

WORKSHOP “MISSÃO APRENDER A COMER”

Drª Mariana Chaves

04-02-2026

BIBLIOTECA

- Como fazer escolhas alimentares inteligentes no dia a dia;
- O que o nosso corpo realmente precisa para crescer forte e saudável;
- Truques simples para melhorar a alimentação... sem perder o sabor;
- Como a comida pode influenciar o nosso bem-estar, concentração e energia.

Através de jogos, desafios e atividades práticas, aprendem a decifrar rótulos, montar refeições equilibradas e perceber que comer bem pode ser divertido e delicioso!

REPUBLICA PORTUGUESA

LeYa



TURMAS:

10:25H

6º A

6º C

7º B

11:25H

6º E

5º E

5º C