsá merenda Eskolár bele suporta to'os-na'in lokál 2) Oinsá merenda Eskolár halo impaktu ba nutrisaun ba labarik?
- Fó minutu 15 ba sira atu diskute.
- Bolu fali grupu 4. Husu grupu 1 apresenta sira nia resposta. Husu grupu 2 atu aumenta pontus seluk husi sira nia diskusaun.
- Husu grupu 3 apresenta sira nia resposta. Husu grupu 4 atu aumenta pontus seluk husi sira nia diskusaun.

5. *Oinsá merenda Eskolár suporta to'os-na'in sira*

- Fo obrigadu ba grupu sira nia resposta no esplika katak ita sei haree resposta hamutuk. Loke slide no haree razaun ida-ida hamutuk.

6. *Oinsá merenda Eskolár bele halo impaktu ba nutrisaun labarik*

- Fo obrigadu ba grupu sira nia resposta no esplika katak ita sei haree resposta hamutuk. Hare slide konaba impaktu hamutuk.

7. *Identifika grupu ai-han ne'ebé bele asesu iha ita nia suku*

- Esplika katak iha sesaun 6, sira priense tiha ona kalendáriu tempu kuda no oinsá mane ho feto fahe papél agrikultura tuir epoka. Agora ita atu liga kalendáriu tempu ho grupu ai-han 3.
- Fahe partisipante ba grupu 3 tuir fatin postu administrativu.
- Loke slide tuir mai kona-ba identifika grupu ai-han ba Merenda Eskolár.
- Fahe flipchart 3 ho grupu ai-han 3 ne'ebé hamutuk. Husu sira atu identifika ai-han ne'ebé bele asesu iha sira nia suku ba Refiesau Eskolár.
- Husu kada grupu atu responde ba pergunta iha slide tuir mai:
 - a) Grupu ai-han saida mak ladún hetan iha ita nia suku? Tansá? Sa fulan?
 - b) Grupu ai-han ida ne'ebé mak ita haree beibeik iha Merenda Eskolár? Grupu ai-han ne'ebé mak baibain falta? Tansá?
 - c) Saida mak MAP bele kontribui? Saida mak estensionista sira bele halo atu suporta ho asegura katak ai-han nutritivu no husi grupu ai-han 3 tama iha ai-han família no mós Merenda Eskolár.
- Fó minutu 20 ba sira no hotu husu kada grupu atu aprezena.

8. *Ai-horis nutritivu*

- Loke slide ho imajen ai-horis nutritivu (Vitamina A, Feru, Zinku, Proteina) no esplika katak poster sira ne'e mak dezenvolve ho MAP no MdS ba estensionista sira uza. Bele uza halo diskusaun ho grupu to'os-na'in sira no mós ho grupu rai no empresta osan. Kada partisipante sei hetan set ida ba poster sira ne'e.

- Anota katak revizaun ba Programa Merenda Eskolár se haree oinsá atu inklui ai-han nutritivu iha poster sira neé ba menu.
- Taka sesaun ho mensajen xave: Ai-han hirak ne'e moris iha Timor-Leste no labarik Timoroan hotu-hotu iha direitu atu hetan ai-han nutritivu ba kresimentu no dezenvolvimentu di'ak. Estensionista sira bele hola parte atu suporta produsaun ba ai-horis nutritivu.

Sesaun 8: Mudansa ba Hahalok: Fasil ka Lae?

