

“ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL” EM ANÁLISE NA BIBLIOTECA MUNICIPAL

No dia 13 de setembro decorre, entre as 16h00 e as 18h00, na Biblioteca Municipal Álvaro de Campos, a ação “Alimentação saudável”, numa organização da DECO Algarve.

A realização desta iniciativa visa dar a conhecer quais os benefícios de uma alimentação que tem como base a variedade. Fazer uma alimentação equilibrada deve ser entendido como uma oportunidade para expandir o leque de escolhas e experimentar novos pratos.

É importante ter presente que a alimentação assegura a sobrevivência do ser humano, fornece energia e nutrientes indispensáveis ao bom funcionamento do organismo, contribui para a prevenção de doenças, assim como para o adequado crescimento e desenvolvimento das crianças e adolescentes.

Távira, 10 de setembro de 2012
O Gabinete de Comunicação e Relações Públicas
José Graça
(processado por computador)