



PROJETO “Os Super Saudáveis”



Objetivos:

- Aquisição de conhecimentos importantes ao nível da alimentação, possibilitando o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis que poderão perdurar ao longo da vida.

Destinatários:

- Alunos das escolas básicas Terra dos Arcos e Vasco Martins Rebolo.

Horário e local de funcionamento:

- Sala de Aula/ Refeitório

Atividades a realizar: (Links para imagens, vídeos, notícias, etc.)

O projeto está dividido em 3 fases:

1. Os Super Saudáveis, que inclui 15 cartas, de almoço e lanche - materiais físicos;
2. Lanches Saudáveis, que acrescenta 5 novas cartas de lanche - materiais físicos;
3. Alimentos Saudáveis – uma boa escolha!, que incluem uma componente informativa sobre alimentação saudável, 3 novas personagens (os vilões), um questionário, 6 atividades lúdicas e um tópico sobre como organizar as refeições - materiais digitais.

<https://www.ligacontracancro.pt/servicos/detalhe/url/supersaudaveis/>

Contactos dos responsáveis:

- Carla Fachadas (TA)
- Mabilia Familiar (TA)
- Cláudia Lourenço (VMR)

Inscrições Colocar link para formulário on-line para inscrições
(Não se aplica)