Objetivu

Depois de sesaun partisipante sira bele:

- Identifika saida mak suporta ema halo pratika ida nomós saida mak bele prevene sira atu halo pratika ida
- Deskreve mudansa hahalok ba audiénsia husi ASN
- Deskreve fatór sira ne'ebé mak influénsia ba mudansa hahalok
- Esplika pratika saida mak ita hakarak promote liu husi ASN

Oras: Min 45

Metodolojia: Explora ideia sira, atividade individuu, diskusaun, apresentasaun,

Material: PPT ASN, handout ha'u nia hahalok rasik, projector, laptop, laser, flipchart no spidol

Prepara antes: Handout ba ha'u nia hahalok rasik

Instrusaun ba fasilítadór:

1. *Muda hahalok fasil ka lae?*

- Hatudu slide ho figura família no husu pergunta ba partisipante sira muda hahalok ne'e fasil ka lae?
- Mai ita analiza hamutuk.
- Hatudu slide tuir mai ho statmentu ida-ida. Loos ka sala?
- Husu partisipante hotu hamriik no fasilítadór sei hatudu statementu iha slide.
- Partisipante ne'ebé sente loos hamriik iha parte didin ne'ebé ho kartaun loos no partisipante ne'ebé sente sala hamriik iha parte didin ne'ebé ho kartaun sala.
- Diskute kada statementu no partisipante sira bele troka sira nia hanoin no muda ba didin parte seluk.
- Fasilítadór la presiza hateten los ka sala maibé importante mak ke'e tan ba fatór ne'ebé bele halo influénsia ba ema nia desizaun atu halo ka la halo pratika ida.

2. *Ha'u nia hahalok rasik*

- Fasilítadór fahe handout no hatudu slide tuir mai.
- Review kada pergunta no husu sira atu prienxe mesak.
- Reforsa katak sira la bele uza ezemplu husi servisu.
- Fó minutu 15 ba partisipante sira hodi prienxe.
- Husu ba partisipante ida atu voluntáriu hodi fahe nia esperiénsia.
- Husu tan ema ida ho ezemplu ne'ebé la hanesan.

Halo sumariu: Muda hahalok buat susar ida. Ita hotu iha esperiénsia koko atu muda ita nia hahalok rasik. Dalaruma hakat ba oin no dala barak fali ba kotuk. E iha razaun barak mak halo influénsia ba ita. **La'ós koñesimentu de'it.** Se koñesimentu de'it, tanbasá ita hotu la susesu kedas? Tanba fatór barak mak ita hotu tetu haree ba nia vantajen no dezvantajen.

3. *Fatór sira ne'ebé influénsia ba mudansa hahalok*

- Hatudu slide tuir mai ba to'os-na'in no husu partisipante sira: se to'os-na'in atu halo ka la halo hahalok ida ne'e, fatór ida ne'ebé mak sei halo influénsia makaas liu ba nia?
- Ba kada fatór husu ezemplu husi partisipante sira.
- Buka kle'an liután hodi hetan fatór sira ne'ebé halo to'os-na'in sira tetu atu halo ka la halo ba mudansa hahalok.

4. *Audiénsia no fokus*

- Hatudu slide no husu ba partisipante sira katak audiénsia ba mudansa hahalok iha ASN ita foka ba sé?
- Fasilitadór esplika katak audiénsia loloos ba mudansa hahalok iha ASN mak to'os-na'in.
- Husu ba partisipante sira sé mak besik liu ba iha to'os-na'in no influénsia sira?
- Husu fali, oinsá estensionista bele influénsia to'os-na'in hodi muda hahalok?
- Husu fali ba partisipante sira saida mak vantajen ba estensionista sira?
- Saida mak sira gosta liu kona-ba sira nia servisu?

Hatudu slide tuir mai, vantajen boot ida tan mak estensionista besik liu ho comunidade. Ema tekniku ne'ebé to'os-na'in fiar. Ho razaun ida ne'e, estensionista sira mak bele influénsia fali to'os-na'in atu adapta buat foun.

