

## As frutas e o 1.º A da EB de São Miguel

17 de fevereiro de 2020

---

A turma do 1.º A continua a trabalhar o “Projeto Heróis da Fruta – Lanche Escolar saudável” que visa incentivar as crianças entre os 2 e os 10 anos e as suas famílias a adotar e manter hábitos saudáveis na sua rotina diária. A turma do 1.º A, fez batido de fruta (leite, banana e maçã). Recortámos moldes de fruta e ilustrámos. Comer fruta faz bem à nossa saúde e à do Planeta Terra, também! Estava delicioso e muito nutritivo!...



Na sala do 1.º A, não usamos palhinha para beber o leite. Bebemos o leite num copo reutilizável que trazemos de casa, ou a professora corta o cantinho do pacote... Não custa nada e faz tão bem... Faz parte do nosso lema de sala de aula, tudo fazer para ajudar a salvar a nossa grande casa, que é a Terra.



Com os pacotes de leite vazios fizemos maracas. É importante ser criativo e **reutilizar!** Só conseguiremos salvar a nossa “Terra” se, todos os dias, realizarmos pequenas mudanças.