

Escola Curumim - Março de 2019 - Ano III - Edição 20 - Distribuição Direcionada e Gratuita



Olá Curumins,
um ótimo mês
de março a
todos!

Olá caros leitores,

Chegamos a nossa 20ª edição e agradecemos a todos que colaboram para que cada edição seja um sucesso. Contamos com a colaboração dos professores, dos alunos, e de nossos parceiros anunciantes. Nosso muito obrigado!

Destacamos neste mês um artigo sobre a importância da Alimentação na Educação Infantil, escrito pela nutricionista Ana Carolina Weirich.

Março é o mês de homenagear as mulheres, no seu dia internacional (08), todas merecem nosso respeito pelas suas lutas históricas por igualdade e pelo seu papel na sociedade.

No dia 15 de março, comemoramos o Dia da Escola. A escola exerce um importantíssimo papel social na educação e formação integral do indivíduo, transmitindo o conhecimento científico e preparando-o para a cidadania.

Um grande abraço e boa leitura.

ALIMENTAÇÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Por Ana Carolina Weirich
Nutricionista - CRN8 1591

Todos sabemos que uma alimentação saudável é importante em qualquer fase da vida, mas é necessário ressaltar que na infância isso pode influenciar em todo o desenvolvimento do organismo, dos órgãos, músculos e ossos. Além disso, é nessa época que formamos nossos hábitos alimentares que prevalecerão na fase adulta. No artigo de hoje, falaremos sobre alguns cuidados que devem ser tomados na alimentação na educação infantil e como criar bons hábitos nas crianças enquanto estão na escola.

Quando começam a frequentar a escola, as crianças descobrem outros alimentos e isso pode causar algumas mudanças nos seus padrões alimentares, por isso é muito importante que pais e educadores façam um trabalho de educação nutricional com essas crianças. Os hábitos alimentares inadequados, podem conduzir a problemas nutricionais em curto prazo, comprometendo o crescimento e o desenvolvimento na infância, facilitando o aparecimento de doenças não transmissíveis na fase adulta, como, por exemplo: hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus tipo II, câncer, entre outras.

POR QUE CRIANÇAS PRECISAM DE UMA BOA ALIMENTAÇÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL?

A maioria das crianças realiza durante o dia atividades que exigem bastante energia, seja no aprendizado escolar, na hora de brincar e de se divertir. Uma alimentação balanceada é imprescindível para obter essa energia, através de refeições que contemplem alimentos de todos os grupos, com destaque para as frutas, verduras e legumes, que todos sabemos que são essenciais.

LANCHES NA ESCOLA

Certamente, é mais fácil controlar a alimentação das crianças enquanto elas estão em casa e comem apenas aquilo que é oferecido pelos responsáveis. Apesar disso, muitas instituições de ensino já baniram de suas cantinas e refeitórios frituras e alimentos industrializados repletos de conservantes, sódio e outros ingredientes pouco saudáveis. A escola tem papel fundamental na formação dos hábitos das crianças e os hábitos alimentares não podem ficar de fora.

INCENTIVANDO ESCOLHAS

Mesmo que a escola do seu filho faça projetos e se empenhe nessa conscientização, é imprescindível que em casa a criança seja sempre incentivada a fazer boas escolhas. Uma forma de motivar os pequenos a optarem por alimentos naturais é levá-los para a cozinha para ajudarem a montar lanches saudáveis e nutritivos. Trabalhar pais e escola juntos, transforma aprendizado em diversão e gera ótimos resultados!

Referências

MINDFUL EATING. Disponível em: <<https://www.mundomindfulness.com.br/single-post/2016/07/24/Mindful-eating-comendo-com-aten%C3%A7%C3%A3o-plena>>. Acesso em: 22 fev. 2019.

MORAES, Paula L. "Alimentação infantil"; *Brasil Escola*. Disponível em <<https://brasilecola.uol.com.br/saude-na-escola/alimentacao-infantil.htm>>. Acesso em 22 de fev. 2019



"O conhecimento é o seu maior tesouro."