5. *Hahalok xave:*

- Bazeia ba ASN saida mak ita hakarak to'os-na'in halo?
- Buka resposta hanesan kuda ai-horis nutritivu.
- To'os-na'in sira halo diskusaun ho sira nia feen ka la'en kona-ba oinsá decide atu kuda ai-horis ida ne'ebé, oinsá uza ai-horis depois de kolleita, no oinsá uza osan iha uma laran.
- Promove ai-han grupu 3. Promove konsume hamutuk ho fa'an. Halo diskusaun ho to'os-na'in, se karik na'an la iha bele troka ba saida?
- Hatudu slide tuir mai, apresenta hahalok 3 ne'ebé ita hakarak promove ho to'os-na'in sira.
- Husu partisipante nia hanoin kona-ba hahalok ida-idak. Bele refere fali ba figura ai-horis nutritivu.

6. *Halo sumáriu badak bazeia ba objetivu sesaun.*

Sesaun 9: ASN no Konsiderasaun Jéneru

Objetivu

Depois de sesaun participante sira bele:

- Deskreve definisaun husi jéneru
- Esplika oinsá influénsia jéneru ba desizaun uma laran ba ai-han nutritivu
- Identifika asaun ki'ik balun ne'ebé sira bele halo bazeia ba ai-han lulik

Oras: Min 45

Metodolojia: Explora ideia sira, atividade grupu, diskusaun, apresentasaun

Material: PPT ASN, projector, laptop, laser, flipchart no spidol

Prepara antes: Surat tahan kór atu hakerek lista

Instrusaun ba fasilitadór:

1. Hatudu slide primeiru:
 - Husu ba participante sira saida mak jéneru? Husik participante sira responde.
 - Tuir mai fasilitadór halo rezumu no hatudu slide kona-ba definisaun husi jéneru.
2. Hatudu slide manu-tolun 1:
 - Husu participante sira atu hatán tuir realidade la'ós tuir sira nia hakarak. Membru família mak: Inan, aman, oan mane idade tinan 12, oan fetu fulan 8, oan mane tinan 3, avo fetu.
 - Husik sira hato'o ideia barak. Bele ke'e: sé mak prioridade? Sé mak foti desizaun?
 - Kontinua atu buka kle'an liután to'o diskusaun detallu.
 - Hotu mak husu: Saida mak estensionista bele halo?
3. *Ai-han lulik*
 - Fahe participante ba grupu 3.
 - Kada grupu halo lista ba ai-han bandu no bandu ba sé? Se karik han, saida mak akontese ba isin?
 - Husu participante sira halo lista ba asaun ne'ebé sira bele halo atu promote diskusaun (minutu 20).
 - Kada grupu sei apresenta sira nia rezultadu diskusaun.
 - Hotu fasilitadór bele hakerek hanesan planu asaun kiik ne'ebé sira bele uza.
 - Bele fahe hanesan handout ba antes treinamentu remata.
4. Halo sumáriu bazeia ba objetivu sesaun.

Sesaun 10: Fasilitasaun

Objetivu

Depois de sesaun partisipante sira bele:

- Kompriende di'ak papel 'fasilitadór'
- Esplika abilidade ou skil ne'ebé di'ak no ladún di'ak ba fasilitadór
- Uza flipbook ASN no poster ai-horis nutritivu atu fasilta sesaun ASN ho di'ak

Oras: Oras 3.5

Metodolojia: Demonstrasau, apresentasau, servisu iha grupu ki'ik, prátika

Material: PPT ASN, flipbook ASN, formatu feedback, projektór, laptop, laser, flipchart no spidol

Prepara antes: Formatu feedback.

Instrusaun ba fasilitadór:

