



O arranque oficial da 5ª edição do maior programa de educação para a saúde em Portugal - «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável» - foi assinalado em todas as escolas inscritas com a inauguração do “Quadro de Mérito – Hoje comi fruta”, no qual os alunos pintam “Estrelas de Mérito” junto ao seu nome, como forma de recompensa diária pela ingestão de fruta ao lanche.

No ano letivo 2015/2016 serão abrangidos por esta iniciativa gratuita desenvolvida pela APCOI – Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil: 52.832 alunos de 2.607 turmas, de 875 jardins de infância e escolas básicas do 1º ciclo de todos os distritos do país, incluindo as regiões autónomas da Madeira e dos Açores.

Mário Silva, Presidente e fundador da APCOI, afirmou que “estes alunos vêm juntar-se aos mais 180 mil que já participaram neste projeto nos anos letivos anteriores. De ano para ano, vamos formando um verdadeiro batalhão de heróis com o super-poder de contagiar Portugal alertando miúdos e graúdos para a importância que a alimentação tem na nossa saúde. Um sucesso que só é possível de alcançar graças ao envolvimento das diversas entidades que se associaram a esta iniciativa.”

Nas próximas semanas, os professores e educadores serão convidados a explorar diversos temas, através de fichas de trabalho e de atividades pedagógicas para realizar na sua sala de aula, que além de incentivarem ao consumo de fruta nas quantidades recomendadas pela OMS (Organização Mundial de Saúde), levam também às crianças lições importantes sobre alimentação saudável, atividade física, higiene corporal, agricultura, economia e poupança, respeito pelo ambiente e bem-estar emocional, que as ajudam a crescer saudáveis, ativas e

felizes.

As turmas participantes terão ainda de realizar um videoclip musical para ensinar aos adultos o que aprenderam ao longo do projeto. As músicas mais criativas serão escolhidas por um Júri que é composto por nomes de referência no panorama musical português: João Gil, Ana Bacalhau dos Deolinda, Amor Electro, Henrique Feist, Maria João, Mário Laginha, Vanessa Silva, Rita Redshoes, OqueStrada, HMB, Frankie Chavez, Filipe Pinto e também o cantor infantil Avô Cantigas.

Posteriormente, as quatro escolhas do Júri vão receber na sua escola o espetáculo interativo "Super Festa dos Heróis da Fruta" para celebrar a importância da alimentação na saúde das crianças.

Do concelho de Torres Novas participam o Centro de Bem Estar Social da Zona Alta e o Centro Escolar de Meia Via.