



O Dia Mundial da Alimentação celebra-se anualmente a **16 de outubro**.

Em 2017 o **tema** do Dia Mundial da Alimentação é: Mudar o futuro da migração. Investir em segurança alimentar e desenvolvimento rural.

Esta comemoração, que teve início em 1981, é atualmente celebrada em mais de 150 países como uma importante data para consciencializar a opinião pública sobre questões relativas à nutrição e à alimentação e alertar para a problemática da fome, pobreza e desnutrição no mundo.

Aqui na escola, o nosso objetivo é, também, mobilizar a comunidade escolar para a adoção de práticas alimentares saudáveis.

Faça a sua parte:

- Escolha uma peça de fruta e ... delicie-se.



A fruta sendo um alimento rico em fibras é importante na nossa alimentação. Comer fruta diariamente ajuda a manter um peso equilibrado e a prevenir doenças coronárias e cancro.

Aproveite e lembre-se: prefira as frutas da estação, pois estas possuem maiores quantidades de vitaminas e representam um menor custo.

Bom apetite!

Professores de Ciências Naturais e Equipa PES