1. Hatudu slide ho kabur rua no husu: saida mak ita haree iha imajen sira neé?
2. Husu: Saida mak fasilitasaun? He'in to'o sira responde mak loke slide tuir mai ho definisaun ba fasilitasaun. Esplika katak papel fasilitadór mak la'ós atu hanorin de'it ema, mas lidera diskusaun no fó oportunidade ba sira atu aprende husi malu no troka ideias ba malu.
3. Loke slide tuir mai kona-ba prátika. Esplika katak ita agora muda ba sesaun prátika promove ASN.
4. Loke slide tuir mai ho video no hatete ba sira agora ita sei haree demonstrasau. Esplika katak:
 - Ita hakarak sira imajina katak sira agora fasilta hela uza flipbook ida kona-ba ASN.
 - Flipbook ida ne'e inklui topiku sira ne'ebé aprende iha treinamentu ida ne'e no halo simples atu nune'e to'os-na'in sira bele kompriende ho di'ak.
 - Depois de haree video, partisipante sira sei fahe ba grupu ki'ik atu haree flipbook.
 - Partisipante sira sei utiliza flipbook ida ne'e atu fasilta diskusaun ho to'os-na'in sira kona-ba ASN. Mas pasu ba oin no oinsá atu implementa mak diskute iha Sesaun 11.
5. Loke video no haree hamutuk. Loke slide tuir mai kona-ba formatu flipbook no esplika ba sira:
 - Objetivu: Lee objetivu flipbook iha pájina 1.
 - Sé mak atu uza
 - Oinsá atu uza no ho sé (to'os-na'in iha área rurál, mane/feto)
 - Oras: minute 90 to oras 2
 - Imajen ampolas no ema signifika saida

- Esplika katak kada pájina iha flipbook, asegura katak imajen mak hatudu ba ema ho liafuan iha kotuk ba fali ita.

Depois de explika hotu mak agora bele halo prátika.

6. Loke slide tuir mai kona-ba prátika.

- Fahe participante ba grupu 3 ka 4. Fó hatene katak sira iha minutu 45 atu halo prátika uza flipbook iha grupu ki'ik.
- Fasilitadór mak decide grupu 1 sei halo prátika ba pájina hira ba hira no grupu 2 pájina hira ba hira.
- Fó hatene katak prátika hotu mak sira sei halo ba grupu boot.

Fó hanoin:

- Atu uza flipbook ho efetivu, asegura katak imajen ba audiéncia ho nia liafuan mai fali fasilitadór durante diskusaun tomak.
- Ba kada pájina, lee pontus iha kotuk atu esplika topik sira nia ba audiéncia ne'ebé sira mak sei haree liu husi imajen de'it.
- Tuir simbolu iha kada pájina atu hatene objetivu husi kada pájina.

Fó tempu ba sira prátika iha grupu.

7. Hanorin fila fali

- Bolu participante sira ba fali grupu boot. Husu: saida mak la'ó di'ak kona-ba sira nia prátika? No saida mak sira sente susar?
- Esplika katak prátika ida-idak ho grupu ki'ik tiha ona no agora mak atu prátika ba grupu boot.
- Loke slide kona-ba hanorin fila fali. Esplika pontus iha slide.
- Fahe formatu feedback ba participante sira hotu no husu sira atu observa prátika no anota iha formatu.
- Kada ekipa apresenta ho kada membru sei lori pájina no hatudu skil di'ak.
- Participante seluk observa tuir formatu no sai hanesan to'os-na'in.
- Loke slide kona-ba analiza hanorin fali. Fó feedback bazeia ba formatu kona-ba saida mak sira halo ho di'ak no saida mak sira bele haforsa iha futuru.
- Husu participante sira iha tan feedback atu aumenta.

8. Sumáriu

- Husu: Nu'udar estensionista agrikultura, topik saida mak ita-boot sira gosta liu?
- Husu: No topik saida mak ladún gosta? Tansá?

Se karik iha topik ne'ebé participante sira ladún gosta ka seidak klaru, bele reforsa katak video ohin se fahe ba sira liu husi USB, link iha youtube, ka bele transfere direta ba sira nia telefone. Atu nune estensionista bele hare video hanesan referencia no suporta ba preparasaun antes ba fasilita flipbook ho grupu. PO HATUTAN mos pronto atu suporta estensionista klarifika perguntas konaba flipbook antes utiliza ho grupu.

Taka sesaun no fó obrigadu ba sira nia esforsu an iha prátika.

