

# Jardim de Infância Santo António

Sala D - Educadora Maria da Conceição Garcia

## PAS- Promoção Hábitos Alimentares Saudáveis



1 - Foi pedido no início do ano aos pais que trouxessem fruta todas as 3.<sup>as</sup> e 5.<sup>as</sup> feiras para o lanche da manhã (nesses dias as crianças bebem o leite à tarde). Tem sido um sucesso e inclusive algumas crianças trazem cenouras, pepino e frutos secos, que também partilham com os colegas.



2 - Painel feito com frutos de digitinta em que abordamos a alimentação saudável, ao mesmo tempo que trabalhávamos a mistura de cores primárias para obter secundárias: juntamos amarelo e vermelho para fazer cor de laranja e fizemos uma laranja; juntamos amarelo e azul para fazer verde e fizemos uma pera.



3 - No Dia Mundial da Alimentação as crianças trouxeram bananas, kiwis e tangerinas e, a pares, construíram ilhas com palmeiras de fruta, que depois comeram!