Berçário - Maternal - Educação Infantil
Ensino Fundamental - Educação em Tempo Integral

#VemPraCurumim

PET STOP
Consultório Veterinário

Plantão 24h
45 99814-2613

Rua Benjamin Constant, 841
Parque São Paulo

Dra. Tawany Camila Bonamigo
MÉDICA VETERINÁRIA
CRMV/PR 13059

UNI FITNESS
Academia - Terapias - Cursos

Rua Universitária, 1462
3038-6211 / 99984-1006

CLÍNICA INTEGRADA

Anima
O EQUILÍBRIO ENTRE O CORPO E ALMA

(45) 3306-8886 / 98814-9480
Rua Cassiano Jorge Fernandes, 739

Curumim Folia: Carnaval com alegria.



8 de março

*Dia Internacional da Mulher
De lutas, de fibra,
de cores e amores,
dores e flores. Benditas
Marias!
Lugar de mulher,
é onde ela quiser!
Parabéns Mulheres!*



14 de março
Dia Nacional da Poesia

"Minha Escola"
(Jane Emirene)

Quando eu vou pra minha escola
tenho muito o que fazer
pulo, brinco, faço arte
mas também quero aprender
meus amigos lá da sala
são pequenos como eu
dão risadas, são alegres,
são bacanas... e os seus?



“ Uma das principais violências
que o ser humano comete contra a
natureza é a poluição das águas
de rios, oceanos, lagos e outras
fontes hídricas. ”

22 de março - Dia Mundial da Água

Cruzadas Animais

Encontre 12 animais da fauna brasileira.

O	E	B	L	X	M	S	G	T	S	F	W	G
V	N	H	J	I	P	A	P	A	G	A	I	O
U	E	C	A	A	J	U	R	O	C	C	D	R
S	N	A	M	O	F	A	L	F	X	L	W	R
U	A	P	D	L	O	B	O	G	U	A	R	A
O	E	I	E	O	E	Y	T	N	E	M	L	Z
P	J	V	O	N	A	C	U	T	D	B	L	A
F	N	A	E	A	R	W	A	M	E	A	E	B
A	U	R	C	A	L	S	U	C	U	R	I	G
O	T	A	X	A	V	T	E	K	M	I	Y	A
D	A	E	P	I	R	A	N	H	A	O	E	N
I	T	I	Z	L	O	E	X	G	T	F	W	G

Datas Comemorativas

- 08 - Dia Internacional da Mulher
- 12 - Dia do Bibliotecário
- 14 - Dia dos Animais
- 14 - Dia Nacional da Poesia
- 15 - Dia da Escola
- 20 - Início do Outono
- 20 - Dia do Contador de Histórias
- 21 - Dia Universal do Teatro
- 22 - Dia Mundial da Água
- 27 - Dia do Circo
- 31 - Dia da Saúde e Nutrição

Feliz Aniversário Curumins

- 01/03 - Julia Gabrieli Da Cruz - 2º Ano
- 12/03 - Lael Henrique Betiati Franco - 5º Ano
- 15/03 - Laldicéia Gonçalves Teixeira - Profª Berçário
- 17/03 - Guilherme Paese Lemos - Pré II
- 19/03 - Maria Eduarda Kaleski - 2º Ano
- 19/03 - Vitor Rafael Tecilla Ruiz - 5º Ano
- 20/03 - Carlos Eduardo W. Ribeiro - Pré III
- 21/03 - Ana Luiza Caraça da Silva - 2º Ano
- 21/03 - Cassiano Augusto C. Almeida - 4º Ano
- 25/03 - João Lucas Melo de Jesus - 1º Ano



Projeto Cacau Aimirim

Confira em nosso site o novo regulamento
para 2019. (www.curumimcascavel.com.br)



@curumimescola
#Siga-nos!!!

HidrosFera
Natação e Hidroginástica



Novas Turmas

- Natação Infantil
 - Natação Adulto
 - Hidroginástica
- Natação Infantil
a partir dos 6 meses
- Aulas 1 ou 2
VezeS Semanal

(45) 99818-4242

PURIFIC
Viva bem, viva saudável

www.purific.com.br/cascavel



(45) 3037-4650 / 99920-4849

Avenida Brasil, 7217 - Centro

tati bolsas

Maternidade
Professores
Universitárias
Mochilas Escolares
Estojes



(45) 3037-5500
(45) 99943-0848

@tatibolsasoficial
www.tatibolsas.com.br

Rua Mato Grosso, 2798
Centro - Cascavel - PR