Sesaun 11: Implementasaun no Pasu ba Oin

Objetivu

Depois de sesaun participante sira bele:

- Identifika grupu rai no empresta osan/grupu to'os-na'in iha nivel suku
- Deskreve oinsá no fatin atu uza flipbook ASN no poster ai-horis nutritivu
- Kompriende akordu formál entre estensionista sira, MAP no Mercy Corps
- Kompriende oinsá atu halo relatóriu fulan

Oras: Minutu 60

Metodolojia: Apresentasaun, diskusaun, prátika

Material: PPT ASN, poster ai-horis nutritivu, lista ba grupu to'os-na'in iha kada munisípiu, format kalendáriu, sampel ba relatóriu fulan, projector, laptop, laser, flipchart no spidol

Prepara antes: Flipbook ASN, poster ai-horis nutritivu atu fahe ba kada estensionista, lista ba grupu rai no empresta osan iha kada munisípiu, formatu tracking ba estensionista atu asina depois simu flipbook no poster ai-horis nutritivu. Konvida MAP Xefe Departamentu Hortikultura no Estensaun atu lidera esplika formatu relatóriu no akordu.

Instrusaun ba fasilitadór:

1. Konvida no fó tempu uluk ba Xefe Departamentu Hortikultura no Estensaun atu esplika akordu entre MAP no Mercy Corps. Loke slide ne'ebé halo sumáriu kona-ba akordu ba Xefi atu apresenta:
 - Anota katak akordu inklui mós estensionista sira suporta kria to'os escolar.
 - Inklui formatu relatóriu fulan no pagamentu kada fulan ba promove ASN no kria to'os Eskolár.
2. Loke slide ho pasu tuir mai. Flipbook no poster ai-horis nutritivu sei fahe ba participante ida-idak atu uza ho grupu to'os-na'in. Bainhira simu presiza asina de'it formatu tracking.
 - Esplika katak participante sira sei simu lista ba grupu rai no empresta osan/grupu to'os-na'in ne'ebé suporta husi HATUTAN. Lista ida ne'e sei ajuda estensionista halo planu servisu ba uza flipbook ASN ho grupu sira ne'e.
 - Loke slide tiur mai kona-ba formatu monitoring ne'ebé sei uza depois de fulan 2 no fulan 5.
 - Loke vídeo no haree hamutuk ezemplu ida husi poster ai-horis oin ida (hanesan Vitamina A) no perguntas jéneru no oinsá uza perguntas monitoring.
 - Esplika ba participante sira katak hanesan vídeo ezemplu ba flipbook, ita sei fó vídeo ba oinsá uza poster ai-horis nutritivu no perguntas monitoring ba sira nu'udar referénsia.

- Fahe sira ba grupu tuir slide atu pratika Husu partisipante sira halo pratika ba atividade monitoring uza poster ai-horis nutritivu no perguntas monitoring hanesan mós prenxe relatório mensál.
 - Ita mós hakarak estensionista sira hasoru malu ho Ofisiál HATUTAN atu suporta oinsá mobiliza no marka tempu ho grupu rai no empresta osan.
3. Esplika kona-ba formatu relatório mensál liu husi slide.
 4. Reforsa katak estensionista sira bele halo influénsia ba to'os-na'in sira tanba hela ho comunidade no comunidade mak fiar sira. Estensionista sira mak di'ak atu promove kuda ai-horis nutritivu no han ai-han husi grupu 3 no aloka osan mós atu sosa ai-han husi grupu 3.
 5. Agora ita hakarak partisipante sira fila ba sira nia fatin no hahú fasilita diskusaun ASN ho grupu to'os-na'in iha tempu oin mai.
 6. Fahe post-test ba partisipante sira.
 7. Taka treinamentu no fó obrigadu ba partisipante sira hotu nia tempu, atensaun no partisipasaun durante loron tolu.

