

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: VAMOS COMER SAUDÁVEL E SEM DESPERDÍCIO

POR: PROFESSORA CAROLINA PALHAS





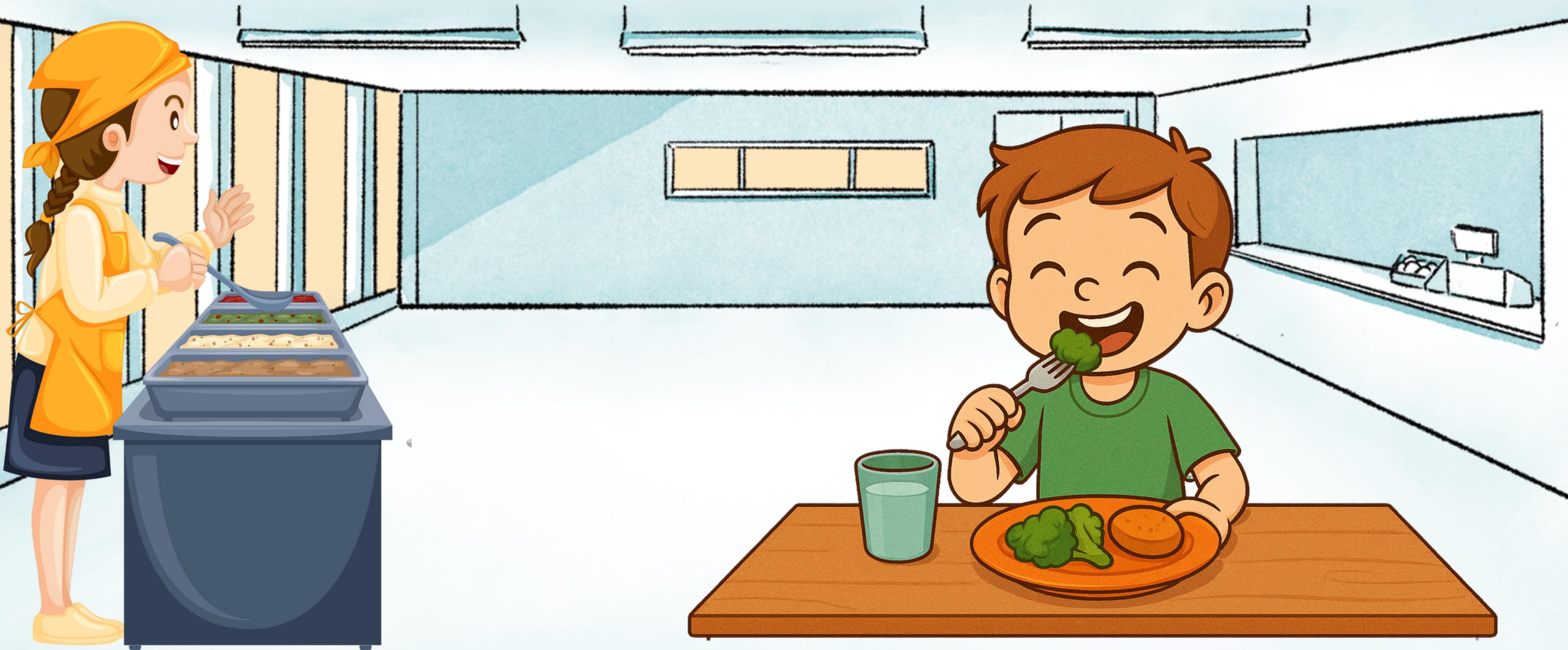
INSCREVA-SE

NA ESCOLA DA TURMA DO LUCAS, O RECREIO ERA UMA ALEGRIA!
NA HORA DA MERENDA, TODOS CORRIAM PARA O REFEITÓRIO.



LUCAS GOSTAVA DE COMER ALIMENTOS SAUDÁVEIS.

– COMIDA SAUDÁVEL É BOA PARA O NOSSO CORPO! – DIZIA ELE, COM UM SORRISO, ENQUANTO COMIA BRÓCOLIS, CENOURA E PURÊ.



MAS NEM TODO MUNDO ERA ASSIM...

ALGUMAS CRIANÇAS PREFERIAM SÓ BOLO, BATATA FRITA E SALGADINHOS.



ELAS PEGAVAM MUITA COMIDA, COLOCAVAM TUDO NO PRATO...

MAS DEPOIS, NÃO COMIAM TUDO.

A COZINHEIRA ANA FICOU PREOCUPADA E CHAMOU A TURMINHA PARA CONVERSAR:

– CRIANÇAS, PRECISAMOS COMER O QUE COLOCAMOS NO PRATO! NÃO PODEMOS DESPERDIÇAR COMIDA!

ANA EXPLICOU COM CARINHO:

– COMER BEM AJUDA A CRESCER FORTE E COM SAÚDE. E O MAIS IMPORTANTE: SÓ DEVEMOS PEGAR O QUE CONSEGUIMOS COMER.



