Projeto *Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre**

Instituto Politécnico de Portalegre

Centro Interdisciplinar de Investigação e Inovação *(C3i)*

Escola Superior de Saúde de Portalegre

Escola Superior de Educação de Portalegre

Escola Superior de Tecnologia e Gestão

Escola Superior Agrária de Elvas

Agrupamento de Escolas José Régio

Agrupamento de Escolas do Bonfim

Serviço de Acção Social

Câmara Municipal de Portalegre

ULSNA - (USF Plátano; USF Portus Alacer; UCSP; UCC Ammaya e USP)

Escola Superior de Saúde de Portalegre
Avenida de Santo António - Apartado 89
7301 - 901 Portalegre

Contacto: 00351 245 300 430
E-mail: margaridamalcata@essp.pt

"Alimenta-te bem e crescerás saudável!"

Leonardo Soares, 5ºA, nº13, Escola Cristóvão Falcão, Portalegre

O **"Projeto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre"** em colaboração com a Equipa de Saúde Familiar e para promover nas crianças e nos jovens um melhor conhecimento sobre os alimentos, sobre a sua influência na saúde e uma mudança de hábitos alimentares, solicitamos que o encarregado de educação se responsabilize com o seu educando nos seguintes pontos:

- Que o lanche do seu educando não sofra ausência sistemática de pão, leite, iogurte ou fruta em favor dos habituais bolicau, bolos, fritos e bebidas gasosas.

- Que os pais que acompanham os seus filhos não permitam que o pequeno-almoço seja uma refeição de menor importância ou ausente do hábito familiar.

- Que nas principais refeições a sopa de legumes e a fruta estejam sempre presentes.

- Que os pais tomem consciência de que o sucesso escolar dos seus filhos passa por uma alimentação saudável.

Esperamos a vossa compreensão e ajuda!

A Equipa de Saúde Familiar

e

A Coordenadora do Projeto Alimentação Saudável nas Escolas do Concelho de Portalegre

Margarida Malcata

(Maria Margarida Malcata)

Portalegre, de de 20 .

Madalena, Jardim de Infância dos Fortios, Portalegre



*Integrado no Projeto 0401_RITECA_II_4_E.