

No dia 16 de outubro, assinalou-se o **Dia Mundial da Alimentação**. Para reavivar esta data tão significativa, a equipa do Projeto de Educação Alimentar da nossa Escola, para além de decorar o placard da Cantina com informação alusiva a esta efeméride, **promoveu duas atividades**.



A **primeira** consistiu no lançamento de uma promoção no Bar da Escola, que decorreu no dia 17. Na compra de uma



quiche de legumes, cada pessoa receberia uma maçã grátis, fazendo, assim, jus ao tal ditado: uma maçã por dia não sabe o bem que lhe fazia! Relembre-se que a maçã é um alimento baixo em hidratos de carbono; contém a maior parte das vitaminas e minerais essenciais ao organismo, sendo também rico em fibras e em componentes não digestíveis.



A **segunda atividade** consistiu na realização, neste mesmo dia, de rastreios de saúde gratuitos (de visão, de enfermagem e nutricional) dinamizados pela Câmara Municipal do Concelho da Ribeira Brava e que contou com a participação dos alunos do 12.º ano TIAT.



Para além destas atividades, a equipa teve a oportunidade de divulgar os objetivos do projeto e das atividades a serem realizadas ao longo do presente ano letivo, junto da comunidade escolar, na Feira dos Clubes que decorreu no passado dia 12 de outubro. O nosso especial agradecimento à professora Manuela Fernandes por ter confeccionado e nos ter oferecido um bolo de chocolate com courgette para ser degustado por toda a nossa comunidade educativa.



As dinamizadoras do Projeto de Educação Alimentar

Susana Fernandes e Cármen Pinto