

A competição decorre em www.heroisdafruta.com até 10 de março e vai eleger quatro "Hinos da Fruta" finalistas por região.

Alunos gravam telediscos para incentivar os adultos a comer de forma mais saudável.

A APCOI - Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil divulgou, no dia 10 de fevereiro, os vídeos apelidados de "Hinos da Fruta", criados pelos 52.832 alunos que participam na 5ª edição do projeto «Heróis da Fruta - Lanche Escolar Saudável». Nesta divertida competição nacional, as crianças partilham a cantar as lições que aprenderam ao longo do projeto sobre a importância dos hábitos saudáveis e convidam os adultos para votar no "Hino da Fruta" da turma ou da escola.

A votação está aberta a todo o público, desde o dia 10 de fevereiro até às 23:59 do dia 10 de março no site www.heroisdafruta.com e vai apurar 80 hinos finalistas: os 3 mais votados, bem como o mais partilhado de cada distrito ou região autónoma.

O mentor do projeto "Heróis da Fruta - Lanche Escolar Saudável", Mário Silva, presidente e fundador da APCOI lembrou que "este ano cada voto nos hinos da fruta será convertido num donativo para a «Missão 1 Quilo de Ajuda», um fundo social criado pela APCOI que permitirá a distribuição gratuita de cabazes semanais nas escolas para apoiar a inclusão de fruta no lanche escolar dos alunos mais carenciados do país".

Mário Silva, acrescentou ainda que "todas as pessoas que votarem nos hinos da fruta ficarão também habilitadas a ganhar fantásticos prémios. São mais de duas mil experiências à escolha para parques aquáticos, zoológicos, museus, aquários, centros de ciência viva e parques de diversões. Além disso, há um super prémio para quem mais votar: uma viagem de sonho aos Açores".

Para Jorge Manuel Alves de Faria, Presidente da Câmara Municipal do Entroncamento, "A parceria do município do Entroncamento com o projeto Heróis da Fruta tem uma importante finalidade: promover a implementação no nosso concelho da maior iniciativa gratuita de educação para a saúde em Portugal que nas últimas edições aumentou o consumo de fruta das crianças que nela participaram em mais de 42%".

Lista dos 2 vídeos das escolas participantes do Município do Entroncamento:

- [Escola Rumo ao Futuro - 4º, 3º](#)
- [EB1/JI da Zona Verde - Sala 4](#)

Sobre o Projeto «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável»

Depois do sucesso das edições anteriores que envolveram no total 183.395 alunos, no ano letivo 2015/2016 participam no projeto «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável», 52.832 alunos de 2.607 turmas, de 875 jardins de infância e escolas básicas do 1º ciclo de todos os distritos do país, incluindo as regiões autónomas da Madeira e dos Açores. «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 em Portugal: está estatisticamente comprovado que a aplicação do modelo pedagógico dos «Heróis da Fruta» aumenta em pelo menos 42% o consumo de fruta diário das crianças que nele participam. Além do incentivo ao consumo de fruta nas quantidades recomendadas pela OMS (Organização Mundial de Saúde), o projeto «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável» leva também às crianças lições importantes sobre alimentação saudável, higiene oral, atividade física, economia e poupança, respeito pelo ambiente e bem-estar emocional, que as ajudam a crescer saudáveis, ativas e felizes. Site oficial do projeto «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável»: www.heroisdafruta.com

Sobre a APCOI

A Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil (APCOI) é uma organização não governamental, sem fins lucrativos, fundada em 2010, cuja missão é ajudar a criar um mundo melhor para as futuras gerações, através de iniciativas que valorizem a saúde das crianças, promovam o combate ao sedentarismo ou à má nutrição e previnam a obesidade infantil e todas as doenças associadas. A APCOI é composta por um grupo de voluntários preocupados com a saúde infantil, que se mobilizam em torno da responsabilidade de transmitir melhores hábitos de vida às crianças, ajudando-as a escolher as opções mais saudáveis. «O nosso modelo de atuação incide na criação de ações e campanhas de prevenção, projetos de intervenção social e programas de formação sobre nutrição e exercício físico dirigidos às crianças, às famílias e às comunidades escolares» (Mário Silva, presidente e fundador da APCOI). Desde Dezembro de 2010, a APCOI já beneficiou 255.363 crianças através das suas iniciativas. Saiba mais em www.apcoi.pt

**AS ESCOLAS DO
ENTRONCAMENTO
PRECISAM
DO SEU VOTO!**



**AJUDE A ELEGER OS
"HINOS DA FRUTA"
FINALISTAS
E HABILITE-SE
A GANHAR MAIS DE
1000 PRÉMIOS**

SAIBA COMO VOTAR NO SITE:
WWW.HEROISDAFRUTA.COM

[Cartaz](#)