NO DIA SEGUINTE, NA HORA DA MERENDA, AS CRIANÇAS COMEÇARAM A PRESTAR ATENÇÃO. COLOCARAM PORÇÕES MENORES, SÓ AQUILO QUE SABIAM QUE IRIAM COMER.



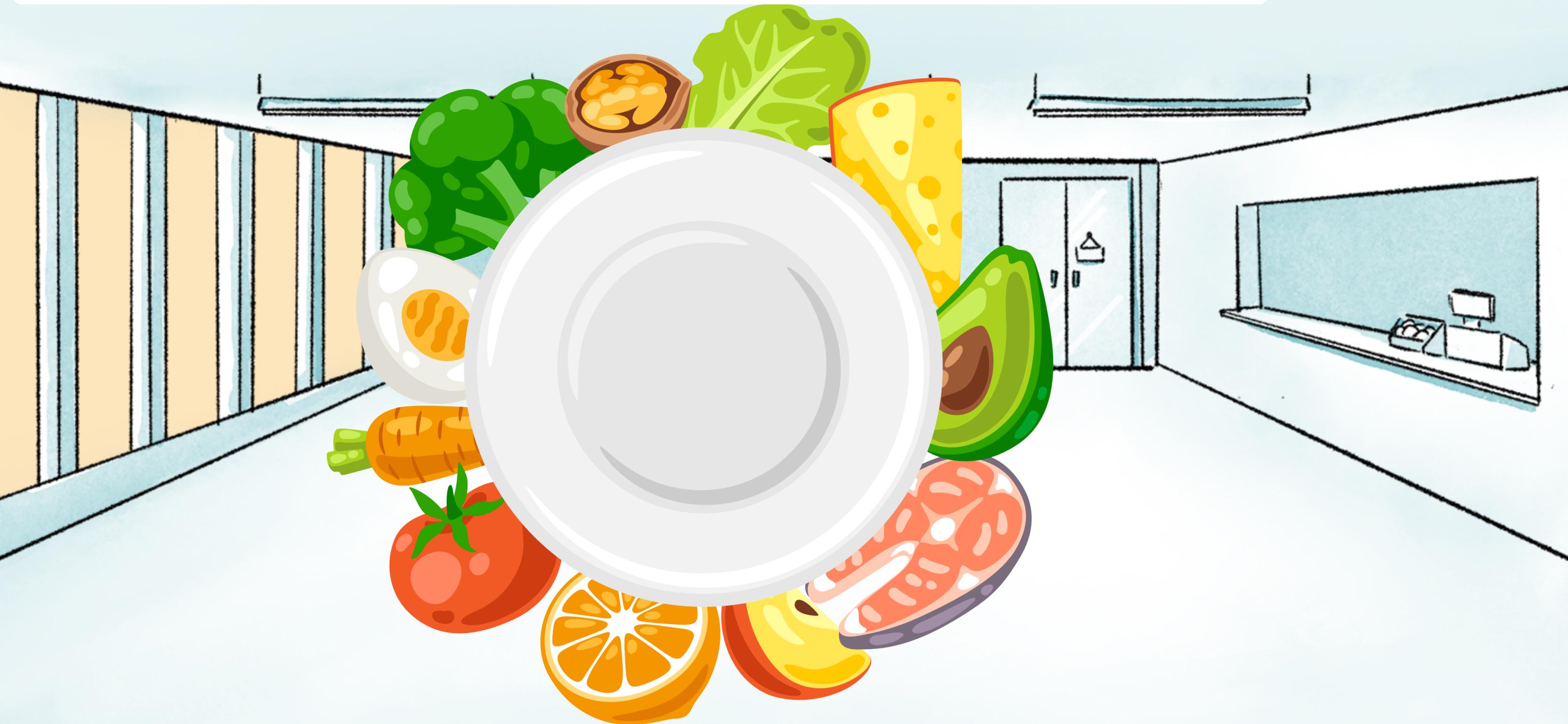
E NÃO É QUE DEU CERTO?
TODOS COMERAM TUDINHO!
BRÓCOLIS, CENOURA, ARROZ, FEIJÃO...



NADA FICOU NO PRATO! NEM UM GRÃOZINHO!

A PARTIR DAQUELE DIA, NINGUÉM MAIS DESPERDIÇOU COMIDA NA ESCOLA.

AS CRIANÇAS APRENDERAM QUE COMER BEM É IMPORTANTE, E QUE JOGAR COMIDA FORA NÃO É LEGAL.



E SABE O QUE ACONTECEU?

ELAS FICARAM MAIS SAUDÁVEIS, MAIS FORTES...

E AINDA MAIS FELIZES!

AGORA, TODO DIA ERA UM DIA DE APRENDER, BRINCAR E SE ALIMENTAR COM AMOR E CONSCIÊNCIA.

FIM. 🍴🥗🍏



PROF

IDEIAS PEDAGÓGICAS • TECNOLOGIA EDUCACIONAL •
MATERNIDADE • LIFESTYLE • UGC CREATOR



OBRIGADO POR ASSISTIR!

Confira outros vídeos [do canal!](#)



INSCREVA-SE