

Projeto de educação nutricional no Colégio Cruzeiro - JPA

O Colégio Cruzeiro dedica grande importância à educação nutricional, pois sabe-se que é na infância que se formam os hábitos alimentares que serão levados para toda a vida.

Nos refeitórios Cruzeiro e Cruzeiroinho de Jacarepaguá, são desenvolvidos projetos nutricionais que visam esclarecer dúvidas relacionadas à alimentação e saúde, informar sobre temas diversos da nutrição e acompanhar, quando solicitado, a dieta de acordo com a necessidade de cada um.

No refeitório do Cruzeiroinho, onde almoçam e lancham crianças do maternal à C.A. com idades entre 2 e 6 anos, o almoço é supervisionado e acompanhado por uma nutricionista que se caracteriza com um uniforme bem “infantil” e colorido e usa fantoches e dedoches com “carinhas” de alimentos.

Outro projeto realizado nos refeitórios é o Arco Íris, que propõe a elaboração de pratos decorativos representando uma paisagem, uma “carinha”, algum desenho, utilizando-se de alimentos do dia.

O trabalho da nutricionista no Cruzeiroinho é acompanhar as crianças que estão participando de dietas alimentares, por necessidades especiais ou visando apenas à redução de peso ou educação alimentar. Além disso, a nutricionista também conversa com as crianças, informando-lhes a importância de uma boa alimentação, incentivando-as com historinhas a consumirem as saladas, legumes e frutas da sobremesa.

No refeitório do Cruzeiro, que atende aos funcionários, professores e alunos da 1ª a 7ª série, também há o acompanhamento e supervisão de uma nutricionista,



fotos Frank Motta

No refeitório do Cruzeiroinho, os alunos são acompanhados por uma nutricionista que ensina, de maneira lúdica, os valores de uma alimentação saudável

orientando quanto às dietas alimentares e promovendo a educação e reeducação alimentar.

Nossas preocupações e cuidados começam na elaboração dos cardápios, preparo dos pratos e decoração dos refeitórios, oferecendo às crianças um ambiente divertido e alegre para fazerem suas refeições.

A cada quinzena são feitos cartazes e displays de mesa informando sobre uma boa alimentação e datas comemorativas do ano.

Para as crianças que não participam do nosso almoço, fazemos intervenção nas salas de aula, de acordo com a solicitação dos professores e do conteúdo pedagógico que está sendo abordado.

Tudo isso com o grande objetivo de proporcionar uma alimentação saudável, balanceada, segura e, além disso, exercitar a criatividade, buscando sempre a satisfação de todos.

Janaína Freitas
Administradora
Refeitório do Colégio Cruzeiro - JPA



Cartazes informam sobre uma boa alimentação e datas comemorativas do ano