

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

A APCOI - Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil apresentou os vídeos, apelidados de "Hinos da Fruta", criados pelos 53.399 alunos de todos os distritos do país, que participam, este ano letivo, na 6ª 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 já está aberta a todo o público e decorre até às 23:59, do dia 10 de março, no site [www.heroisdafruta.com](http://www.heroisdafruta.com), e vai apurar 80 hinos finalistas: os 3 mais votados, bem como o mais partilhado de cada distrito ou região autónoma.

Lista dos 5 vídeos das escolas participantes do concelho do Entroncamento:

- [Jardim de Infância Sophia de Mello Breyner - Sala 2, Sala 5](#)
- [Escola Básica do Bonito - Sala 1](#)
- [Escola Básica António Gedeão - Sala 1, Sala 3, Sala 2](#)
- [Escola Básica da Zona Verde - Sala 2, Sala 4](#)
- [Infantário ENCOPROF - Sala Os Super Heróis](#)

Mário Silva, presidente e fundador da APCOI e mentor do projeto "Heróis da Fruta - Lanche Escolar Saudável" lembrou que "cada voto em qualquer hino da fruta reverte como donativo para a «Missão 1 Quilo de Ajuda» um fundo social que permite à APCOI distribuir gratuitamente 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 mil experiências à escolha para parques aquáticos, zoológicos, museus, aquários, centros de ciência viva e parques de diversões. Além disso, há um super prémio: uma viagem de sonho aos Açores".

Depois do sucesso das edições anteriores que envolveram no total 236.227 alunos, no ano letivo 2016/2017 participam no projeto «Heróis da Fruta – Lanche Escolar Saudável», 53.399 alunos, de 2.665 turmas, de 900 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](http://www.heroisdafruta.com)



**OS HERÓIS DA FRUTA DE**  
**ENTRONCAMENTO**  
**PRECISAM DO SEU**  
**VOTO**  
**PARA SEREM**  
**FINALISTAS**

**HERÓIS DA FRUTA**

AUTARQUIA PARCEIRA:

SAIBA COMO VOTAR NO SITE:  
[WWW.HEROISDAFRUTA.COM](http://WWW.HEROISDAFRUTA.COM)

**VOTE E HABILITE-SE A GANHAR MAIS DE 1000 PRÉMIOS**