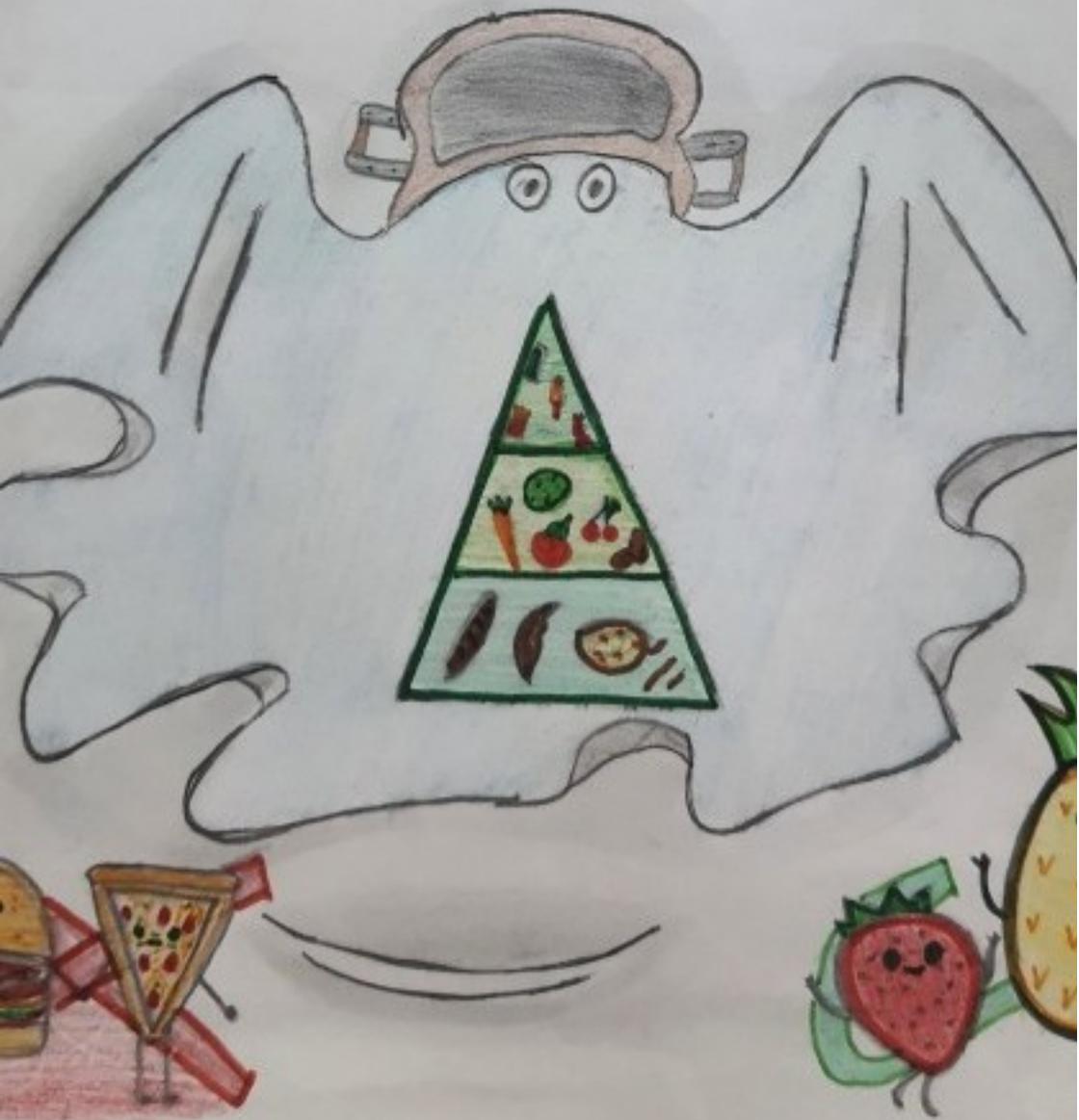
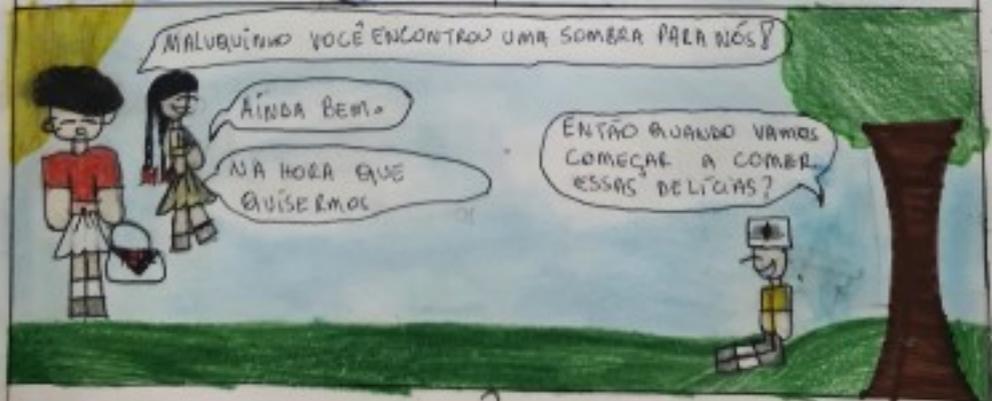
