


IMPORTANCIA DE LAS FRUTAS Y VERDURAS

Puesto que este año pertenecemos a la Red de Canaria de Escuelas Promotoras de Salud queremos promover e incentivar el **CONSUMO DE FRUTA Y ALIMENTOS SALUDABLES EN EL DESAYUNO DEL RECREO**. Para ello, nuestro centro va a dirigir a lo largo del curso diversas acciones encaminadas hacia este objetivo.

El alumnado de 1º y 2º ESO dispondrá de un carnet de frutas, que le será sellado cada vez que traigan o compren en la cafetería de nuestro centro una FRUTA.



RED CANARIA
DE ESCUELAS
PROMOTORAS
DE SALUD

CARNET DE FRUTAS 2C-2017/18

No está de más señalar que las cifras de niños y niñas que sufren obesidad, diabetes, enfermedades cardiovasculares y trastornos alimenticios aumentan cada año. Canarias encabeza varias de estas listas. Por ello, debemos adquirir hábitos saludables y llevar una dieta sana, variada y equilibrada.

NO POR COMER MUCHO ESTAMOS MEJOR ALIMENTADOS, DEBEMOS COMER BIEN Y EN CANTIDADES SUFICIENTES.

Carmen G. Rosales



Dibujo realizado por Artem Lorenzo Lyman 3º ESO A