

## Pequenos e Reguilas celebram o mês da Alimentação

Com a chegada do mês de outubro os Pequenos e Reguilas meteram as “mãos ao trabalho” e à brincadeira. Iniciaram-se assim, as atividades pedagógicas e com elas a introdução do nosso tema pedagógico: “ Crescer saudável” – a alimentação.

Sendo este o mês dedicado à alimentação e aproveitando o próprio dia, foram muitas as atividades e surpresas deliciosas que as várias salas prepararam:

- A sala dos peixinhos divertiu-se ao fazer digitinta com uma saborosa mistura de gelatina;
- A sala das formiguinhas presenteou-nos com uma bela obra de arte de carimbos com frutas;
- A sala das Tartarugas meteu as mãos na “massa” e fez umas deliciosas bolachas;
- A sala dos artistas preparou um lanche muito saudável com sumo natural de laranja e umas sandes muito saborosas.



Mas não foram só as nossas crianças a participar nesta maratona alimentar, os papás dos nossos Pequenos e Reguilas também nos deram o seu contributo. Primeiro, foram desafiados a comer uma bela e fresca peça de fruta: “Papás, já comeram fruta hoje?”. E, depois desafiados a construir a Roda Alimentar em família. Olhem que belos artistas temos:



Mas não ficamos por aqui... Para terminar em grande, as Tartarugas e os Artista foram visitar a “Vitamimos” em Carcavelos.

As Tartarugas participaram na atividade “Viva a fruta” onde puderam preparar e degustar deliciosas e coloridas frutas. Hum, que saborosas.



Os artistas participaram na atividade “Mimar a saúde” onde falaram sobre o sono, a higiene, a atividade física e a alimentação. Muito divertido.



E claro, depois de tanto trabalho e alimentos tão saborosos, os nossos “Pequenos e Reguilas” também tinham direito ao merecido descanso e apreciar os encantos dos jardins da Vitamimos.