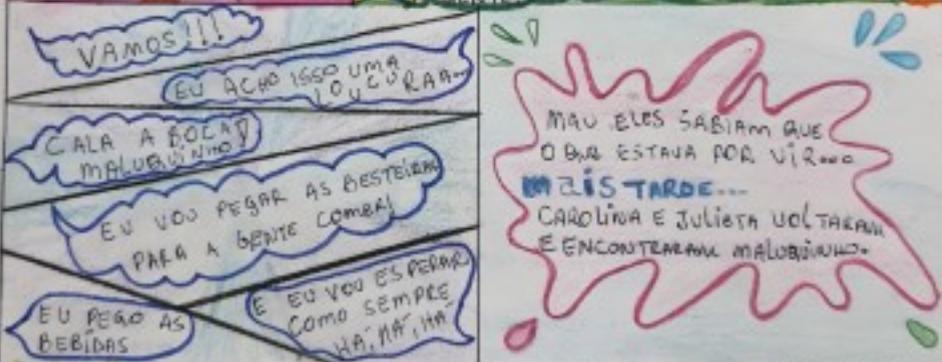
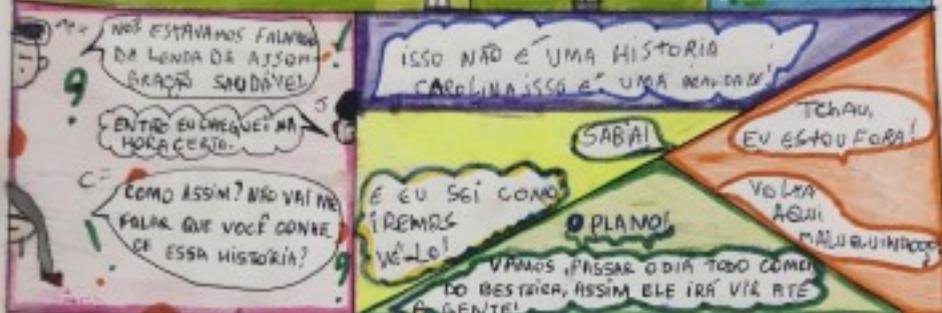


