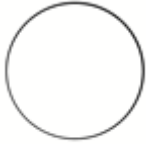




Nome: \_\_\_\_\_



Ano: \_\_\_\_\_

Tempo	Início:	Término:	Total:
	Edição 3	MMXIX	Fase 4

Grupo Beta

(DESENHE A LUA DE HOJE E ESCREVA A FASE CORRESPONDENTE NA LINHA ABAIXO DA LUA)

## DE OLHO NO LANCHE

**A alimentação QUE A ESCOLA PODE ENSINAR**

ENCONTRO DE PAIS  
**DESCOMPPLICANDO A LANCHEIRA**

Com **Melina Caldani**, Mãe do Miguel, Alice e Cecília, educadora em BLW e promotora em aleitamento.  
@oficinablw

**20 MAR** | 19h às 21h  
Inscrições através do Bilhete encaminhado aos alunos.

ESCOLA **IEIJ**

Após estudarmos sobre alimentação saudável, podemos colocar em prática nossos conhecimentos.

No próximo dia 20 de março, das 19h às 21h, a Melina, mãe aqui na Escola, vai nos ensinar mais um pouquinho sobre alimentos, sua relação na família e também a cozinhar alimentos saudáveis! É isso mesmo: além de uma conversa sobre o assunto, ela promoverá uma oficina de lanche saudável.

Agora sim, ampliaremos as nossas possibilidades de nos alimentarmos com lanche saudável.

### PROPOSTA:

Para realizar a síntese dos conhecimentos obtidos nesta Cult 3, escreva uma carta a alguém para convidá-la para o nosso encontro “Descomplicando a lancheira”.

A sua carta deve apresentar os conteúdos abordados na Cult e as informações sobre o Encontro com a Melina.

Planeje a sua carta assim:

a) a linguagem deve ser adequada à pessoa que receberá a carta – se ela for alguém de sua idade, a linguagem pode ser informal; caso seja uma pessoa adulta, utilize linguagem mais formal.

b) estrutura da carta

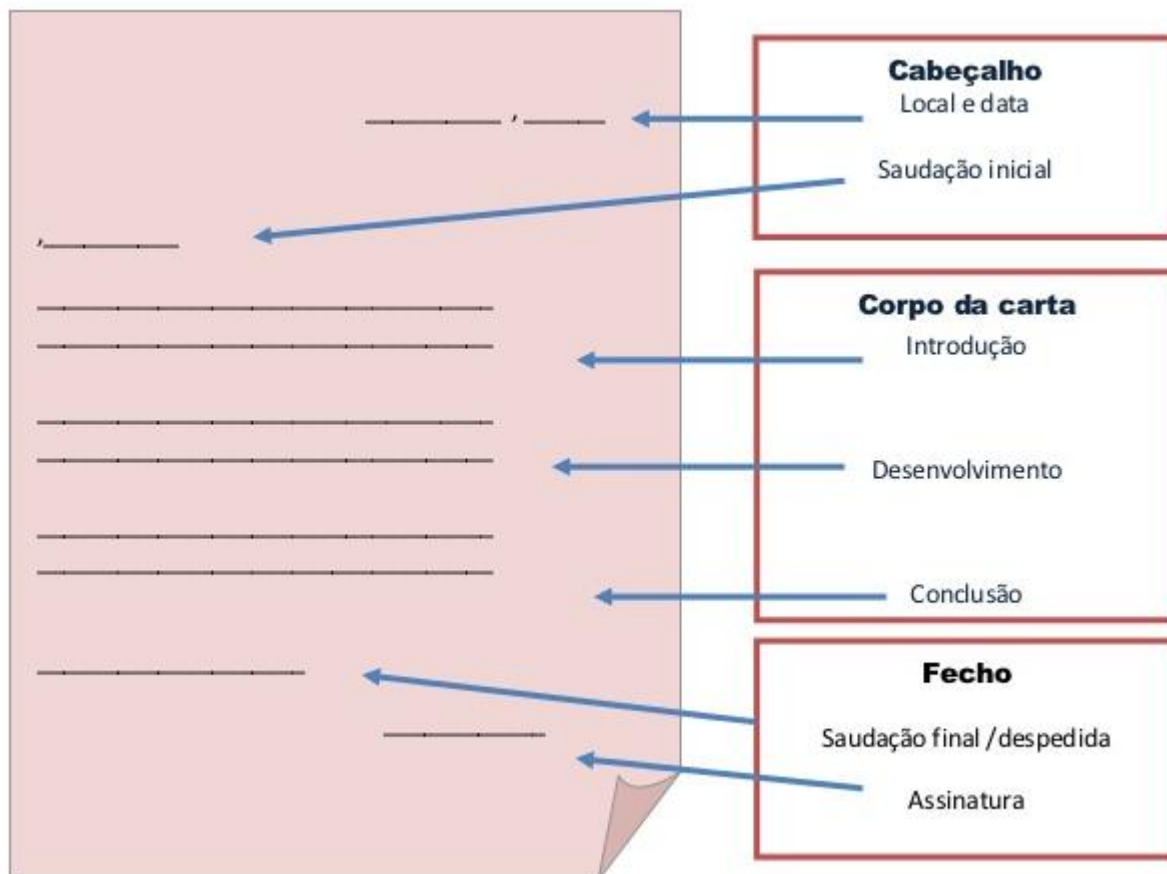
**Local e Data:** são colocados acima de qualquer informação.

**Vocativo:** o nome do destinatário aparece logo abaixo do local e da data. Pode também ser substituído (ou estar junto ao nome) por expressões de saudações (caro amigo, tia querida, etc.).

**Corpo do texto:** conta com a introdução, desenvolvimento e conclusão do que se pretende informar.

**Despedida:** saudações do remetente que podem ser de cunho formal ou informal, por exemplo, “atenciosamente” ou “beijos carinhosos e forte abraço”

**Assinatura:** para finalizar a carta, o remetente assina seu nome abaixo das saudações de despedida. Nas cartas pessoais geralmente é escrito somente o primeiro nome.



c) Sua carta deve apresentar, no mínimo, as seguintes informações:

- o que é uma alimentação saudável;
- consequências de hábitos alimentares inadequados;
- Lei que regulamenta o lanche escolar;
- como a família influencia na prática de alimentação das crianças e jovens;
- como se acostumar a novos alimentos;
- a hora das refeições antigamente;
- as dietas da moda;
- relação entre nutrição, saúde e bem-estar físico e mental do indivíduo;
- descreva a sua alimentação;
- escreva sobre as possíveis mudanças em seus hábitos alimentares.
- se quiser, acrescente suas opiniões pessoais sobre o assunto.

Bom trabalho!