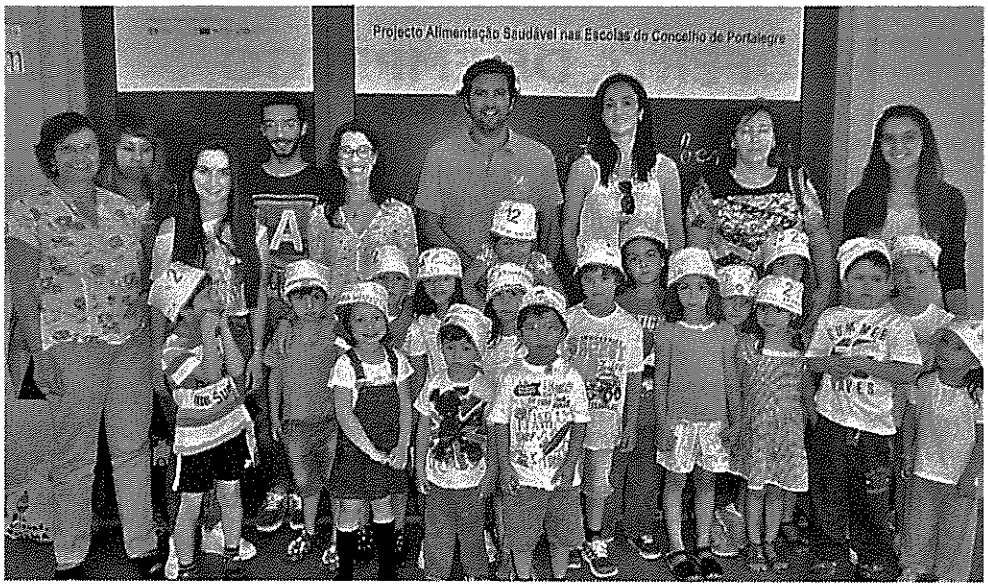
> Portalegre

Alimentação Saudável nas Escolas



> No âmbito do Projecto de Alimentação Saudável foram desenvolvidas várias actividades no mês de Junho, envolvendo crianças de diferentes escolas e jardins de infância da cidade de Portalegre, nomeadamente, da Escola do Atalaião, Jardim de Infância da Escola da Praceta e da Escola dos Assentos.

No sentido de envolver e sensibilizar, os mais pequenos, para a importância de adquirirem hábitos alimentares saudáveis, as crianças tiveram a oportunidade de participar no Atelier de Alimentação Saudável, no Mercado Municipal, onde puderam ouvir falar da importância de comer bem e da prática de exercício físico, desenvolvendo alguns jogos interactivos e avaliação do respectivo Índice de Massa Corporal.

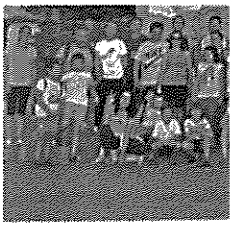
As crianças mostraram-se participativas e atentas, fazendo perguntas e adiantando respostas e foram colaborando nas diversas brincadeiras propostas, como por exemplo, descobrindo caminhos em labirintos para chegarem aos alimentos mais saudáveis. Tiveram ainda a oportunidade de passar momentos divertidos, conhecendo as bancas do próprio mercado e participaram também na preparação de pratos saudáveis, como a confecção de uma salada de frutas.

As actividades incluíram ainda uma visita à Horta Pedagógica na Escola Superior de Saúde de Portalegre, onde puderam regar, semear e plantar os produtos hortícolas, e no final, desenvolveram actividades lúdico-pedagógicas alusivas ao tema.•

> Portalegre

> A Associação de
de Educação do Agr
e Jardins de Infânci
(AP1) desenvolveu o
Férias de 29 de Junh
lado - Férias em Mov
semanas dedicadas
do Agrupamento de
legre, com idades co
6 e os 11 anos.

O feedback das
com a avaliação dos
tores e crianças) e
de Pais, esta activ
bem organizada, c
diversificadas, te
as expectativas.
cidade (Casa-Muse
da Tapeçaria de Po



> Campo Maior