



Programa "5 ao dia" decorre no Mercado Abastecedor de Coimbra

## Crianças sensibilizadas para alimentação saudável

Decorreu ontem mais uma iniciativa do programa "5 ao dia", no Mercado Abastecedor de Coimbra. Pelo menos 26 crianças, do quarto ano da Escola Básica da Solum Sul, foram sensibilizadas para a adoção de uma alimentação saudável.

O programa contemplou atividades como a preparação de uma salada de frutas, onde lhes foi explicada a função da vitamina que tem cada peça de fruta, o

semeio de leguminosas (ou outros) e a visualização de uma história sobre a temática.

Esta é uma iniciativa que decorre no Mercado Abastecedor de Coimbra desde 2009. O programa "5 ao dia" é da responsabilidade da Associação 5 ao Dia, que conta com a colaboração da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, a Escola Superior Agrária de Coimbra e a ARS do Centro.

J.S.