



CFCascais

# Centro de Formação de Escolas do Concelho de Cascais

Registo de Acreditação: CCPFC/ENT-AE-1201/14

## ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA E ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS

### Formador:

Ana Perdigão

Rui Lima

### Modalidade:

Oficina de Formação

Registo de Acreditação CCPFC/ACC—82721/15

### Nº Horas:

15 horas presenciais e 15 horas  
de trabalho autónomo

### Calendarização /Horário:

Sessões presenciais

Maio: 4, 11, 18

Junho: 22, 29

17H30—20H30

Trabalho autónomo

De 18 de maio a 22 de junho

### Local:

Centro de Formação de Escolas  
do Concelho de Cascais

### Custos:

Gratuita para os docentes das escolas  
associadas

10 euros para os restantes

### Destinatários:

Educadores de Infância e Professores  
do Ensino Básico

### Critérios de seleção:

Preferência para os professores dos Agrupa-  
mentos de Ibn Mucana, Cascais, Matilde Rosa  
Araújo, Alcabideche, Alvide e Cidadela

### Conteúdos da Ação:

- 1- as diferentes vertentes da alimenta-  
ção
- 2- dos alimentos aos nutrientes: alimen-  
tação equilibrada e desequilibrada
- 3- o desequilíbrio alimentar como con-  
texto para algumas doenças
- 4- análise dos materiais crianças saudá-  
veis
- 5- apresentação de projetos desenvolvi-  
dos



Formação - Pessoal Docente



**Inscrições até ao dia 23 de abril , on -line na nossa página da inter-  
net**

### CENTRO DE FORMAÇÃO DE ESCOLAS DO CONCELHO DE CASCAIS

Escola Sede:  
Agrupamento de Escolas Matilde Rosa  
Araújo  
Rua Feliciano Castilho, Penedo  
2785-365 S. Domingos de Rana

Tel/Fax: 21 452 26 48  
Correio electrónico: cfcascais@gmail.com  
Site: www.cfcascais.net