

ATIVIDADE: “EPHE & Maia Menu Saudável – Mexo-me mais!”

ÁREA: Educação Alimentar

PROJETO: EPHE & Maia Menu Saudável

PARCEIROS: EPHE, Direção- Geral de Saúde, Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Academia Fernanda Ribeiro

A Câmara Municipal da Maia, através da sua Divisão de Educação | Saúde, colocou ao serviço da Comunidade Educativa o Projeto de Educação Alimentar “Maia Menu Saudável” com o intuito de **promover o almoço escolar e os alimentos fundamentais ao crescimento e saúde infantil**, mas que habitualmente estas tendem a rejeitar, como os Hortícolas, as Leguminosas, o Peixe e a Fruta.

A esta iniciativa juntou-se no ano transato um Projeto Europeu que visa a promoção dos hábitos alimentares e também outros aspetos relacionados com o estilo de vida de crianças, dos 6 aos 9 anos de idade. O EPHE está a ser realizado em Portugal e em outras 6 cidades europeias na Holanda, Bélgica, França, Roménia, Bulgária e Grécia, e mais de 1100 crianças vão participar nele.

Em Portugal a cidade escolhida foi a Maia, fruto do trabalho que a Autarquia tem vindo desenvolver nos últimos anos no Concelho de promoção de estilos de vida ativos e saudáveis, e que resultou assim neste **convite efetuado pela Direção Geral de Saúde** e Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP).

O Projeto será desenvolvido desde o ano presente, até 2015, acompanhando assim as crianças e suas Famílias que integram o mesmo, nos próximos 2 anos, tendo como motes 5 áreas fundamentais à promoção da saúde: “Como +Fruta!”, “Como +Hortícolas!”, “Bebo +Água”, “Mexo-me mais!” e “Durmo melhor”.

1ªATIVIDADE:

Para dar as boas-vindas a 2014, o EPHE & Maia Menu Saudável **começa o ano com novidades e surpresas, nomeadamente a entrega de materiais educativos e de Merchandising do Projeto**. Assim, nos próximos dia **20 e 21 de janeiro**, os Centros Escolares da Gandra e de Vermoim/ Gueifães, respetivamente, realizarão por volta das 10H00, a entrega destes materiais aos Docentes envolvidos, consistindo os mesmos em Dossier do Professor, Dossier do Aluno e envelope “vai-e-vem”, uma ferramenta que se pretende de comunicação com as Famílias.

2ªATIVIDADE:

Sob o mote “Mexo-me mais!” e com o intuito de promover a Atividade Física junto dos mais jovens, será realizada nos **próximos dias 4 e 5 de fevereiro**, nos Centros Escolares da Gandra e de Vermoim/Gueifães, uma iniciativa com o apoio da **Academia Fernanda Ribeiro**. Na mesma, os **279 alunos** destes centros escolares que estão envolvidos no Projeto, terão a oportunidade de percorrer várias estações com diferentes especialidades de atletismo, num dia que se espera lúdico e muito divertido.