



Depois do sucesso das edições anteriores que envolveram no total 236 227 alunos de todos os concelhos do país, «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável» é atualmente o maior programa gratuito de educação para a saúde de âmbito nacional com uma das maiores taxas de sucesso de sempre em reeducação alimentar infantil. Neste sentido a APCOI – Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil quer estender no ano letivo 2016/2017, a adesão de todas as escolas de 1º ciclo e jardins de infância do concelho de Constância.

As inscrições para a 6ª edição desta que é já considerada a maior iniciativa gratuita de educação para a saúde em Portugal estão abertas desde o dia 1 de setembro e prolongam-se até ao dia 14 de outubro de 2016. Podem inscrever-se todos os estabelecimentos de ensino interessados, públicos e privados, através do endereço www.heroisdafruta.com ou através do telefone 210 961 868.

A Câmara Municipal de Constância aderiu a esta iniciativa tornando-se "Autarquia Parceira" da 6ª edição do projeto "Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável" e lançou o desafio a todas as escolas do município para se inscreverem gratuitamente e implementarem este programa educativo no ano letivo 2016/2017. Depois de fazer a inscrição, a escola recebe acesso aos materiais pedagógicos que necessita, sem qualquer custo.

O projeto «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável» regressa às escolas no início do ano letivo 2016/2017 para prevenir uma realidade preocupante: 74% das crianças portuguesas não ingere fruta na quantidade recomendada diariamente, das quais 7% não consome qualquer

porção de fruta por dia. Este baixo consumo de fruta provoca carências nutricionais e tem efeitos muito negativos para a saúde: diminui os níveis de energia, de concentração, de aprendizagem e das defesas do organismo, tornando as crianças mais sujeitas a doenças como a obesidade ou a diabetes tipo 2, logo desde a infância. Portugal está entre os países europeus com maior número de crianças afetadas por esta epidemia mundial: uma em cada três crianças portuguesas tem excesso de peso.