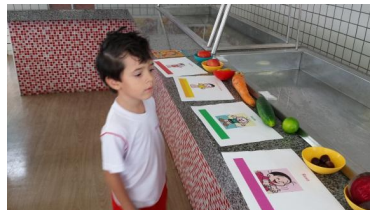


## COLORINDO A SAÚDE



Os alunos do G4 e G5, do Anchieta Itaipava, estão pintando o sete da alimentação! No início de agosto, eles foram ao refeitório para uma atividade com a nutricionista da cantina e do refeitório A&C Nutrição, Tatiana Mota. Com a ajuda da turma da Mônica e de frutas e verduras, eles aprenderam

quais os benefícios dos alimentos de cada cor no nosso corpo. Fazendo o coração com as mãos, descobriram que alimentos vermelhos fazem bem ao coração; piscando os olhos, fixaram a importância dos alimentos amarelo alaranjados para a visão; tossindo um pouco



entenderam que os alimentos verdes são expectorantes; levando as mãos da cabeça até o dedão do pé foram escutando que os alimentos roxos ajudam na circulação do sangue, e assim por diante, seguindo todo o arco íris da dieta. Depois, ouviram atentamente uma historinha em quadrinhos, do Sítio do Pica Pau Amarelo, que reforça a importância das

cores dos alimentos na nossa saúde. Para finalizar, fizeram uma atividade bem colorida. Os pequenos do Grupo 4 pintaram várias frutas, de acordo com suas cores, e os alunos do Grupo 5 desenharam legumes e verduras, olhando para os alimentos em cima da mesa. Agora, nosso refeitório está com uma decoração bem colorida, feita especialmente por esses artistas mirins, e esses lindos desenhos vão virar um divertido jogo da memória de alimentos saudáveis. “Assim como as cores enchem de vida o seu desenho, os alimentos enchem de saúde o nosso corpo”, já dizia Dona Benta para a esperta bonequinha Emília e para todos os alunos do G4 e G5!