Assombração Saudável



ASSOMBRAÇÃO SAUDÁVEL!





QUANDO TODOS DEITARAM
NA SOMBRA E OLHARAM
PARA CIMA, LA ESTAVA
A ASSOMBRAÇÃO
SAUDÁVEL...

HAAA.....
HAAAA!!

ASSOMBRAÇÃO SAUDÁVEL,

BUMM...

CORRE!!!



ONDE VOCÊS PENSAM QUE VÃO?
ALÉM DE SEREM DESOBEIENTES AINDA SÃO
MEDROSOS...

HA HA HA HA...

SABE O QUE FOI O MELHOR!
VER A CARA DE MEDO DE VOCÊS!!!

HA HA HA...

MAS AGORA QUERO PUNIR VOCÊS!

BOM, VOCÊS SABEM ALGUMA
COISA SOBRE ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL?

NÃO!!

VOU FALAR UM POUQUINHO
SOBRE ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL PARA VOCÊS.



BOM NÓS TEMOS UMA PIRÂMIDE SAU-
DÁVEL, NELA TEMOS 4 DIVISÕES QUE
AJUDAM A EQUILIBRAR NASSAS
ALIMENTAÇÃO COMO ARROZ, FEIJÃO, BATATA
FRITA.

NÀ HORA DO ALMOÇO VOCÊS PENSAM EM
COMER OUTROS TIPOS DE ALIMENTOS COMO LANCHES E
NÃO LEMBRAM DE COMER SALADA.

UAUUU...

MAIS O QUE É
UMA ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL?



EU ACHO QUE SEI O QUE É UMA
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, MINHA
PROFESSORA FALOU SOBRE ISSO
ONTEM.



ENTÃO FALE PARA NÓS MENINO MALUQUINHO



ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL
É AQUELA QUE FORNECE
NUTRIENTES QUE O CORPO
PRECISA PARA CRESCER
SE DESENVOLVER E
MANTER A SAÚDE.

A HIGIENE TAMBÉM É
IMPRANTE PARA AS
PESSOAS E PARA OS ALIMEN-
TOS



CONCLUSÃO...

NÃO BASTA COMER
É PRECISO ALIMENTAR-SE
DE FORMA SAUDÁVEL
E EQUILIBRADA E SEGURA!

SIM! TUDO ISSO QUE
VOCÊS ESTÃO FALANDO
É VERDADE.
E VOCÊ CAROLINA NÃO
SABE NADA SOBRE ALI-
MENTAÇÃO SAUDÁVEL!

EU SO SEI COMO FOI FEITA A
PIRÂMIDE ALIMENTAR.

ENTÃO FALE PARA
OS SEUS AMIGOS
COMO FOI FEITA!



A PIRÂMIDE FOI CRIADA
PARA AJUDAR A ENTENDER
COMO EQUILIBRAR OS ALI-
MENTOS DIARIAMENTE.
OS ALIMENTOS FORAM AGRU-
PADOS DE ACORDO COM AS
SUAS FUNÇÕES E SEUS
NUTRIENTES

NOSSA.

BRAUU

UAUU

TODOS VOCÊS ESTÃO
DE PARABÉNS!
MAS PORQUE FIZERAM
ISSO? PODIAM TER
PASSADO MAL COM
TANTA BESTEIRA.
ESPERO QUE VOCÊS
NÃO FAÇAM MAIS ISSO!



VOU COMEÇAR A ME ALIMEN-
TAR MELHOR!

Ai ai imediathe

HA

HIA

HA

CRIANÇAS NÃO ESTRAGAM
OS DENTES DE VOCÊS.
POR FAVOR!



MAIS NÃO PODEMOS
COMER NENHUM
DOCUHO?



VAI, MAS NÃO EXAGERE
NA QUANTIDADE E DEPOIS
LEMBRE-SE DE ESCOVAR
OS DENTES!
ESPERO QUE VOCÊS NÃO
FAÇAM ISSO NOVAMENTE!
TCHAU, CRIANÇAS!



Buu! O FANTASMA FOI EMBORA E AS CRIANÇAS FORAM PARA CASA. AU..

CHEGANDO EM CASA A AVÓ DE CAROLINA OLHOU PARA ELA E SORRIU, ELA LAVOU SUAS MÃOS PARA O JANTAR. E QUANDO TERMINOU ENCONTROU EM SUA CAMA UMA LEMBRANCINHA DA ASSOMBRADO SAUDAVEL. ERA UMA PIRÂMIDE...

HA Buu!!! HA HA HA

TODAS RECEBERAM A LEMBRANCINHA.
 "CAROLINE COM MELHO, NEM COMEU A SOBRESERVA!"

HA HA HA HA HA HA

CAROLINE, JULIETA E MALUQUINHO PICALAM SEM COMER BESTEIRAS POR MUITO TEMPO E COMEÇARAM A COMER MAIS FRUTAS E LEGUMES!

FIM! Buu..

Biografia dos autores

Eu sou Marley,tenho 11 anos e gosto de comer salada,e eu amo jogar futsal.

Eu sou José, tenho 9 anos e gosto de comer manga ,goiaba ,carne.

Sou Lais e tenho 10 anos.Gosto de comer comidas típicas da Bolívia (salchipapas)

Eu sou Satory, tenho 10 anos e gosto de comer salada e tomatinho cereja e adoro desenhar