

Projeto Alimentação Saudável

Estaremos iniciando o projeto “Alimentação Saudável” na próxima semana com o objetivo de incentivar os alunos a terem uma alimentação mais rica em vitaminas e proteínas, e ampliando seus conhecimentos quanto às propriedades dos alimentos, desenvolvendo assim hábitos alimentares mais saudáveis.

O projeto funcionará da seguinte forma: a cada dia uma turma trará frutas para serem degustadas e oferecidas às demais turmas. Ao final do mês de março será realizado um delicioso lanche coletivo e uma maravilhosa sopa de verduras e legumes. E apesar dessa atividade ter a duração de apenas duas semanas, o projeto se estenderá pelo ano todo, então ajude a incentivar seu filho a uma melhor alimentação.

Já que partimos do princípio de que existe uma ligação direta entre nutrição, saúde e bem estar físico e mental do indivíduo, e que uma boa alimentação é a base principal ao tratamento e prevenção de doenças.

“E disse Deus: produza a terra erva verde, erva que dê semente, árvore frutífera que dê fruto segundo a sua espécie, cuja semente esteja nela sobre a terra.”

Gênesis 1:11

