De 15 de janeiro a 9 de fevereiro, foi dinamizado junto dos alunos do 1º ano, a 1ª e 2ª fase do projeto "Os Super Saudáveis", promovido pela Liga Portuguesa Contra o Cancro. 🍎🍇🍉

Os alunos foram desafiados a consumir determinados alimentos saudáveis, ao lanche e ao almoço, para receberem cartas colecionáveis. Além das cartas, também receberam um passaporte com informações sobre os benefícios (super-poderes) que cada alimento possui ao ser consumido.

No final os alunos receberam um diploma de participação, com caderno com atividades relacionadas com alimentação saudável e um autocolante.

A próxima etapa será jogarem com as cartas recebidas.

CENOURA
DEFESA
LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO

AVEIA
VELOCIDADE
A aveia é um cereal que te dá muita fibra, vitaminas e diversos minerais. É um alimento que te mantém satisfeito por mais tempo e que te oferece o super poder da velocidade, tornando-te invencível!
DEFESA
FORÇA
INTELIGÊNCIA
RESISTÊNCIA
VELOCIDADE
LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO

UVAS
INTELIGÊNCIA
Sabias que deves comer 3 a 5 peças de fruta por dia? E que tal optares por uvas? Têm muitos nutrientes e tornam-te Super Saudável! As uvas podem ser de cor roxa ou verde, sabias? Mas qualquer que seja a cor são sempre muito saborosas!
DEFESA
FORÇA
LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO

Jogos e desenhos para colorir!
OS SUPER SAUDÁVEIS
Esperamos que te tenhas divertido a provar alimentos Super Saudáveis!
E não te esqueças:
Só comendo os super alimentos é que continuas a ser um Super-herói Saudável!
CRATO
Diploma
O NOTÁVEL:
Da turma do 1ºA
Cumpriu o programa de alimentação dos Super Saudáveis com distinção.
Obteve 3 cartas, num total de 20 cartas da coleção.
OS SUPER SAUDÁVEIS
Ano letivo 2023/24
CRATO
DGS
BANANA
INTELIGÊNCIA
FORÇA
INTELIGÊNCIA
RESISTÊNCIA
VELOCIDADE
LIGA PORTUGUESA CONTRA O CANCRO
OS SUPER SAUDÁVEIS